

Indijski orah sirovi



Ocjena: Neocjenjeno

Cijena

1,49 €

[Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod](#)

Proizvođa: [Roba na mjerenje \(1 kom 100 gr\)](#)

Opis

Indijski orah, poznat i pod nazivom kešu (cashew) je plod malog zimzelenog drveta porijeklom iz Brazila. Indijski orasi, u stvari nisu orašasti plodovi već sjemenke kešu jabuke - ploda indijskog oraha. Nisu samo fina, nego hranjiva i zdrava namirnica, koju vrijedi redovno konzumirati zbog dobrobiti koje donosi za zdravlje. Sadrže povoljnu koncentraciju nutrijenata i minerala kao što su fosfor, magnezijum i kalcijum. Cijenjeni su zbog karakterističnog slatkasto-kremastog ukusa i mekane teksture.

Sastojci: indijski orasi.

Zemlja porijekla: Vijetnam.

Način upotrebe: indijski orasi imaju vrlo široku primjenu. Mogu se jesti samostalno kao međuobrok, dodavati raznim jelima kao što su salate, rižota i granole. Od njih se pravi popularni buter, sir i napitak. Ukoliko se lagano tostiraju, kao i kod ostalih orašida, dodatno se naglašava njihov ukus. Ne preporučuje se konzumiranje velike količine indijskih oraha od jedan put, nego ih treba po malo dodavati u prehranu. Preporučuje se da ih jedete 3 puta nedjeljno po 30 g (oko osamnaest orašica), ukoliko ih konzumirate same.

Svi proizvodi: Indijski orah sirovi

Napomena: može sadržavati tragove glutena, susama i drugih orašastih plodova.

Način čuvanja: na hladnom, tamnom i suvom mjestu.

Nutritivna vrijednost:

Nutritivne vrijednosti	/100g
Energija	2314 kJ / 553 kcal
Masti	43,8g
- zasićene masti	7,8 g
Ugljeni hidrati	32,7 g
- šećer	5,9 g
Dijetalna vlakna	3,3 g
Proteini	18,2 g
So	0,12 g

Posebno brinemo o tačnosti informacija o proizvodima na našoj web stranici. Međutim, kako se propisi o proizvodnji hrane često mijenjaju može doći do promjena u sastavu hrane, hranljivih materija ili alergena, prehrambenih informacija itd. Zbog mogućih odstupanja molimo vas da prije korištenja proizvoda pročitate informacije na samom proizvodu.

*Slika proizvoda služi samo u ilustrativne svrhe.

Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.