

Quinoa mletá 1000g



Mletou quinou lze využít jako alternativu polohrubé mouky pšeničné. Užíváme při pečení, zahušťování omáček či polévek.

~~319,00 Kč~~ 299,00 Kč

Prodejní cena se slevou

CENA (S DPH): 319,00 Kč

Sleva

[Ask a question about this product](#)

Výrobce [Salvia Paradise](#)

Quinoa je známá pod českým názvem Merlík čilský nebo latinským *Chenopodium quinoa*. Rostlina bývá často zaměňována za obilovinu jedná se však o tzv. pseudoobilovinu. Jednou z jejích výhod je že neobsahuje žádný lepek a je tak potravinou, kterou si s chutí mohou obohatit svůj jídelníček i celiaci tedy lidé dodržující bezlepkovou dietu nebo ji využít jako zpestření jídelníčku. Výbornou alternativou k doplnění potřebných živin může být taktéž pro vegetariány či vegany.

Quinoa je plodina pocházející z oblasti peruánských And. Zde je pěstována již 5000 let. V dobách Inků byla druhou základní potravinou. Název quinoa znamená v jazyce Inků „matka zrna“, což vypovídá o postavení jaké quinoa u původních obyvatel Peru měla. Kolonizací byla potravinou vytlačena a Evropané nahradili quinou klasickými obilovinami. V posledních letech po vzestupu poptávky po zdravé stravě zejména v Severní Americe a Evropě dochází opět k navracení plodiny do původních oblastí Jižní Ameriky kde stále vzrůstá její objem pěstování a vývozu.

Mletou quinou lze využít jako alternativu polohrubé mouky pšeničné. Užíváme při pečení, zahušťování omáček či polévek.

| | |
|---------------------------|------------------|
| Nutriční hodnoty: ve 100g | ve 40g (1 porce) |
| Energie: 1549 kJ/370kcal | 619,9 kJ/148kcal |
| Bílkoviny: 16,5g | 6,6g |
| Sacharidy: 64g | 25,6g |
| Tuky: 6g | 2,4g |

Surovina pro individuální použití
