

HOME / LANCHES SAUDÁVEIS / OLEAGINOSAS /
AVELÃ SEM CASCA NATURAL VIVA SALUTE EMBALADA A VÁCUO - 1KG

A GRANEL

Avelã Sem Casca Natural Viva Salute Embalada a Vácuo - 1Kg

Clique e veja!



AVELÃ SEM CASCA		
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção de 15g (01 colher de sopa)		
Quantidade por porção		%VD*
Valor energético	kcal (kJ)	
		2%
Carboidratos	2,5g	1%
Proteínas	5,3g	11,1%
Gorduras totais	9,4g	17,1%
Gorduras saturadas	1,7g	3,2%
Gorduras trans	-	-
Fibra alimentar	1,5g	5,7%
*Porcentagem de referência baseada no consumo médio de 2000 kcal por dia. Os valores podem variar de acordo com o método utilizado para análise.		
INGREDIENTES: AVELÃ SEM CASCA "VIVA SALUTE". CONTEÚDO: AVELÃ SEM CASCA. NÃO CONTEÚDO: TRIGO, CENTEIO, CENOURA, AVELÃ E BOLA DE TÊNIS. NÃO CONTEÚDO: AMENDOIM, NOZ, AMÊNDOA, CASTANHA DE CAJU, CASTANHA DO PARÁ, CASTANHA DO BRASIL, MACADAMIA, VOGEL, PÊCA, PISTACHE, PINO, E CASTANHA. CONTEÚDO: GLUTEN.		

R\$ 110,88

R\$ 107,55 à vista com desconto Pix - Yapay 12x de R\$ 11,45 com juros

-

1

+

 1 compra = 1 doação☐ Meio Ambiente☐ Proteção Animal

Não custa nada pra você, nós é quem doamos!

Verificado pelo  polen

00000-000

DESCRIÇÃO GERAL

PROPRIEDADES NUTRICIONAIS DA AVELÃ SEM CASCA:

Considerado um alimento altamente nutritivo, o consumo de avelã sem casca tem sido recomendado como parte de uma dieta saudável, uma vez que fornece uma boa quantidade de gorduras boas, proteínas, vitaminas e minerais, além de compostos bioativos como flavonoides, ácidos fenólicos, fitoestrogenios, taninos, fitoesteróis e ácidos orgânicos.

Apesar do elevado teor de gorduras da avelã sem casca, elas estão presentes, em maior quantidade na forma de ácidos graxos monoinsaturados (MUFA), consideradas gorduras benéficas para a nossa saúde e essenciais, uma vez que não podem ser sintetizadas pelo nosso organismo.

Além disso, a avelã sem casca é rica em aminoácidos essenciais, apesar de apresentar baixo teor de lisina e triptofano. Dentre os aminoácidos mais abundantes na avelã crua, podemos citar o ácido glutâmico, a arginina e o ácido aspártico. Além de exercerem diversas funções no nosso corpo, os aminoácidos funcionam ainda como "tijolinhos" para a construção de diversos tecidos do nosso corpo, incluindo os músculos.

A avelã sem casca também é rica em vitamina C e vitaminas do complexo B (niacina, biotina, ácido fólico e ácido pantotênico). Dentre os frutos secos, elas são ainda uma das mais ricas em ácido fólico, nutriente essencial, principalmente na gravidez. Com relação aos minerais, o potássio é o mais abundante nesta oleaginosa, seguido do fósforo, magnésio, cálcio, ferro e zinco.

A avelã embalada a vácuo ainda tem a vantagem de preservar todos os seus nutrientes, além de aumentar o tempo de conservação do produto de forma natural.

COMO CONSUMIR SEM CASCA:

A avelã sem casca é muito utilizada como ingrediente de chocolates, biscoitos, bolos, tortas, entre outras receitas e preparações. No entanto, também são ótimas opções de lanchinho saudável entre as principais refeições.

Mas vale lembrar que seu consumo deve estar aliado a uma dieta equilibrada e hábitos de vida saudáveis.

Segunda à Quinta-feira das 8hs às 17:30hs.

Sexta-Feira das 8hs às 16:30hs.

BAIXE NOSSO APP**SIGA-NOS****PAGAMENTOS****CERTIFICADOS**

Copyright © 2020. Todos os direitos reservados. Viva Salute Alimentação Saudável Ltda - Rua Fernão de Magalhães, 202 - Brás - SP - CNPJ: 21.016.833/0002-00