



Nutribel Graines de chia bio & raw 200g

Informations sur le produit

Article	ND5100	Bio	Oui
Origine	Paraguay	Végétalien	Oui
Marque	Nutribel	Végétarien	Oui
Catégorie principale	Nois, grains et fruits seches	Sans lactose	Oui
Sous-catégorie	Graines	Sans gluten	Oui
		Sans sucre	Non
		Faible teneur en sucre	Oui
		Faible teneur en sel	Oui
		Hautes fibres	Oui
		Matières premières génétiquement modifiées	Non
		Additifs génétiquement modifiés	Non

Informations logistiques

Code EAN des emballages de consommation	5400910105300	Unité d'achat poids net (kg)	0.2 kg
Code EAN unité commerciale	5400910105317	Longueur du unité consommateur (cm)	15 cm
Besoins de stockage	Ambiant	Largeur du unité consommateur (cm)	7 cm
Unité de carton	6	Hauteur du unité consommateur (cm)	21 cm
Unité par palette	672	Longueur du suremballage (cm)	22.5 cm
Emballage consommateur	Poche	Largeur du suremballage (cm)	18.5 cm
Unité de commande (d'achat d'emballage)	Boîte	Hauteur du suremballage (cm)	20.5 cm

Description

Les graines de Chia proviennent d'une plante à fleurs de la famille de la menthe originaire du Mexique et du Guatemala. L'histoire suggère que les Aztèques les considéraient comme un élément clé de leur alimentation. Si les graines de Chia sont très petites, leurs bienfaits pour la santé sont nombreux. Principalement renommées pour leur forte teneur en acides gras oméga-3, qui jouent un rôle essentiel dans le maintien de la bonne santé corporelle. Les graines de Chia sont également riches en protéines, en minéraux (calcium, manganèse et phosphore) et en fibres. Les graines de Chia peuvent contribuer à la perte de poids – riches en fibres, en protéines végétales et en bien d'autres éléments sains, elles favorisent de surcroît la sensation de satiété. Pour profiter au maximum de leurs bienfaits pour la santé, il est préférable de ne pas faire cuire les graines de Chia. Comment préparer les graines de Chia (entières ou concassées) ? Versez 1 à 2 cuillères de graines de Chia dans une tasse, ajoutez de l'eau jusqu'à les recouvrir de 3-5 cm et laissez tremper pendant quelques heures ou même toute la nuit. Les graines de Chia absorbent l'eau, doublent de volume et gélifient naturellement le mélange. Consommez ce mélange dans son intégralité.

Liste d'ingrédients

100% de chia - Certifié Biologique

Informations nutritionnelles (Valeurs pour 100g/100mL)

Énergie (KJ)	1825 kj	Matières grasses (g)	31 g
Énergie (Kcal)	436 kcal	Matières grasses dont gras saturés (g)	3.0 g
Protéines (g)	20 g	Fibres alimentaires (g)	37.9 g
Glucides (gr)	2.1 g	Sel (g)	0.05 g
Glucides dont sucres (g)	1 g		

Informations sur les allergènes

Gluten	Absent	Crustacé	Absent
Oeuf	Absent	Poisson	Absent
Arachide	Absent	Soja	Absent
Lait	Absent	Noix	Absent
Céleri	Absent	Moutarde	Absent
Graine de sésame	Absent	Sulfites	Absent
Lupin	Absent	Mollusques	Absent

Chez Nutribel, nous faisons tout pour que les infos sur le prix et les produits de notre assortiment soient aussi exactes que possible. Cependant, comme les produits font régulièrement l'objet d'améliorations, les informations (notamment sur les ingrédients, les valeurs nutritives, les régimes alimentaires ou les allergies) peuvent changer. Nous vous recommandons donc de toujours vérifier l'emballage avant de consommer un produit.