

Viver a Vida a Cem Porcento



# LENTILHAS VERMELHAS

Alto teor em proteína  
Alto teor em fibra

500 g

AS PROTEÍNAS CONTRIBUEM PARA O  
CRESCIMENTO E MANUTENÇÃO DA MASSA MUSCULAR

Conservar em local fresco e seco.

Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)



**Sugestões de utilização:** Não é necessário demolhar. **Rápida cozedura.** Lavar em água corrente. Colocar numa panela com água fria abundante e deixar ferver. Retirar a espuma que fica à superfície e cozer cerca de 10 minutos, em lume brando. Ideais para bases de sopas, para preparar hambúrgueres, recheios de tartes e empadas.

**Ingredientes:** Lentilhas vermelhas. Sem OGM.  
**Pode conter vestígios de glúten, soja e sementes de sésamo.**

**Declaração Nutricional** (valores médios por 100 g): Energia 1625 kJ/384 kcal; Lípidos 2,2 g, dos quais saturados 0,2 g; Hidratos de carbono 61,1 g, dos quais açúcares 2 g; Fibra 10,8 g; Proteínas 24,6 g; Sal 0,4 g.

IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda. • Av. N. Sr.ª Guadalupe, n.º 71 • 2135-015 Samora Correia  
Tel.: 263 659 453 • consumidor@ignoramus.pt • www.ignoramus.pt

marcacemporcento

