

Alge Wakame Fresche BIO 100 g

EAN: 8436563500770 FABRICANTE: DELIALGA



Le alge fresche biologiche in sale marino dell'Atlantico non raffinato sono un'alternativa molto naturale per godersi le alge con tutto il loro sapore e le loro proprietà.

DESCRIPCIÓN

Si conservano in dispensa, non necessitano di frigorifero e una volta aperti si conservano in perfetto stato per mesi. Inoltre la sua confezione è compostabile al 100%!

Come si cucina con le alge disidratate?

Per mangiarli basta togliere il sale lavandoli con acqua. Quindi aggiungili ai tuoi piatti preferiti.

Vegano. Senza grassi. ECO. Fonte di fibra. Niente zucchero.

Gusto

Delicato sapore **di mare** .

Struttura

Consistenza morbida.

Proprietà

(Considerazioni generali per 100 g di alge disidratate)

- Nella sua composizione spiccano **sali minerali e oligoelementi** come magnesio, fosforo, potassio, ferro, rame, zinco, iodio; e soprattutto, calcio.
- **11 volte più calcio del latte** .
- Tra le vitamine, solitamente si distingue nella sua composizione nelle **vitamine A, K, C, B1, B2, B8 e B9** .
- Il suo valore **proteico** medio è considerevole.
- Come il resto delle alge, è povera di grassi e zuccheri.



Alghe Wakame Fresche BIO 100 g

EAN: 8436563500770 FABRICANTE: DELIALGA



Idee per goderselo

- Puoi mangiarlo crudo o cotto.
- **Crudo è ottimo per insalate e tartine .**
- Partendo da quello disidratato, una volta ammollato per 10 minuti e cosparso di limone, è ideale anche da consumare crudo in insalata (dati libro clemente).
- **Provate a cucinarlo con riso, creme di verdure e pasta .**
- Usatelo nei ripieni di empanadas, torte salate e crocchette.
- **Puoi anche tostarlo** per aggiungere un tocco croccante ai tuoi piatti finiti, sta benissimo nelle insalate e nelle creme.

