



dal 1853



Semi aromatici.



Semi di Girasole.



I semi di girasole sono semi oleosi ricchi di fibre, magnesio, potassio, fosforo, selenio, zinco, manganese e acido linoleico. Rappresentano una buona fonte di vitamine, principalmente vitamine del gruppo B e vitamina E. Grazie alle loro innumerevoli proprietà, i semi di girasole sono utili all'organismo in tanti modi diversi e sotto diversi aspetti: la vitamina E ha qualità antiossidanti e aiuta l'organismo a proteggersi dallo stress ossidativo; le fibre aiutano il regolare funzionamento dell'intestino, l'acido linoleico favorisce la salute cardiovascolare; il contenuto di magnesio fa bene alle ossa e all'umore; l'acido folico è prezioso soprattutto per le donne in gravidanza. **Si usano per condire le insalate, nello yogurt a colazione, per arricchire il pane fatto in casa, nelle zuppe e minestre.** Le confezioni sono da 200g.

Dichiarazione nutrizionale

Valori medi	Unità	Per 100 g
Energia	kcal	584
	kJ	2445
Gassi	g	51,4
di cui acidi grassi saturi	g	4,4
Carboidrati	g	20
di cui zuccheri	g	2,6
Fibre	g	8,6
Proteine	g	20,7
Sale	g	0,225

La linea semi Molino Mercanti.

Versatili e ottimi per il tuo benessere, i semi si consumano nelle insalate, nelle frittate, nelle polpette di carne o verdura o come ingrediente nell'impasto per la preparazione di pane o dolci.

scopri anche ...



i Semi di Chia, Lino, Miglio, Mix, Papavero, Sesamo e di Zucca.



dal 1853

Molino Mercanti sas di Bissoli M. Luisa e Figli

Via Marconi, 4 S. Martino Buon Albergo, Verona, 37036 Italy
Tel. +39 (045) 8780495 - Fax +39 045 992681

info@mercantialimentare.com - clienti@mercantialimentare.com