

Link do produktu: <https://beta.rafex.eu/siemie-lniane-cale-len-500-g-p-201082.html>

Siemie Lniane Całe Len 500 G



rafex.eu

Cena	6,00 zł
Numer katalogowy	RAFEX000970
Kod EAN	05902888140005
Producent	Rafex

Opis produktu

Charakterystyka

Siemie Lniane ma wyjątkowy, lekko pikantny smak. Nasiona mają wiele właściwości odżywczych, które zachowane zostały dzięki odpowiednim procesom pozyskiwania i przechowywania.

Zastosowanie

Nasiona lnu stosowane są przede wszystkim w formie naparu. Przygotowanie jest szybkie, a smak intensywny. Ziarna dodawane są również do owsianek, koktajli i jogurtów. Mogą być **Składniki:** em pieczywa i babeczek, a także zrazów i pulpetów.

Chleb z siemieniem lnianym – **Składniki:**

: 600 g mąki pszennej, 2,5 łyżeczki soli, 130 g siemienia lnianego, 70 g płatków owsianych, 60 g drożdży, pół łyżeczki cukru, letnia woda.

Przygotowanie: cukier i drożdże wymieszać z letnią wodą, pozostałe suche **Składniki:**

połączyć i dokładnie wymieszać. Po 15. minutach dodać drożdże i wyrobić ciasto. Odstawić na godzinę. Przełożyć do formy i mieć przez 45 minut w temperaturze 200 st. Celsjusza, następnie piec 15 minut bez formy.

Ciekawostka

Len powinien być przechowywany w szczelnie zamkniętych pojemnikach, ponieważ w pokojowej temperaturze szybko się psuje.