



<https://luzem.eu>

662609436

sklep@luzem.eu



Masło orzechowe, cena za 100 g

Kod EAN: 503

Producent:

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

2,30 PLN

Opis produktu

PASTA ORZECHOWA 100% NATURALNA

Klasyk i obowiązkowy składnik amerykańskiego śniadania. Popularnością dorównuje nawet płatkom kukurydzianym i ziarnom popcornu. Trudno wyobrazić sobie bez niego kanapki dla dzieci i kruche ciasteczka. Pasta orzechowa, zwana do niedawna także masłem orzechowym, coraz częściej gości także na polskich stołach. Z czym, jak, i dlaczego warto ją jeść?

Spór o orzech

Pasta orzechowa to tak naprawdę rozdrobnione orzeszki ziemne - czyli nasiona orzeczy podziemnej - o konsystencji gęstego kremu. Choć produkt ten nie wydaje się być zbyt odkrywczy - ot zmielone fistaszki - to wynalazł go amerykański lekarz John Harvey Kellogg w XIX wieku. Niektóre źródła podają, że na pomysł ucierania pasty z prażonych orzechów wpadli wcześniej Aztekowie, już w XII wieku. Według innych doniesień, twórcą tego przysmaku miał być botanik George Washington Carver, twórca aż 300 produktów z orzechów. Bez względu na to, czyje tak naprawdę jest to odkrycie, pewne jest, że odmieniło ono sposób przygotowywania śniadań w większości amerykańskich domów. Mieszkańcy Stanów Zjednoczonych pokochali pastę z fistaszków tak bardzo, że postanowili nawet obchodzić Narodowy Dzień Masła Orzechowego.

Smooth or crunchy?

Pastę orzechową można podzielić na gładką - czyli smooth - oraz chrupką, z kawałkami orzechów - czyli crunchy. Bez względu na konsystencję powinna być jednoskładnikowa - pozbawiona soli, cukru, uwodornionych olejów roślinnych i innych sztucznych dodatków. Dobrej jakości pasta rozwarstwia się. Oznacza to, że na jej powierzchni wytrąca się naturalny olej z orzechów, który wymaga wymieszania przed spożyciem.

Przez żołądek do... mózgu!

Pasta fistaszkowa to produkt z jednej strony uwielbiany, a z drugiej krytykowany za wysoką kaloryczność i przereklamowane walory prozdrowotne. Tak naprawdę każdy wyrób, którego podstawą są orzechy musi być kaloryczny, ponieważ same orzechy dostarczają sporo kilokalorii. Nie warto się tym jednak przejmować - pasta orzechowa, jedzona w rozsądnych ilościach, nie jest zagrożeniem dla sylwetki. Wręcz przeciwnie, dostarcza bardzo dużo białka, błonnika, zdrowych kwasów tłuszczowych, potasu, magnezu, a także witamin z grupy B, A i E. Według badaczy orzechy nie tylko wpływają pozytywnie na figurę - chociażby dzięki niwelowaniu apetytu i budowaniu masy mięśniowej - ale także stanowią paliwo dla najważniejszego z ludzkich organów - mózgu.

Palce lizać!

Miłośnicy pasty orzechowej dodają ją do niemal wszystkiego - od pieczywa, owsianek i gofrów, przez naleśniki, ciasta i ciasteczka, aż po wytrawne potrawy kuchni orientalnej. Przeciwnicy z kolei najczęściej nie mogą przekonać się do tego przysmaku, ponieważ nie mają pojęcia z czym je jeść. Na początek warto dać szansę zwykłej kanapce - podana z warstwą masła orzechowego i słodką konfiturą lub bananami będzie smakować doskonale!

Składniki

100% **Orzechy arachidowe** prażone

100% naturalne

BEZ DODATKU OLEJU PALMOWEGO

BEZ DODATKU SOLI I CUKRU

Przechowywanie

Przechowywać w temperaturze pokojowej. Po otwarciu spożyć w ciągu 1 miesiąca.

Dodatkowa informacja

Olej z orzechów na powierzchni pasty jest zjawiskiem naturalnym.

Wartość odżywcza produktu

W 100 g

W porcji 25 g

%RWS* w 25 g

Możliwe naturalne odchylenia.

**Zawartość soli wynika wyłącznie z obecności naturalnie.

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