



# TRIGO

FLOCOS INTEGRAIS



seleção  
CEREAIS

**Versáteis e nutritivos • Vegan**  
**Alto teor em fibra**

**Sugestão de utilização:** Combinar com outros cereais integrais (aveia, cevada, centeio) e cozinhar em bebida vegetal, leite ou água, durante 12 a 15 minutos. Para uma cozedura mais rápida e textura mais cremosa, colocar previamente de molho. Adoçar a gosto e enriquecer com sementes e bagas. Podem também ser adicionados a pães e bolos, sopas e hambúrgueres.

**Ingredientes:** Flocos de TRIGO integral.

**Para alérgicos ver ingredientes realçados.**

**Pode conter vestígios de soja, sementes de sésamo e frutos de casca rija.**

**Declaração Nutricional** (valores médios/100 g): Energia 1409 kJ / 333 kcal; Lípidos 2,2 g, dos quais saturados 0,4 g; Hidratos de carbono 63,8 g, dos quais açúcares <1 g; Fibra 10,9 g; Proteínas 9,1 g; Sal 0,02 g.

Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Depois de aberto manter num recipiente fechado, de preferência no frigorífico. Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)

**IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda.**

Av. Nossa Sr.ª de Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia, Portugal

Tel.: +351 263 659 453 (Chamada para a rede fixa nacional)

consumidor@ignoramus.pt • www.ignoramus.pt

400 g

R0003-9659

5 604321 002092 >

