



<https://luzem.eu>

662609436

sklep@luzem.eu



Fasola czerwona Red Kidney, cena za 100 g

Kod EAN: 109

Producent:

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

2,70 PLN

Opis produktu

FASOLA CZERWONA - RED KIDNEY

Obok malinki i orła, lub orzełka, to jedna z popularnych odmian kolorowej fasoli. Jej znakiem szczególnym jest intensywnie bordowy kolor i nerkowaty kształt. To nieodłączny składnik kuchni meksykańskiej. Współtworzy niemal każde danie - w tym znane na całym świecie, choć nie do końca pochodzące z Meksyku, chilli con carne. W Polsce fasola Red Kidney dominuje w wersji konserwowej, jednak równie dobra i znacznie tańsza jest ususzona i sprzedawana na wagę.

Ale Meksyk!

Czerwona fasola należy do rodziny bobowatych. Pochodzi z Ameryki Południowej, jednak obecnie jest znana i uprawiana właściwie na całym świecie. Wzrost popularności zawdzięcza sławie meksykańskiej kuchni oraz zwiększeniu znaczenia diety roślinnej i warzyw strączkowych, bogatych w białko. Przygotowuje się z niej tradycyjną, smażoną pastę fasolową, frijoles refritos. Jest też podstawą wielu dań z pogranicza Teksasu i Meksyku - tzw. Tex-Mex. Poza tym red kidney sprawdza się także w kuchni wegańskiej, jako element potrawek, past kanapkowych, a także doskonałego, fasolowego brownie.

Od fasoli nic nie boli

Jak każda fasola, odmiana red kidney jest bardzo sycąca, bogata w węglowodany złożone i błonnik. Dostarcza przede wszystkim witaminy z grupy B i takie pierwiastki, jak magnez, wapń, cynk i fosfor. Przyczynia się w ten sposób do utrzymania energii i koncentracji oraz zdrowych kości, zębów, włosów i

paznokci. Warto zauważyć, że czerwona fasola ma wysokie wymagania glebowe, jednak jest bardzo odporna na choroby. Nie wymaga traktowania silnymi środkami ochrony roślin, co czyni ją bardziej ekologicznym, zdrowym warzywem.

Fasola to bogate źródło łatwo przyswajalnego białka, dlatego z powodzeniem zastępuje mięso w wielu potrawach wegetariańskich, ale fasola sprawdzi się również w tradycyjnej kuchni.

Składniki

Fasola czerwona

Przechowywanie

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu, w szczelnie zamkniętym opakowaniu.

Fasola jest naturalnym źródłem:

- > Magnezu - przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.
- > Wapnia i fosforu - pomagają w utrzymaniu zdrowych kości i zębów.

Możliwe naturalne odchylenia.

**Zawartość soli wynika wyłącznie z obecności naturalnie.

*RWS - Referencyjne Wartości Spożycia przeciętnej osoby dorosłej (8400kJ/2000kcal).

Informacje o alergenach

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