



# Soja fina

com alto teor em proteína e fibra

*Substituto vegetal da carne, de rápida  
preparação, versátil e económico*

**Lasanhas • Bolonhesas • Empadões**

**Sugestões de utilização:** Passar a soja por água fria, aprox. 40 g por pessoa. Levar ao lume um tacho com água abundante, adicionar a soja e deixar ferver durante 5 minutos. Escorrer bem. Depois de hidratada, utilizar a soja fina em substituição da carne picada na preparação de lasanhas, empadões, tartes, empadas, pastéis, hambúrgueres e almôndegas. Devido ao seu sabor neutro absorve facilmente qualquer tempero adicionado.

**Ingredientes:** SOJA texturizada. Sem OGM. **Para alérgicos ver ingredientes realçados.** Contém soja. Pode conter vestígios de glúten, sésamo e frutos de casca rija.

**400 g**

**Dedaração Nutricional** (valores médios por 100 g): Energia 1361 kJ/323 kcal; Lípidos 1,4 g, dos quais saturados 0,3 g; Hidratos de carbono 19 g, dos quais açúcares 12 g; Fibra 17 g; Proteínas 50 g; Sal 0,08 g.



Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)

Embalado por: **IGNORAMUS – Produtos Naturais, Lda.**

Av. Nossa Sr.ª Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia, Portugal • Tel.: 263 659 453  
consumidor@ignoramus.pt • www.ignoramus.pt • www.facebook.com/marcacemporcento



*Solicite grátis folheto de receitas*