

Alga Wakame Fresc BIO 100 g

EAN: 8436563500770 FABRICANTE: DELIALGA



Les algues ecològiques fresques en sal marina atlàntica sense refinar són una alternativa molt natural per gaudir de les algues amb tot el sabor i propietats.

DESCRIPCIÓ

Es conserven al rebost, no necessiten nevera i un cop obertes es conserven en perfectes condicions durant mesos. A més, el seu envàs és 100% compostable!

Com es cuina amb algues deshidratades?

Per menjar-les, només els has de retirar la sal, rentant-les amb aigua. A continuació, afegeix-les als teus plats preferits.

Vegà. Sense greix. RESSÒ. Font de fibra. Sense sucre.

Sabor

Sabor delicat **a mar** .

Textura

Textura suau.

Propietats

(Consideracions generals per 100 g d'alga deshidratada)

- En la seva composició, destaquen **sals minerals i oligoelements** , com magnesi, fòsfor, potassi, ferro, coure, zinc, iode; i especialment, el calci.
- **11 vegades més calci que la llet** .
- En vitamines, sol destacar en la seva composició en **vitamines A, K, C, B1, B2, B8 i B9** .
- El seu valor mitjà en **proteïnes** és considerable.
- Igual que la resta de les algues, és baixa en greixos i sucres.



Alga Wakame Fresc BIO 100 g

EAN: 8436563500770

FABRICANTE: DELIALGA



Idees per gaudir-ne

- Pots menjar crua o cuinada.
- **Crua va genial per a l'amanida i per a canapès .**
- Partint de deshidratat, un cop remullada 10 minuts i ruixada amb llimona, és també ideal per consumir-la en cru en amanides (dada llibre clement).
- **Prova a cuinar-la arrossos, cremes de verdures i pastes .**
- Utilitza-la als teus farcits d'empanades, pastissos salats i croquetes.
- També **la pots torrar** per afegir un toc crunchy als teus plats ja acabats, queda genial en amanides i cremes.

