

Algues Wakamé naturelles BIO 90 g

EAN: 8436563500510 FABRICANTE: DELIALGA



Suivant la philosophie du « slow food », ils sont élaborés dans leur propre jus avec de l'eau de mer, à basse température et pression pour garantir un impact thermique moindre et une qualité nutritionnelle supérieure. De cette façon, toutes ses propriétés, sa saveur et sa texture sont préservées.

LA DESCRIPTION

Ouvrez et c'est parti ! Les algues en conserve sont une délicieuse façon de goûter leur saveur exquise.

Ingrédients : Algues Wakame*, eau et sel. *Production biologique.

Végétalien. ÉCHO. Sources de fibres.

Saveur

Saveur **marine** délicate.

Texture

Texture douce.

Propriétés

(Considérations générales pour 100 g d'algues déshydratées)

- Dans sa composition, on distingue **les sels minéraux et les oligo-éléments**, comme le magnésium, le phosphore, le potassium, le fer, le cuivre, le zinc, l'iode ; et surtout, le calcium.
- **11 fois plus de calcium que le lait**.
- En vitamines, il se distingue généralement par sa composition en **vitamines A, K, C, B1, B2, B8 et B9**.
- Sa valeur moyenne **en protéines** est considérable.
- Comme le reste des algues, elle est pauvre en graisses et en sucres.



Algues Wakamé naturelles BIO 90 g

EAN: 8436563500510 FABRICANTE: DELIALGA



Des idées pour en profiter

- Vous pouvez le manger cru ou cuit.
- **Cru, il est idéal pour les salades et les canapés .**
- Partant déshydraté, une fois trempé 10 minutes et saupoudré de citron, il est également idéal à consommer cru en salade (données du livre clément).
- **Essayez de le cuisiner avec du riz, des crèmes de légumes et des pâtes .**
- Utilisez-le dans vos garnitures pour empanadas, tartes salées et croquettes.
- **Vous pouvez également le griller** pour ajouter une touche croustillante à vos plats finis, il s'intègre parfaitement dans les salades et les crèmes.

