



Algas marinas Arame-ise 50 gr

Ref.: 1ARA

Cantidad: 50 gr

Algas marinas Arame de color negro y sabor delicado. Para añadir en ensaladas y platos de verdura o usar como condimento. El uso aconsejado por persona es de 1 gramo al día, equivalente a 1 pellizco de alga cocida, 4 veces por semana.

Ingredientes

Algas marinas Arame (Eisenia arbórea).

Alérgenos

Puede contener trazas de soja, gluten, crustáceos y moluscos.

Modo de uso

Lavar y dejar en remojo durante 10 minutos y después cocer otros 15 minutos más.

Calidad macrobiótica original japonesa



Valores nutricionales por 100gr

Valor energético

Kcal.	239
Kj.	993
Carbohidratos (gr)	67.9
Proteínas (gr)	9.6
Glúcidos solubles (gr)	1.4
Grasas (gr)	1.9
Saturadas (gr)	0.9
Fibra (gr)	43.8
Sodio (gr)	10