

Dane aktualne na dzień: 26-08-2026 02:51

Link do produktu: <https://rafex.eu/siemie-lniane-cale-len-1-kg-p-373.html>

## Siemie Lniane Całe Len 1 Kg



rafex.eu

|                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| Cena             | <b>9,90 zł</b>        |
| Numer katalogowy | <b>373</b>            |
| Kod EAN          | <b>05902888002020</b> |
| Producent        | <b>Rafex</b>          |

### Opis produktu

#### Charakterystyka

Siemie Lniane ma wyjątkowy, lekko pikantny smak. Nasiona mają wiele właściwości odżywczych, które zachowane zostały dzięki odpowiednim procesom pozyskiwania i przechowywania.

#### Zastosowanie

Nasiona lnu stosowane są przede wszystkim w formie naparu. Przygotowanie jest szybkie, a smak intensywny. Ziarna dodawane są również do owsianek, koktajli i jogurtów. Mogą być **Składniki:** em pieczywa i babeczek, a także zrazów i pulpetów.

Chleb z siemieniem lnianym – **Składniki:**

: 600 g mąki pszennej, 2,5 łyżeczki soli, 130 g siemienia lnianego, 70 g płatków owsianych, 60 g drożdży, pół łyżeczki cukru, letnia woda.

Przygotowanie: cukier i drożdże wymieszać z letnią wodą, pozostałe suche **Składniki:**

połączyć i dokładnie wymieszać. Po 15. minutach dodać drożdże i wyrobić ciasto. Odstawić na godzinę. Przełożyć do formy i mieć przez 45 minut w temperaturze 200 st. Celsjusza, następnie piec 15 minut bez formy.

#### Ciekawostka

Len powinien być przechowywany w szczelnie zamkniętych pojemnikach, ponieważ w pokojowej temperaturze szybko się psuje.