Dane aktualne na dzień: 15-11-2026 23:44

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



Siemię Lniane Całe Len 1 Kg

Cena	**9,90 zł**
Numer katalogowy	**373**
Kod EAN	**05902888002020**
Producent	**Rafex**

Opis produktu

Charakterystyka

Siemię 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 droższe 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.