



ROSSINYOL



Ingredients

Cantharellus cibarius silvestre Bolet deshidratat.

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

Informació nutricional

Valors nutricionals per 100 g de Producte

Valor energètic: 783,20 kJ / 187,19 kcal

Grasses: 2,61 g

De les quals saturades: 0,00 g

Hidrats de carbòni: 33,79 g

Dels quals sucres: 5,71 g

Proteïnes: 5,07 g

Sal: 0,10 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. Els rossinyols són exquisits en guisats, carns, ous, remenats, peix...

