

## Alga Wakame Fresco BIO 100 g

EAN: 8436563500770 FABRICANTE: DELIALGA



*Las algas ecológicas frescas en sal marina atlántica sin refinar son una alternativa muy natural para disfrutar de las algas con todo su sabor y propiedades.*

### DESCRIPCIÓN

Se conservan en la despensa, no necesitan nevera y una vez abiertas se conservan en perfectas condiciones durante meses. ¡Además su envase es 100% compostable!

### ¿Cómo se cocina con algas deshidratadas?

Para comerlas, solo tienes que retirarles la sal, lavándolas con agua. A continuación, añádelas a tus platos favoritos.

**Vegano. Sin grasa. ECO. Fuente de fibra. Sin azúcar.**

### Sabor

Sabor delicado **a mar**.

### Textura

Textura suave.

### Propiedades

*(Consideraciones generales por 100 g de alga deshidratada)*

- En su composición, destacan **sales minerales y oligoelementos**, como magnesio, fósforo, potasio, hierro, cobre, zinc, yodo; y especialmente, el calcio.
- **11 veces más calcio que la leche.**
- En vitaminas, suele destacar en su composición en **vitaminas A, K, C, B1, B2, B8 y B9**.
- Su valor medio en **proteínas** es considerable.
- Al igual que el resto de las algas, es baja en grasas y azúcares.



## Alga Wakame Fresco BIO 100 g

EAN: 8436563500770 FABRICANTE: DELIALGA



### Ideas para disfrutarla

- Puedes comerla cruda o cocinada.
- **Cruda va genial para la ensalada y para canapés.**
- Partiendo de deshidratado, una vez remojada 10 minutos y rociada con limón, es también ideal para consumirla en crudo en ensaladas (dato libro clemente).
- **Prueba a cocinarla arroces, cremas de verduras y pastas.**
- Utilízala en tus rellenos de empanadas, tartas saladas y croquetas.
- También **puedes tostarla** para añadir un toque crunchy a tus platos ya terminados, queda genial en ensaladas y cremas.

