

Link do produktu: <https://daryzdrowia.pl/mieszanka-chleba-z-ziarnami-czarnuszki-bg-500-piec-przemian-p-2043.html>



Mieszanka chleba z ziarnami czarnuszki b/g 500 Pięc Przemian

Cena	20,00 zł
Dostępność	Dostępny
Numer katalogowy	5902837810195
Producent	Pięc Przemian

Opis produktu

Bezglutenowa mieszanka do wypieku chleba.

Składniki: mąka owsiana bezglutenowa, słonecznik, płatki owsiane bezglutenowe, mąka teff, siemę lniane, czarnuszka 1,2%, płatki teff, nasiona chia, łuska babki jajowatej, sól himalajska.

Produkt bezglutenowy. **Produkt może zawierać alergeny: orzechy.** Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu, szczelnie zamknięte.

Sposób przygotowania:

1. Nagrzij piekarnik do 190°C.
2. Brytfankę (małą keksówkę) posmaruj olejem kokosowym lub masłem klarowanym. Można ją posypać płatkami teff, płatkami owsianymi lub mielonym siemieniem lnianym.
3. Wsyp mieszankę do miski.
4. Dokładnie mieszając powoli dolewaj 500 ml mocno gazowanej wody.
5. Wymieszane ciasto przełóż do brytfanki i wsadź do piekarnika na 1,5 godziny.
6. Po upieczeniu chleb wyjmij z brytfanki i zawiń w szmatkę. Odstaw do ostygnięcia.

Wartość odżywcza w 100 g produktu:

wartość energetyczna: 1737 kJ/417 kcal

Tłuszcz: 20 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone: 2,5 g

Węglowodany: 36 g

w tym cukry: 1,4 g

Białko: 14 g

Błonnik: 16 g

Sól: 1,3 g

