

## Bio Ječam zrno 500g Ekozona



Ocjena: Neocjenjeno

**Cijena**  
4,35 €

4,35 €

[Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod](#)

Proizvođa?: [Ekozona](#)

### Opis

**Ječam** je jedna od najstarijih žitarica na svijetu. Zbog visokog udjela prehrambenih vlakana, ječam blagotvorno djeluje na probavu i održava povoljnu ravnotežu crijevne mikroflore. Sadrži važne vitamine i minerale, siromašan je mastima, a što je najvažnije – ne sadrži kolesterol. Blagog je ukusa i uglavnom se koristi u juhama, u kuvanim jelima kao riža, za doručak kao kaša ili u obliku pahuljica. Ječam možete dodati zimskim jelima, posebno od kiselog kupusa i repe, kako bi se pojačao njihov osnovni ukus, a ujedno dobila potrebna gustoća.

**Sastojci:** ječam\*.

\*organska proizvodnja.

**Priprema:** Namočiti u mlaku vodi 4-6 sati kako bi omekšao i lakše se skuva. Kuva se u omjeru vode i ječma 2:1, u ekspres loncu 45 min, a soli se kada voda prokluži.

# Žitarice: Bio Ječam zrno 500g Ekozona

---

**Način čuvanja:** na suvom i hladnom mjestu.

**Zemlja porijekla:** Hrvatska.

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

---

Posebno bismo o bilo kojoj informaciji o proizvodima na našoj web stranici. Međutim, kako se propisi o proizvodnji hrane često mijenjaju može doći do promjena u sastavu hrane, hranjivih materija ili alergena, prehrambenih informacija itd. Uvijek trebale pročitati etiketu na proizvodu, a ne da se oslanjate samo na informacije navedene na web stranici. Informacije o proizvodima nisu namijenjene dijagnozi i liječenju. Za ozbiljnija zdravstvena stanja i neugode obratite se svom ljekaru, terapeuta, homeopatu. \*Sve proizvode služi samo u ilustrativne svrhe.

## Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.