Super Alimentos - Semente de Chia Stick

SKU: 032010040 **EAN13:** 8436044518690

Descripción

Embora se trate de um dos superalimentos de moda, o seu uso como alimento básico remonta-se às antigas civilizações Maia e Azteca. E com motivo, pois as sementes de Chia são **muito ricas em nutrientes e estão repletas de vitaminas, minerais e ácidos gordos Omega 3, 6 e 9. Ainda, possui um alto conteúdo em fibra.**

Outra das suas vantagens é que são muito fáceis de digerir e misturar com outros alimentos. Caracteriza-se por um agradável sabor, ligeiramente suave e parecido ao da noz.

As sementes de Chia, quando se combinam com líquido, **absorvem entre 10 e 12 vezes o seu peso em agua** formando um gel volumoso. Desta forma, transforma-se num ingrediente muito versátil para enriquecer as suas receitas.

Ingredientes

Sementes de Chia de origem BIO *(Salvia hispanica L.)* 10 g

Modo de uso

Recomendamos tomar 10 g por dia.

Presentación

Embalagem de 20 sticks de 10g. Peso total 200g (7 Oz)

Advertencias

Conservar num local seco e frescoNão exceder 15 gramas diárias

Información nutricional

Por cada 100 g

INGREDIENTE	QUANTIDADE/100g
Valor energético	450 Kcal-1860 Kj
Gorduras	31 g
das quais saturadas	3.3 g
das quais monoinsaturadas	2.8 g
das quais Omega 9	1.9 g
das quais poliinsaturadas	24.9 g
das quais Omega 3	16 g
das quais Omega 6	4.7 g

Hidratos de carbono	5 g
das quais são açúcares	0.8 g
Fibras	33,7 g
Proteínas	20 g
Sal	0.02 g

Información sobre alérgenos

Frutos con cáscara, Sésamo, Soja,

Certificaciones