



Lenteja Marrón Bio 500 g Ecosana

SKU: 467010211 EAN13: 8436012945114

Descripción

La lenteja de Ecosana proviene de cultivos ecológicos, además en todos los procesos de recolección y envasado se siguen todos los criterios de agricultura ecológica.

La lenteja marrón es, sin duda, una de las legumbres más conocidas por sus propiedades y su versatilidad culinaria.

Ingredientes

Lenteja marrón*

*Procedente de Agricultura Ecológica

Modo de uso

Puedes usarla a tu gusto. Para elaborar un rico estofado de lentejas:

Ponemos las lentejas a remojo la noche anterior. Esperamos un día para obtener las lentejas germinadas, entonces las metemos en una olla con agua. Añadimos verduras, patatas, ajos y cebolla (todo bien troceadito). Ponemos unas hojas de laurel y un chorrito de aceite y cerramos la olla. La ponemos al fuego y una vez que haya empezado la tenemos durante 20min. Después apagamos el fuego y las dejamos reposar unos minutos. Y ya estarían listas para servir!!

Presentación

Envase de 500 g

Advertencias

Conservar en un lugar fresco y seco.

Puede contener trazas de **Soja, Sésamo y Frutos de cáscara.**

Información nutricional

Por cada 100 g

Valor energético

1664 kJ / 398 kcal

Grasas

1,60 g

| | |
|-------------------------|----------|
| de las cuales saturadas | 0,24 g |
| Hidratos de carbono | 74 g |
| de los cuales azúcares | 1,06 g |
| Fibra | 18 g |
| Proteínas | 23,35 g |
| Sal | 0,0175 g |

Información sobre alérgenos

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

Certificaciones

