



Dane aktualne na dzień: 25-04-2025 14:23

Link do produktu: <https://www.wegetarianin.pl/maka-owsiana-bezglutenowa-400g-p-2841.html>



Mąka owsiana bezglutenowa 400g

Cena	12,10 zł
Czas wysyłki	48 godzin
Producent	BEZGLUTEN

Opis produktu

Mąka owsiana bezglutenowa 400g

Składniki: mąka z pełnego ziarna owsa bezglutenowa.

Odpowiednie dla osób nietolerujących glutenu.

Mąka **owsiana** bezglutenowa pozyskiwana jest z ziaren owsa. Warto ją stosować ponieważ:

- jest źródłem witamin
- zawiera dużo składników mineralnych
- jest dobrym źródłem błonnika
- zawiera dużo białka
- nie zawiera soli
- ma szerokie zastosowanie: ciasta, ciasteczka, babeczki, naleśniki i produkty piekarnicze.

Mąka owsiana bezglutenowa to niezastąpiony produkt na diecie bezglutenowej. Ułatwi przygotowanie ulubionych dań, a także dobrze sprawdzi się w codziennej diecie uzupełniając ją o ważne składniki odżywcze.

Doskonale poradzi sobie jako zamiennik tradycyjnych mąk zawierających gluten. Pozwoli zachować komfort codziennego życia bez konieczności rezygnacji z lubianych dań i wartościowych posiłków. Dzięki mące owsianej dieta może być zbilansowana i różnorodna, a jedzenie smaczne.

Mąka owsiana - właściwości

Mąka owsiana pozyskiwana jest z ziaren owsa. Dzięki temu, stanowi bogate źródło witamin i składników mineralnych. Uzupełni dietę o wartościowe białko oraz wspomże układ trawienny poprzez wysoką zawartość błonnika. Co ważne, mąka nie zawiera soli.

Mąka owsiana - zastosowanie

Ta mąka bez glutenu sprawdzi się świetnie nawet przy przygotowywaniu tradycyjnych dań. Nie ma potrzeby z nich rezygnować. **Chleb z mąki owsianej** ma niepowtarzalny smak i bez problemu zastąpi chleb pszenny. Na śniadanie można przyrządzić naleśniki owsiane, które z dodatkiem owoców będą stanowiły pełnowartościowe danie idealne na początek dnia. Równie smaczne i sycące będą gofry z mąki owsianej, która sprawi, że ciasto będzie puszyste w środku, a brzegi natomiast lekko chrupiące. Doskonałym pomysłem wykorzystania mąki owsianej są ciasteczka, ponieważ będą stanowiły zdrową i bogatą w składniki odżywcze przekąskę. Na przyjęcie urodzinowe czy spotkanie w rodzinnym gronie można przygotować ciasto z mąki owsianej.



Uniwersalne zastosowanie mąki owsianej sprawia, że jest to produkt, którego nie może zabraknąć w kuchni bezglutenowca, ale również u osób, które dbają o zróżnicowane składniki w diecie.

Wartość odżywcza w 100 g produktu:

Wartość energetyczna:	1530 kJ / 356 kcal
Tłuszcz:	6,9 g
w tym kwasy tłuszczowe nasycone:	1,2 g
Węglowodany:	56 g
w tym cukry:	1,3 g
Błonnik:	11 g
Białko:	14 g
Sól:	0 g

Masa netto: **400 g**