

Link do produktu: <https://twardyorzecz.pl/platki-owsiane-zwykle-500g-p-647.html>

Płatki owsiane zwykłe 500g



Cena brutto	4,73 zł
Cena netto	4,50 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	48 godzin
Kod EAN	5905514047617
Producent	Twardy Orzech

Opis produktu

Płatki owsiane zwykłe 500g

Chcesz zacząć poranek śniadaniem, które da Ci energię na cały dzień?

Sięgnij po nasze Płatki Owsiane!

Płatki są cennym źródłem białka i błonnika pokarmowego oraz witamin z grupy B oraz witaminy E. Zawierają także szczególnie dużą ilość białka i wysoko przyswajalnego błonnika, dzięki czemu pomagają utrzymać mięśnie w dobrej kondycji. Idealnie sprawdzają się jako uzupełnienie diety podczas wzmożonych treningów. Przyspieszają także metabolizm i pozytywnie wpływają na układ odpornościowy. Wspomogą Twoją pamięć i polepszą koncentrację.

Płatki owsiane można łączyć z mlekiem, jogurtem lub miodem, by sprawić sobie smaczną przekąskę. Można też je mieszać z innymi daniami jako dodatek do surówek warzywnych oraz rybnych potraw.

- Sprawdź nasze przepisy!
- [Owsianka pieczona z bakaliami](#)
 - [Owsianka pieczona z jabłkiem](#)
 - [Owsianka nocna](#)
 - [Czekoladowe kulki owsiane](#)

opakowanie: torebka foliowa z etykietą dystrybutora

kraj pochodzenia: Polska

Mleko OWSIANE – z płatków owsianych

Potrzebujesz:

- 1 szklanka [płatków owsianych](#)
- 4 szklanki wody
- [szczypta soli](#)
- łyżeczka [cukru z prawdziwą wanilią](#)

Płatki owsiane namocz na noc - zalej wodą.

Zmiksuj na gładką konsystencję dodając sól i cukier.

Przecedź przez gęste sitko lub czystą ściereczkę.

Przelej do butelki i schowaj do lodówki, możesz przechowywać 2-3 dni.

Tak przygotowane mleko roślinne możesz stosować jako zamiennik mleka zwierzęcego do picia, gotowania, oraz wypieków.

Kraj pochodzenia:: **Polska**
Wartość energetyczna: **1585kJ (376kcal)**
Węglowodany(w tym cukry): **62,0 g (0,9 g)**
Tłuszcze(w tym nasycone): **7,2 g (1,3 g)**
Sól: **0,01 g**
Błonnik: **6,9 g**
Białko: **12,0 g**