Dane aktualne na dzień: 11-10-2026 09:10

Link do produktu: https://twardyorzech.pl/slonecznik-luskany-500g-p-751.html

Słonecznik Łuskany 500g

Cena brutto	**5,50 zł**
Cena netto	**5,24 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**48 godzin**
Kod EAN	**5905514046597**
Producent	**Twardy Orzech**

Opis produktu

Słonecznik łuskany 500g

Słonecznik to jeden z najbardziej popularnych przysmaków Świata. W Polsce jest on obecny od średniowiecza, a pierwsze książki kucharskie poświęcone temu smakołykowi pojawiły się w epoce nowożytnej. Ten pyszny i zdrowy słodko-kwaśny smakołyk ma wiele zalet. Słonecznik można jeść samodzielnie lub stosować jako dodatek do innych potraw.

Słonecznik łuskany jest niezwykle wartościowym dla naszego organizmu składnikiem odżywczym. W jego składzie znaleźć można sporo wartościowych aminokwasów oraz witaminy E, B1 czy B2, magnez, żelazo, potas, cynk i miedź – to wszystko sprawia, że słonecznik pozytywnie wpływa na nasze zdrowie. Posiada właściwości antyoksydacyjne i nawilżające, a także działa przeciwzapalnie.

kraj pochodzenia: Bułgaria, Mołdawia, Węgry lub Polska

Chałwa słonecznikowo - sezamowa

Wszystkie składniki kupisz w naszym sklepie

2/3 szklanki słonecznika łuskanego

1 szklanka sezamu łuskanego

3 łyżki syropu klonowego

szczypta soli

ziarenka z laski wanilii lub kilka kropel ekstraktu waniliowego

można dodać 2 łyżki oleju kokosowego

Sezam praż lekko na suchej patelni, na niewielkim ogniu (sezam szybko się przypala), mieszaj często. Kiedy poczujesz przyjemny zapach, sezam jest gotowy
Słonecznik przygotuj na patelni podobnie jak sezam.
Kiedy ziarenka ostygną, zmiksuj je w blenderze na mąkę (uważaj, żeby nie blendować zbyt długo, ponieważ zrobi się masło)
Do zmielonych ziarenek dodaj wyjęte ziarenka z laski wanilii, sól i syrop klonowy oraz płynny olej kokosowy tyle żeby masa była plastyczna.
Włóż masę do foremki silikonowej lub zwykłej wyłożonej folią spożywczą, dokładnie ugnieć.
Schowaj na kilka godzin do lodówki. Gotowe :)

Kraj pochodzenia:: **Bułgaria**
Wartość energetyczna: **2450 kJ/ 589 kcal**
Węglowodany(w tym cukry): **25g (2,3g)**
Tłuszcze(w tym nasycone): **44g (4,4g)**
Białko: **24g**
Sól: **0,01g**