



Dane aktualne na dzień: 25-04-2025 07:56

Link do produktu: <https://www.wegetarianin.pl/fasola-adzuki-czerwona-soja-p-407.html>

## Fasola adzuki - czerwona soja



Cena **20,50 zł**

Czas wysyłki **24 godziny**

### Opis produktu

#### Fasola azuki

Fasola azuki, czerwona soja – gatunek rośliny jednorocznej z rodziny bobowatych. Uprawiana w krajach Dalekiego Wschodu: Japonii, Chinach, Korei. Aklimatyzowana i wprowadzona do uprawy w USA.

Roślina szeroko uprawiana w krajach azjatyckich dla jadalnych nasion i kielków. Zawiera ok. 25% białka i wszystkie aminokwasy (w tym duże ilości lizyny). Nasiona są wyjątkowo bogate w żelazo, wapń, kobalt.

#### Wartość odżywcza w 100 g: Wartość energetyczna (kcal) 329

Tłuszcz	0,5 g		
Kwasy tłuszczowe nasycone	0,2 g		
Kwasy tłuszczowe wielonienasycone	0,1 g		
Kwasy tłuszczowe jednonienasycone	0,1 g		
Cholesterol	0 mg		
Sód	5 mg		
Potas	1 254 mg		
Węglowodany	63 g		
Błonnik	13 g		
Białko	20 g		
Witamina A	17 IU	Kwas askorbinowy	0 mg
Wapń	66 mg	Żelazo	5 mg
Witamina D	0 IU	Witamina B6	0,4 mg
Witamina B12	0 µg	Magnez	127 mg

**Kraj pochodzenia:** PERU

**W zakładzie pakowane są również: sezam, migdały produkty z dwutlenkiem siarki SO<sub>2</sub>, produkty zawierające gluten, różne orzechy.**

Pomimo doświadczenia wszelkich starań nie możemy w 100% wykluczyć wystąpienia w produkcie w tych surowców.