

## Bio Crvena le?a 500g Ekozona



Ocjena: Neocjenjeno

**Cijena**

5,10 €

5,10 €

[Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod](#)

Proizvo?a?: [Ekozona](#)

Opis

**Le?a (so?ivo)** je odli?an izvor vlakana koja uti?u na smanjenje holesterola, a tako?e odr?ava stabilan nivo še?era u krvi nakon obroka, doprinosi dugotrajnoj energiji i sitosti i poma?e regulaciji tjelesne težine. Odli?an je izvor razli?itih minerala, B vitamina te proteina, a gotovo da ne sadrži masno?e. Bogata je gvo?em i odli?na za osobe sklone anemiji. Lako je svarljiva i kuva se kra?e od ostalih mahunarki.

**Sastojci:** crvena le?a\*. \*organska proizvodnja. Zemlja podrijetla: Turska.

**Priprema:** Kuvajte le?u u onoliko vode koliko je dovoljno da je pokrije, najprije na jakoj vatri, a kada provri, smanjite vatru i poklopite posudu. Po potrebi dodajte vodu, a pred kraj posolite. Crvena le?a se kratko kuva, oko 15 minuta, i brzo se raspadne pa ako volite obrok u obliku pirea, crvena le?a je pravi izbor. Crvenu le?u možete dodavati varivima ili juhama, poslužiti je kao prilog ili u obliku namaza.

**Prosje?ne hranjive vrijednosti na 100 g/ml:** Energetska vrijednost 1429 kJ / 343 kcal; **Masti** 1.06 g - od kojih zasi?ene masne kiseline 0.16 g; **Ugljeni hidrati** 29.58 g - od kojih še?eri 2.03 g; **Bjelan?evine** 25.8 g; **So** 0.01 g.

**Upute ?ovanja:** na suvom i hladnom mjestu.

**Najbolje upotrijebiti do:** otisnuto na ambalaži.

---

Posebno bismo o bilo kojoj informaciji o proizvodima na našoj web stranici. Me?utim, kako se propisi o proizvodnji hrane ?esto mijenjaju mo?e do?i do promjena u sastavu hrane, hranjivih materija ili alergena, prehranbenih informacija itd. Uvijek trebale pro?itati etiketu na proizvodu, a ne da se oslanjate samo na informacije navedene na web stranici. Informacije o proizvodima nisu namijenjene djeci i i?terju. Za ka?bija zdravstvena stanja i neke godine obratite se svom ljekaru, terapeuta, homeopatu. ?Sva proizvodi slu?i samo u ilustrativne svrhe.

## Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.