

Link do produktu: <https://przyprawy-marcopolo.pl/platki-drozdzowe-nieaktywne-35g-p-319.html>



Płatki Drożdżowe Nieaktywne 35g

Cena	7,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	48 godzin
Numer katalogowy	MPJedIn007
Kod EAN	5902686972075
Producent	Marco Polo

Opis produktu

Płatki Drożdżowe Nieaktywne

Płatki drożdżowe nieaktywne charakterystyka



Płatki drożdżowe to doskonały dodatek do potraw. Wzbogacają je głównie w białko, składniki mineralne i witaminy z grupy B, z jednym wyjątkiem. Drożdże nie produkują witaminy B12, dlatego jeśli na etykiecie widzisz informację o zawartości witaminy B12 oznacza to, że płatki drożdżowe zostały o nią wzbogacone. Dzięki zawartości witamin z grupy B płatki drożdżowe są doskonałym produktem zwłaszcza dla wegetarian i wegan, ponieważ wzbogacają ich dietę w te cenne składniki. Poza tym zawierają małe ilości tłuszczu. Nie zawierają dodatku cukru i konserwantów. Trzeba również pamiętać, że pełnią one funkcje immunomodulacyjne. Znaczą to tyle że, posiadają beta-1,3 glukanu, trehaloz, mannau i glutationu które wpływają na zwiększenie odporności organizmu. W tym wątku trzeba również wspomnieć o zawartości selenu który pomaga naprawiać uszkodzenia komórek.

Płatki drożdżowe nieaktywne zastosowanie w kuchni

W kuchni Płatki drożdżowe warto więc wykorzystać: do zup, sosów, koktajli w charakterze zagęszczacza, do wytrawnych ciast, muffinek, by wzbogacić ich walory smakowe, do past kanapkowych, tart warzywnych, farszu jako zastępstwo soli kuchennej.

Spróbuj przyprawy w przepisie.....



Próbowaliście kiedyś zrobić sałatkę z jajkami bez użycia jajek? Styl wegański którego istotą jest nie tylko odrzucenie mięsa, ale także produktów których wytwarzanie wiąże się z eksploatacją zwierząt - np. Jajka [Czytaj dalej....](#)

Wartości Odżywcze

Wartości w 100g produktu

Wartość kaloryczna 380 kcal
Białko 45,2 g
Tłuszcze 4,0 g
Węglowodany 40,0 g
Błonnik 21,6 g

Witaminy (% dziennego zalecanego spożycia dla osoby dorosłej)

Witamina C 0,0 mg (0%)
Witamina B1 6,0 mg (462%)
Witamina B2 5,44 mg (418%)
Niacyna 73,6 mg (460%)
Witamina B6 5,76 mg (443%)
Foliany 2816 µg
Witamina A 400 IU (44%)

Minerały

Fosfor 2080 mg
Potas 2040 mg (43%)
Sód 560 mg (37%)
Wapń 240 mg (24%)
Żelazo 7,2 mg (72%)
Magnez 160 mg (40%)
Cynk 5,4 mg (49%)
Miedź 0,48 mg (53%)
Selen 3,0 µg (5%)

Źródło: USDA National Nutrient Database for Standard Reference, Normy Żywienia, Nowelizacja IŻŻ, 2012

Kraj Pochodzenia

Kraj Pochodzenia: Estonia