



# 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

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

## Información sobre alérgenos

---

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

## Certificaciones

---

