



## BARREJA DE BOLETS



### Ingredients

Barreja de bolets deshidratats silvestres i de cultiu en proporció variable.

Producte natural deshidratat. Conserveu-ho en un lloc fresc i sec, protegit de la llum.

### Informació nutricional

#### Valors nutricionals per 100 g de producte

Valor energètic: 644,87 kJ / 154,06 kcal

Grasses: 2,79 g

De les quals saturades: 0,51 g

Hidrats de carbòni: 22,25 g

Dels quals sucres: 3,80 g

Proteïnes: 12,25 g

Sal: 0,49 g

### Preparació

Hidrateu en aigua 60 minuts. Un cop hidratat, escorreu i utilitzeu com a bolet fresc. Es pot aprofitar l'aigua si la passeu per un colador. La barreja de bolets és ideal per a arròs, pasta, amanides, ous, peix...

