

## Sjemenke lana



Ocjena: Neocjenjeno

**Cijena**

0,34 €

0,34 €

[Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod](#)

Proizvođa: [Roba na mjerenje \(1 kom 100 gr\)](#)

Opis

**Sjemenke lana** se smatraju posebno ljekovitim iz više razloga. Sadrže omega 3 masne kiseline, vlakna, proteine i brojne druge nutritivne vrijednosti, čime pomažu jačanju imuniteta. Lan također može pomoći u mršavljenju, snižavanju kolesterola i koncentracije šećera u krvi.

**Sastojci:** sjemenke lana (lat. *Linum usitatissimum*).

**Upotreba:** sjemenke lana možemo koristiti u pripremi salata, pri izradi peciva i hleba i konzumirati kao dodatak jogurtu, sokovima ili smutijima. Preporučeno je konzumirati 1-2 kašike mljevenih sjemenki dnevno.

**Napomena:** može sadržati tragove glutena, orašastog voća, kikirikija i susama. Prilikom konzumacije sjemenki lana treba uzimati dovoljno tečnosti zbog uticaja na probavu. Osobe koje koriste antikoagulanse, boluju od simptoma iritabilnog crijeva i Chronove bolesti prije početka konzumacije trebaju se posavjetovati sa ljekarom.

## Svi proizvodi: Sjemenke lana

---

**Način čuvanja:** na suvom, hladnom i tamnom mjestu.

**Porijeklo:** Indija.

### Nutritivna vrijednost

Nutritivne vrijednosti	/100g
Energija	2434kJ/534kcal
Masti	42,2g
- zasićene masti	3,7 g
Ugljeni hidrati	28,8g
- šećer	1,59 g
Vlakna	27,3 g
Proteini	18,3 g
So	0,075g

Posebno brinemo o tačnosti informacija o proizvodima na našoj web stranici. Međutim, kako se propisi o proizvodnji hrane često mijenjaju može doći do promjena u sastavu hrane, hranljivih materija ili alergena, prehrambenih informacija itd. Zbog mogućih odstupanja molimo vas da prije korištenja proizvoda pročitate informacije na samom proizvodu. Informacije o proizvodima nisu namijenjene dijagnozi i liječenju. Za ozbiljnija zdravstvena stanja i nelagode obratite se svom ljekaru, terapeutu, homeopatu.

\*Slika proizvoda služi samo u ilustrativne svrhe.

### Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.