



OU DE REIG



Ingredients

Amanita caesarea. Bolet deshidratat.

Sense colorants ni conservants. Sense sal. Conserveu-ho en un lloc fresc i sec, protegit de la llum.

Informació nutricional

Valors nutricionals per 100 g de Producte

Valor energètic: 707,23 kJ / 168,92 kcal

Grasses: 2,70 g

De les quals saturades: 0,68 g

Hidrats de carbòni: 25,00 g

Dels quals sucres: 0,68 g

Proteïnes: 11,49 g

Sal: 0,34 g

Preparació

Hidrateu-lo en aigua 60 minuts. Un cop hidratat, escorreu-lo i utilitzeu-lo com a bolet fresc. Es pot aprofitar l'aigua si la passeu per un colador. L'ou de reig és exquisit en ous, amanides, carns, saltats, carpaccio, llegums...

