



Prodotti Alimenti ▾ Materie prime ▾ Chicchi ▾ FARRO DECORTICATO BIO

FARRO DECORTICATO BIO



Il farro fu il primo grano coltivato all'inizio della civilizzazione dai pastori nomadi tra la Mesopotamia e l'Egitto, alcuni chicchi vennero rinvenuti nelle tombe dei faraoni. È una pianta erbacea della famiglia delle Graminacee, che si divide principalmente in tre varietà: il più antico *Triticum monococcum*, il più comune *Triticum dicoccum* e infine il *Triticum spelta*. Già noto ai greci, come dimostrano le scritture di Omero, e ai romani, per cui divenne base dell'alimentazione e dono propiziatorio nelle cerimonie di culto, e agli etruschi. Il farro è un cereale molto indicato per la sua versatilità e le sue caratteristiche nutrizionali. Ideale nelle minestre e zuppe o in insalate.

Ingredienti

Farro decorticato (*Triticum spelta*) bio.

Modo d'uso

La dose per una persona è di circa 80g. Consigli per l'uso: sciacquare e lasciare in ammollo per circa 6 ore. Poi metterlo in una pentole con il doppio del volume d'acqua e cuocere per circa 50 minuti.

Valori Nutrizionali

| | |
|-------------------------------------|--------------------|
| Valori nutrizionali medi per | 100 g |
| Energia | 335 kcal / 1400 kJ |
| Proteine | 15,1 g |
| Carboidrati | 67,1 g |
| Grassi | 2,5 g |

Info utili

Codice: 1462

Peso: 500 g

Minsan: 901430696

Ente certificatore: QC

Codice Ean: 8016323024137

Agricoltura: UE

Modalità di conservazione:

Conservare in luogo fresco e asciutto, lontano da fonti di luce e di calore. Dopo l'apertura, richiudere bene la confezione.

IL FIOR DI LOTO S.R.L.

Interporto S.I.TO | Strada Prima n° 1/A - 10043 ORBASSANO | Torino - ITALY - Partita IVA: 00814780011
R.E.A. n. 452340 - Capitale soc. € 100.317,00 int. vers. | ilfiordiloto@pec.it

Powered by Wellnet Srl