



# 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

---

