

## KONJAC RIJST MET KIP EN GROENTEN 250 g

EAN: 8437000730538 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



Heerlijke konjacrijst met kip en groenten met uitgebalanceerde voedingswaarden, glutenvrij en eiwitrijk; ideaal om af te vallen of spiermassa te behouden.

### DESCRIPCIÓN

#### KONJAC RIJST MET KIP EN GROENTEN :

Klaar om te eten; Verwarm de schaal 2 minuten in de magnetron en eet.

Dubbel verzadigend: konjac glucomannan + eiwit.

Caloriearm eten: 54 kcal per 100 g.

Laag in koolhydraten en vetten.

Heerlijke konjacrijst met kip en groenten met uitgebalanceerde voedingswaarden, zeer laag in calorieën en koolhydraten, hoog in eiwitten en glutenvrij. Ideaal voor diëten met weinig koolhydraten en veel hoogwaardige eiwitten, glutenvrije diëten en voor diabetici.

Deze gezonde maaltijd bevat **13 g eiwit** (kipfilet, een van de beste eiwitbronnen die er is), slechts **2,8 g koolhydraten**, slechts **1,2 g verzadigd vet** in de hele portie en een laag **zoutgehalte, 1,8 g (Himalaya Pink Salt)**. Het belangrijkste ingrediënt in **konjac shirataki-rijst** is **glucomannan, een oplosbare vezel** met een groot verdikkingsvermogen en een zeer lage calorie-inname. Producten afgeleid van konjac zijn 100% van plantaardige oorsprong en **bevatten geen allergenen**. Behalve dat het geen netto koolhydraten bevat en geen suiker of vet bevat, **bevat konjac-pasta slechts 7 kcal per portie, waardoor het een perfecte vervanger is voor traditionele pasta**.

- Het draagt bij aan **het afvallen**, mede dankzij het lage caloriegehalte.
- Het verhoogt het **gevoel van verzadiging**, dankzij het hoge vezelgehalte dat bij inname in de maag uitzet.
- Helpt bij het handhaven van **een gezond cholesterolgehalte**.
- Positief effect op mensen met **diabetes type 2**, omdat het de stijging van het suikerniveau na de maaltijd vermindert.
- **Reguleert de darmtransit** en onderhoudt en herstelt de darmflora.



## KONJAC RIJST MET KIP EN GROENTEN 250 g

EAN: 8437000730538 FABRICANTE: THE KONJAC SHOP



### Bereiding en voedingsinformatie

Konjac Rijst met Kip en Groenten van The Konjac Shop® en Go Natur Food® is een mediterraan recept, **laag in koolhydraten, hoog in eiwitten en met een lage glycemische index**, ideaal om af te vallen of spiermassa te behouden.

**Ingrediënten** : Konjac 40% (gezuiverd water, amorphophallus konjac (3,6%), calciumhydroxide (natuurlijke stabilisator)), kip 28%, tomaat (tomaat, zonnebloemolie, ui, knoflook, gemodificeerd zetmeel, suiker, roze Himalayazout, citroenzuur zuurteregelaar), courgette, rode paprika, ui, olijfolie (1%) en roze Himalayazout.

- Bevat geen allergenen.

**Conserveringsomstandigheden** : Op een koele, droge plaats bewaren (geen koeling nodig).

**Gebruiksaanwijzing**: Verwarmen en klaar (2 min).

### VOEDINGSWAARDEN (100 g)

	Per 100g	Portie (250g)
Energetische waarde	226 kJ / 54 kcal	565 kJ / 135 kcal
Vetten	1,6 g	4g
Waarvan: Verzadigde vetzuren	0,48 g	1,2 g
koolhydraten	1,12 g	2,8 g
Van welke suikers	0,8 g	2 gram
Eiwitten	8g	20g
Zout	0,72 g	1,8 g
Vezel	1,6 g	4g

