

Quinoa - voorgekookt

Dit 'pseudograan', oorspronkelijk afkomstig uit het Andesgebergte, behoort dankzij zijn uitzonderlijk hoge voedingswaarden tot de categorie 'superfoods'. Het is rijk aan kwalitatief hoogwaardige eiwitten, voedingsvezels, vitaminen en mineralen. Bovendien is het glutenvrij. Een ideale plantaardige vleesvervanger. Ardo's quinoa is reeds voorgekookt en leent zich zo tot tal van warme en koude gerechten, te bereiden in een mum van tijd.



Voedingsinformatie (100g)

Energie 459kJ/108kcal

Vet 1.75g

Verzadigd vet 0.18g

Koolhydraten 19.5g

Koolhydraten waarvan suikers 2.14g

Vezels 2.45g

Eiwit 4.83g

Zout 0.05g

Bereidingswijze



Warm de gewenste hoeveelheid product op in een afgesloten microgolfovenkom. Roer halfweg om.



Warm 1 à 2 soeplepels plantaardige olie op in de pan. Breng de gewenste hoeveelheid product in de pan en verwarm op een matig vuur. Roer regelmatig om.

Logistieke informatie (euro pallet)



10.0 kg

Artikelcode: 10001819

Aantal en gewicht: 1x10.0 kg

Laag/Kartons: 10x9

GTIN CU: 5411361083802

GTIN SU: 05411361083802

Verpakking: carton

Talen:

NL;FR;DE;UK;ES;PT;IT;DK;SE;NO;FI;GR;CZ;SK;PL;HU;HR;SL;RO;BG;RU;EE;LV;LT



1.0 kg

Artikelcode: 10001818

Aantal en gewicht: 10x1.0 kg

Laag/Kartons: 9x9

GTIN CU: 5411361084731

GTIN SU: 05411361084748

Verpakking: polybag

Talen:

NL;FR;DE;UK;ES;PT;IT;DK;SE;NO;FI;GR



We preserve nature's gifts