

Busca



[Página inicial](#) / [Grãos e Sementes](#) / [Grãos](#) /



Na compra desse produto ganhe **10 Pontos no Programa Mundo Fiel**~~De R\$ 11,18~~

Por:

R\$ 10,06

ECONOMIZE R\$ 1,12

R\$ 9,56 à vista com desconto PIX

Peso:

500 gr : R\$ 10,06

1

COMPRAR

CEP:

-



Descrição Geral

Comentários

A lentilha é uma leguminosa da espécie *Lens esculenta* com excelentes propriedades nutricionais. Ela é fácil de preparar, absorve facilmente o sabor de temperos e outros alimentos e tem disponibilidade por todo o ano no mercado. A lentilha se desenvolve dentro de vagens que contêm uma ou duas sementes. O grão tem o formato de discos redondos ou ovais.

Benefícios: O alimento é rico em diversos nutrientes essenciais à saúde, dentre eles, carboidratos, proteínas, fibras, lipídeos, ácido fólico, tiamina, vitamina B6, ácido pantotênico, riboflavina, niacina, vitamina C, vitamina E, vitamina K, ferro, manganês, fósforo, potássio, cobre, zinco, magnésio, cálcio e selênio, o que quer dizer que consumi-lo diariamente, e não só no fim de ano, pode ajudar a tratar e prevenir diversos tipos de doenças que acometem o nosso corpo. Além disso, por conter apenas 127 calorias para cada 100 gramas, a lentilha também pode substituir tranquilamente o feijão em dietas de emagrecimento, sem qualquer medo de subir o ponteiro da balança. Atualmente, os países que mais produzem o grão (que possui diferentes gostos e formas) são a Turquia, Índia, China e Canadá.

Como consumir: Depois de cozida, a lentilha serve para o preparo de diversos pratos culinários. Para os dias mais quentes, por exemplo, ela pode ser consumida na forma de saladas. Já a sopa de lentilha pode ser uma boa escolha para os meses de inverno. A leguminosa é um bom acompanhante para o arroz. Outra receita saborosa é a de macarrão com lentilhas.

Fonte: *mundoboaforma e tudoela*



M VIU, VIU TAMBÉM!

PRODUTOS RELACIONADOS

10% de desconto



Lentilha Vermelha

~~De: R\$ 12,40~~

Por: R\$ 11,16

R\$ 10,60 à vista com desconto PIX

VER MAIS

10% de desconto



Suco Verde ou Detox Verde

~~De: R\$ 17,37~~

Por: R\$ 15,63

R\$ 14,85 à vista com desconto PIX

VER MAIS



10% de desconto



Chá Verde

~~De: R\$ 4,99~~**Por: R\$ 4,49**

R\$ 4,27 à vista com desconto PIX

[VER MAIS](#)

10% de desconto



Argila Verde

~~De: R\$ 8,02~~**Por: R\$ 7,22**

R\$ 6,86 à vista com desconto PIX

[VER MAIS](#)

CONFIRA OS PRODUTOS

VISITADOS[TERMOS PESQUISADOS](#)

AVEIA.



Farinha de Aveia

De R\$ 7,25

R\$ 6,52**R\$ 6,19**à vista com
desconto PIX

Total de Produtos Visitados (1)

Pá Limpar

CATEGORIAS VISITADAS

Detalhes da Navegação



AS MELHORES

AVALIAÇÕES

Nome: Isabella Ribeiro**Avaliação:** Positivo**Depoimento:** Quero agradecer a todos do Mundo Cerealista pela recepção, pois o produto chegou antes do previsto, ...**Comentado em:** 07/07/2020**Nome:** Vanessa Constância**Avaliação:** Positivo**Depoimento:** Minha primeira compra superou qualquer expectativa. Os produtos são de ótima qualidade, chegaram dent...**Comentado em:** 18/07/2020**Nome:** Izabel Barroso**Avaliação:** Positivo**Depoimento:** Bom dia!\r\nAcabei de receber meus produtos antes do tempo previsto. Gostei muito da ...**Comentado em:** 27/09/2021**Nome:** Humberto**Avaliação:** Positivo**Depoimento:** Recebi os produtos bem antes do prazo, tudo muito bem embalado e de ótima qualidade ! Atendimento co...**Comentado em:** 25/06/2020

VER TODOS

GOSTOU DA LOJA? ENTÃO CADASTRE-SE!

NEWSLETTER

CADASTRAR

INSTITUCIONAL

[Quem somos?](#)[Mundo Cerealista é confiável?](#)[Segurança](#)[Desconto Redes Sociais](#)[Política de Frete - Fixo e Grátis](#)[Política de troca e devolução](#)[Depoimentos de Clientes](#)[Política de Atacado](#)[Programa de Fidelidade - Mundo Fiel](#)[Endereços lojas físicas](#)[Escolha uma causa e nós doamos!](#)[PEGUE AQUI SEU CUPOM](#)[Contato](#)

CONTATO



Horário de Funcionamento das Lojas: Segunda a Sexta das 09h00 as 19h00 Sábado das 09h00 as 18h00. SAC: Segunda a Sexta das 09h00 as 17h00



(11) 2337-1245



sac@mundocerealista.com.br



11993500214

PAGAMENTO



LISTA



A PRAZO



SEGURANÇA



CNPJ: 31.217.101/0001-42

TECNOLOGIA **TRAYCOMMERCE**

