

ESPAGUETE KONJAC COM ATUM 250 g

EAN: 8437000730545 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



Saboroso espaguete konjac con atum fresco ao molho de tomate, muito baixo em calorias e carboidratos e rico em fibras e proteínas. São ideais para perder peso e otimizar a perda de gordura corporal.

DESCRIPCIÓN

O ESPAGUETE KONJAC COM ATUM:

Pronto para comer; Aqueça a bandeja no microondas por 2 minutos e coma.

Duplamente saciante: glucomanano konjac + proteína.

Alimentos de baixa caloria: 47kcal por 100g.

Baixo teor de carboidratos e gorduras.

Saboroso **espaguete konjac com atum fresco ao molho de tomate**, muito baixo em calorias e carboidratos e rico em fibras e proteínas. São ideais para **perder peso e otimizar a perda de gordura corporal**.

Esta receita mediterrânea, de baixas calorias e sem glúten, é uma refeição muito saciante graças ao arroz konjac shirataki que fornece fibra à refeição e praticamente nenhuma caloria. Por outro lado, o atum fresco é uma excelente fonte de proteína. Esta refeição saudável promove a perda de peso e melhora a saúde gastrointestinal e a assimilação de macronutrientes. Cada bandeja de espaguete konjac com atum fresco da **The Konjac Shop? e Go Natur Food** contém **18 g de proteína** (uma das melhores fontes de proteína como peixes oleosos), **5 g de carboidratos complexos**, apenas **0,3 g de gordura saturada e 5,5 g de fibra**.

O espaguete konjac com atum fresco ao molho de tomate é feito com **arroz konjac shirataki, uma massa de baixa caloria composta por fibra solúvel de konjac** e com teor de fibras muito maior que a massa normal. Tudo isso a torna a massa ideal para **dietas de perda de gordura corporal**.

Konjac tem muitos **benefícios** para a saúde:

- Contribui para **a perda de peso**, em parte graças ao seu baixo teor calórico.
- Aumenta a **sensação de saciedade**, graças ao seu alto teor de fibras que se expande no estômago ao ser ingerido.
- Ajuda a manter **níveis saudáveis de colesterol**.
- Efeito positivo em pessoas com **diabetes tipo 2**, pois reduz o aumento dos níveis de açúcar que ocorre após as refeições.



ESPAGUETE KONJAC COM ATUM 250 g

EAN: 8437000730545 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



- **Regula o trânsito intestinal** e mantém e recupera a flora intestinal.

Ingredientes : Konjac 40% (água purificada, amorphophallus konjac 3,6%, hidróxido de cálcio (estabilizador)), atum 21% (**peixe**), tomate 17% (tomate, ácido cítrico (acidulante)), pimentão verde, cebola, óleo de girassol, azeitona óleo (0,5%), açúcar, alho, sal rosa do Himalaia.

Contém alérgenos: peixe

Condições de conservação : Conservar em local fresco e seco (não necessita de refrigeração)

Instruções de uso: Aquecer e pronto (2 min)

VALORES NUTRICIONAIS (100 g)

	Por 100g	Porção (250g)
Valor energético	195kJ/46,6kcal	487kJ/116kcal
Gorduras	0,6g	1,5g
Dos quais: Ácidos graxos saturados	0,12g	0,3g
Hidratos de carbono	2g	5g
Dos quais açúcares	0,6g	1,5g
Proteínas	7,2g	18g
Sal	0,72g	1,8g
Fibra	2,2g	5,5g

