

Lotosová semena - oříšky natural 150g



Lotosový oříšek je součástí mnoha tradičních receptů. Je velmi zdravý a výživný, používá se jako pochutina.

~~Cena 129,00 Kč~~

Prodejní cena se slevou

CENA (S DPH): 99,00 Kč

Sleva

[Ask a question about this product](#)

Výrobce [Healing Nature](#)

Popisvoji jemně nahořklou chuť je vyhledávanou specialitou nejen znalců, kteří oceňují jeho účinky, ale i gurmány, zajímající se o druhy chuti na talíři.

Lotosový oříšek je součástí mnoha tradičních receptů. Je velmi zdravý a výživný, používá se jako pochutina. Lze jej konzumovat i v suchém stavu, ale obvykle se připravuje jako luštěniny.a to namočením ve vodě a vařením. Je vítanou přísadou mnoha jídel a dezertů založených na recepturách Tradiční čínské medicíny.

Nejvhodnější použití je přidání semínka při vaření obilí čímž u obilí docílíme sladko-hořké chuti, má velmi podobné účinky jako lotosový kořen. Celozrnnou rýži se semínkem vaříme v tlakovém hrnci 40 - 50 minut.

Země původu: Čína.

Složení: 100% lotosové semínka.

Výživové hodnoty (na 100 g):

Energetické hodnoty	1387 kJ / 332 kcal
Tuky	2 g
z toho nasycené mastné kyseliny	0,5 g
Sacharidy	65 g
z toho cukry	1,7 g
Bílkoviny	15,4 g
Soli	0,1 g