# Produktový list




## Ovsené vločky jemné 500g GymBeam

| | |
|---|---|
| Kód produktu: | **055036153** |
| EAN kód: | **8586022216473** |
| Krajina pôvodu: | **Európska únia** |
| Množstvo v kartóne: | **1 ks** |

## Základné informácie

Bezlepkové ovsené vločky jemné s vysokým obsahom vlákniny využijete pri príprave lahodných krémových kaší či zdravých dezertov

Bezlepkové ovsené vločky jemné patria právom medzi základné potraviny priaznivcov fitness a zdravého stravovania. A nie je sa čomu čudovať, ide o surovinu, ktorá je nutrične bohatá, a navyše sa dá využiť mnohými spôsobmi. Obsahuje veľké množstvo komplexných sacharidov, ktoré zaistia postupné uvoľňovanie energie. Iste vás poteší aj vysoký podiel vlákniny. Tá je nevyhnutná pre správne trávenie a môže pomôcť, aby ste sa po jedle cítili viac sýti. Tomu napomáha aj obsah bielkovín, ktoré sú najviac sýtivou makroživinou. Vločky neobsahujú lepok, a preto si na nich môžu pochutnať celiaci a ľudia, ktorí majú s trávením lepku problém.

Okrem zloženia si vás vločky získajú aj svojou lahodnou chuťou a skvelou krémovou konzistenciou, ktorú vytvárajú. Tá najlepšie vynikne v raňajkových kašiach a smoothies. Rovnako sa dajú vločky použiť aj na prípravu zdravých dezertov, kde v receptoch dokážu čiastočne nahradiť múku. Milovníci polievok a omáčok používajú ovsené vločky aj na zdravšie zahustenie.

Ak premýšľate, ako pri varení zdravšie nahradiť klasickú múku, ovsené vločky môžu byť skvelou voľbou. A pokiaľ si váš deň nedokážete predstaviť bez ovsenej kaše, potom tieto jemné vločky rozhodne stoja za vyskúšanie. Uvidíte, že vaše obľúbené jedlá s nimi získajú úplne nový rozmer.

**Bezlepkové ovsené vločky a ich benefity**

- jemne mleté vysoko kvalitné ovsené vločky
- obsahujú komplexné sacharidy
- majú vysoký obsah vlákniny
- sú zdrojom bielkovín
- neobsahujú lepok
- majú lahodnú chuť
- vytvárajú jemnú krémovú konzistenciu
- dajú sa využiť v slaných aj sladkých pokrmoch
- ideálne na prípravu kaší, dezertov, na zahustenie polievok i omáčok

- dokážu čiastočne nahradiť múku
- sú vhodné pre celiakov a vegánov

**Použitie**

Pridajte do obľúbeného jogurtu, smoothie alebo použite pri príprave kaše, granoly alebo müsli.

**Skladovanie**

Uchovávajte na suchom a chladnom mieste. Chráňte pred priamym slnečným žiarením.

## Zloženie

Bezlepkové **ovsené vločky** jemné.

| **Nutričné hodnoty** | **100 g** | ***RI** |
|---|---|---|
| Energetická hodnota | 1480 kJ / 353,49 kcal | 17,6 % |
| Tuk | 6 g | 8,6 % |
| z toho nasýtené mastné kyseliny | 1,4 g | 7 % |
| Sacharidy | 52 g | 9,6 % |
| z toho cukry | 0,4 g | 0,4 % |
| Vláknina | 15 g | |
| Bielkoviny | 14 g | 28 % |
| Soľ | 0,04 g | 0,7 % |

**Referenčná hodnota príjmu priemernej dospelej osoby (8400 kJ/2000 kcal).**

## Obsah balenia

Hmotnosť/Objem balenia: 500 g ( 0,5 kg )