



Dane aktualne na dzień: 05-05-2024 12:12

Link do produktu: <https://www.wegetarianin.pl/dania-babci-zosi-zupa-z-ciecierzycy-p-2943.html>



Dania Babci Zosi - Zupa z ciecierzycy

Cena

5,12 zł

Opis produktu

Opis:

Ciecierzycza i ziarna soczewicy sprawiają, że zupa jest wyjątkowo pożywna, a mieszanka kmin rzymski i kolendra nadaje zupełnie orientalny, charakterystyczny aromat. Zupa najlepiej smakuje z łyżką gęstej śmietany.

Oznaczenia producenta:

Bez dodatku cukru, 100% naturalnych składników, wegański, wegetariański.

Składniki:

Ryż pełnoziarnisty parboiled, ciecierzycza podgotowana (min. 18%), pomidor suszony w proszku, soczewica zielona, mąka ziemniaczana, marchew suszona, mąka kukurydziana, sól morską, czosnek w proszku, cebula prażona (cebula, olej słonecznikowy), papryka słodka w proszku, kmin rzymski, kolendra, pieprz czarny.
Zawartość warzyw suszonych min. 50%

Sposób przygotowania:

1. Zawartość obu torebek wsyp do 1 litra zimnej wody. Mieszając, doprowadź do wrzenia.
2. Następnie dodaj 1 łyżkę masła lub oleju i gotuj przez 20 minut na małym ogniu.
3. Proponuję podawać z dodatkiem śmietany lub jogurtu naturalnego (po łyżce na talerz).

RADA BABCI ZOSI

Zupę z ciecierzycy Babcia Zosia serwuje z dodatkiem śmietany (po łyżce na talerz) i posypuj świeżymi ziołami: kolendrą lub natką pietruszki. Smacznego!

Alergeny:

Może zawierać: gluten, mleko, seler, gorczyca i orzechy.

Wartości odżywcze w 100g:

Wartość energetyczna	137 33	<i>kJ</i> <i>kcal</i>
Tłuszcz w tym kw. tł. nas.		<i>g</i> <i>g</i>
Węglowodany w tym cukry	6,2 0,8	<i>g</i> <i>g</i>
Błonnik	?	<i>g</i>
Białko	1,1	<i>g</i>
Sól	0,52	<i>g</i>

Kraj pochodzenia producenta:

Polska

Kraj pochodzenia składników:

brak informacji

Masa netto:

90g