



Semillas de Chia Bio 500 g Ecosana

SKU: 467010429 EAN13: 8436012948719

Descripción

Las semillas de chia se obtienen del interior del fruto de una planta herbácea denominada *Salvia hispanica*, procedente de América Central. Las Semillas de chia de ECOSANA se obtienen de cultivos de origen 100% ecológicos, de forma que se conservan todas las propiedades y son respetuosos con el medio ambiente. Las semillas de chia constituyen un alimento con múltiples beneficios para nuestro organismo. Se caracterizan por su alto contenido en ácidos grasos saludables Omega 3 y Omega 6 y su elevado contenido en fibra. Estas semillas en contacto con el agua forman un gel que recubre nuestro intestino, ayudándonos a mantener el buen funcionamiento del tracto intestinal y favoreciendo la absorción de los nutrientes. Además son una fuente importante de minerales y vitaminas, conteniendo más calcio que la leche y más hierro que las espinacas.

Ingredientes

Semillas de chia*

*Procedentes de Agricultura Ecológica

Modo de uso

Antes de consumir estas semillas, es necesario ponerlas a remojo durante 15-30 minutos en agua o combinadas con leche, yogur, bebidas vegetales, sopas.... También puedes probar a añadir las en tus recetas de repostería ya sea molidas o en forma entera. La cantidad recomendada diaria son 15 g/día.

Presentación

Envase de 500 g

Advertencias

Conservar en un lugar fresco y seco.

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

Información nutricional

Por cada 100 g

	Cantidad
Valor energético	1901 kJ/456 kcal
Grasas <i>de las cuales saturadas</i>	33,80 g <i>3 g</i>
Hidratos de carbono <i>de los cuales azúcares</i>	0,70 g <i>0,70 g</i>
Fibra	34,10 g
Proteínas	20,20 g
Sal	0,005 g

Información sobre alérgenos

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

Certificaciones

