



Super Alimentos - Semilla de Chía Doypack

SKU: 032010061

Descripción

Aunque se trata de uno de los superalimentos de moda, su uso como alimento básico se remonta a las antiguas civilizaciones Mayas y Aztecas. Y con razón, ya que las semillas de Chía son muy ricas en nutrientes y están repletas de vitaminas, minerales y ácidos grasos Omega 3, 6 y 9. Además, poseen un alto contenido en fibra. Otra de sus ventajas es que son muy fáciles de digerir y mezclar con otros alimentos. Se caracteriza por un agradable sabor, ligeramente suave y parecido al de la nuez. Las semillas de Chía, cuando se combinan con líquido, absorben entre 10 y 12 veces su peso en agua formando un gel voluminoso. De esta forma, se convierte en un ingrediente muy versátil para enriquecer tus recetas.

Ingredientes

Semillas de Chía de origen BIO (*Salvia hispanica* L.)

Modo de uso

No superar 15 g diarios. Pueden añadirse al pan, al muesli, yogures, batidos y ensaladas. También se pueden poner a remojo durante ocho horas, para formar un gel, el cual se puede tomar directamente o utilizar en numerosas recetas. 1 cucharada de postre = 3,5 gramos aproximadamente.

Presentación

Envase de 250 g (8.81 oz)

Advertencias

Conservar en un lugar fresco y seco. No exceder 15 gramos diarios.

Información nutricional

Por cada 100 g

INGREDIENTE

Valor energético

Grasas

CANTIDAD/100g

450 Kcal-1860 Kj

31 g

de las cuales saturadas	3.3 g
de las cuales monoinsaturadas	2.8 g
de las cuales Omega 9	1.9 g
de las cuales poliinsaturadas	24.9 g
de las cuales Omega 3	16 g
de las cuales Omega 6	4.7 g
Hidratos de carbono	5 g
de los cuales azúcares	0.8 g
Fibras	33,7 g
Proteína	20 g
Sal	0.02 g

Información sobre alérgenos

Sin alérgenos

Certificaciones

