

ESPAGUETIS KONJAC AMB TONYINA 250 g

EAN: 8437000730545 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



Saborosos espaguetis konjac amb tonyina fresca amb salsa de tomàquet, molt baixos en calories i carbohidrats i alts en fibra i proteïnes. Són ideals per aprimar-se i optimitzar la pèrdua de greix corporal.

DESCRIPCIÓ

Els **ESPAGUETIS KONJAC AMB TONYINA**:

A punt per menjar; escalfar la safata al microones 2 minuts i menjar.

Doblement saciant: glucomanà de konjac + proteïna.

Menjar hipòcal: 47kcal per 100g.

Baix en carbohidrats i greixos.

Saborosos espaguetis **konjac amb tonyina fresca amb salsa de tomàquet**, molt baixos en calories i carbohidrats i alts en fibra i proteïnes. Són ideals per **aprimar-se i optimitzar la pèrdua de greix corporal**.

Aquesta recepta mediterrània, hipocalòrica i sense gluten és un menjar molt saciant gràcies a l'arròs de konjac shirataki que aporta fibra al menjar i pràcticament cap calor. D'altra banda, la tonyina fresca és una excel·lent font de proteïnes. Aquest menjar saludable promou la pèrdua de pes i millora la salut gastrointestinal i l'assimilació de macronutrients. Cada safata d'espaguetis konjac amb tonyina fresca de **The Konjac Shop? i Go Natur Food** contenen **18 g de proteïna** (una de les millors fonts de proteïnes com és el peix blau), **5 g de carbohidrats complexos**, tan sols **0,3 g de greixos saturats i 5,5 g de fibra**.

Els espaguetis konjac amb tonyina fresca amb salsa de tomàquet, estan elaborats amb **arròs de konjac shirataki, una pasta hipocalòrica composta de fibra soluble de konjac** i amb un contingut en fibra molt superior a la pasta normal. Tot això la converteix en la pasta ideal per a **dietes de pèrdua de greix corporal**.

El konjac té molts **beneficis** per a la salut:

- Contribueix a **aprimar-se**, en part gràcies al seu baix contingut calòric.
- Augmenta la **sensació de sacietat**, gràcies al seu elevat contingut en fibra que s'expandeix a l'estómac en ingerir-lo.
- Ajuda a mantenir **nivells de colesterol saludables**.
- Efecte positiu en persones amb **diabetis del tipus 2**, ja que redueix l'augment dels nivells de



ESPAGUETIS KONJAC AMB TONYINA 250 g

EAN: 8437000730545 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



sucre que es produeixen després dels àpats.

- **Regula el trànsit intestinal** i manté i recupera la flora intestinal.

Ingredients : Konjac 40% (aigua purificada, amorphophallus konjac 3.6%, hidròxid de calci (estabilitzador)), tonyina 21% (**peix**), tomàquet 17% (tomàquet, àcid cítric (acidulant)), pebrot verd, ceba, oli , oli d'oliva (0.5%), sucre, all, Sal Rosa de l'Himàlaia.

Conté al·lèrgens: peix

Condicions de conservació : Conservar en un lloc fresc i sec (No cal refrigeració)

Utilització: Escalfar i llest (2 min)

VALORS NUTRICIONALS (100 g)

	Per 100g	Ració (250g)
Valor energètic	195kJ / 46,6kcal	487kJ / 116kcal
Greixos	0,6g	1,5g
De les quals: Àcids grassos saturats	0,12g	0,3g
Hidrats de carboni	2g	5g
Dels quals: sucres	0,6g	1,5g
Proteïnes	7,2g	18g
Sal	0,72g	1.8g
Fibra	2,2g	5,5g

