



<https://luzem.eu>

662609436

sklep@luzem.eu



Amarantus ekspandowany (popping), cena za 100 g

Kod EAN: 213

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

7,90 PLN

Opis produktu

Popping to jedna z popularnych postaci amarantusa, rośliny zwanej szarłatem wyniosłym, a przez badaczy okrzykniętej mianem zboża XXI wieku. Jej historia jest bardzo długa i sięga czasów imperium Inków i Azteków. Dziś amarantus wraca do łask po okresie zapomnienia i doskonale wpisuje się w nurt zdrowej, pełnowartościowej żywności i produktów bezglutenowych. Godne uwagi są nie tylko same nasiona, ale także popping z amarantusa, czyli inaczej amarantus ekspandowany.

Jak powstaje popping amarantusowy?

Najcenniejszą część szarłatu wyniosłego stanowią jego nasiona. W sprzedaży można je spotkać w postaci ziarnistej, sproszkowanej lub ekspandowanej – czyli właśnie poppingu. Proces przekształcania twardych ziaren w lekkie, delikatne perełki jest zbliżony do dmuchania ryżu lub przygotowywania popcornu. Nasiona amarantusa zostają poddane obróbce cieplnej i ciśnieniowej, w wyniku czego zostają rozerwane – zyskują na objętości i stają się miękkie. Proces ten to właśnie ekspandowanie, nazywane też ekstruzją lub puffingiem. Jego zaletą jest zachowanie niemal wszystkich wartości odżywczych oraz wydłużenie terminu przydatności do spożycia – i to bez użycia substancji chemicznych. Dodatkową zaletą jest fakt, że ekspandowane nasiona amarantusa są gotowe do spożycia i przed zjedzeniem nie muszą być poddawane żadnym czynnościom.

Bez glutenu - bez problemu

Amarantus, ekspandowany czy nie, zawiera wiele cech zdrowej i pożądanej w diecie żywności. Przede

wszystkim jest naturalnie bezglutenowy – a więc odpowiedni dla alergików i chorych na celiakię. Dostarcza także bardzo dużo białka, gwarantując długotrwałe uczucie sytości i znakomicie zastępując produkty mięsne. Dodatkowo szarłat jest rośliną bogatą w antyoksydanty i nienasycone kwasy tłuszczowe, dlatego często powinien pojawiać się w menu osób dbających o zdrową dietę.

Jak jeść amarantus ekspandowany?

Teoretycznie, przez „nadmuchaną” postać poppingu, zastosowanie amarantusa jest mocno ograniczone. Tak naprawdę jednak, tym co je ogranicza jest przede wszystkim wyobraźnia. Przede wszystkim ekspandowane nasiona amarantusa znakomicie sprawdzają się jako samodzielna przekąska. Zwolennicy wyrazistych smaków mogą jednak nie być usatysfakcjonowani taką formą podania, ze względu na neutralny smak. Ponadto postać drobnych kuleczek nie sprzyja podjadaniu ich wprost z opakowania. Znacznie lepszym pomysłem jest dodanie poppingu do śniadania na słodko – owsianki, jaglanki, jogurtu czy muesli - lub zagęszczenie nim mleka z miodem czy słodkim syropem, na kształt błyskawicznego puddingu. Amarantus ekspandowany może też być stosowany do dań wytrawnych, np. jako znacznie zdrowsza panierka, dodatek do wypieków lub zagęstnik zup i sosów.

Składniki

Popping - ekspandowane nasiona amarantusa

Możliwe naturalne odchylenia.

*Zawartość soli wynika wyłącznie z obecności naturalnie występującego sodu.

INFORMACJE O ALERGENACH

W zakładzie pakowane są również: produkty zawierające **gluten, orzeszki ziemne, soja, różne orzechy, sezam**. Pomimo dołożenia wszelkich starań nie można w 100 % wykluczyć wystąpienia w produkcie tych surowców.

UWAGA - zdjęcie / wizualizacja produktu może odbiegać od aktualnego wyglądu.

Staramy się aktualizować na bieżąco wszystkie informacje zawarte na naszej stronie, jednak dane zawarte w powyższej tabeli mogą różnić się nieco, w zależności od partii produktu.

Podane wartości zostały wyliczone z receptur według danych naszych dostawców i/lub literatury fachowej.