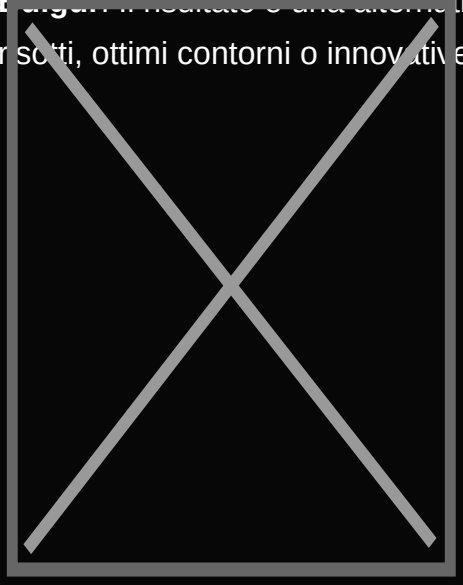
Tipiak Quinoa Gourmand, mix di cereali completo e versatile

tipiak-625cc3fa

Un’idea sana, naturale, nutriente, versatile e deliziosa in cucina? **Quinoa Gourmand di Tipiak**, marchio francese leader di mercato che ha portato il cous cous sulle tavole italiane e che ora si fa apprezzare per questa specialità che rivoluziona le nostre abitudini alimentari con un occhio attento alla salute. Quinoa Gormand di Tipiak è un **mix di 50% di Quinoa Rossa e Bianca e di 50% di Bulgur**. Il risultato è una alternativa al riso e alla pasta che permette di preparare zuppe, minestre, risotti, ottimi contorni o innovative insalate.



La Quinoa è la “**madre di tutti i semi**”, traduzione del nome della pianta – la Chisiya Mama – che veniva coltivata già dal popolo Inca tra i 6000 e i 7000 anni fa. Una pianta straordinaria dalle proprietà nutrizionali elevate. La Quinoa è un alimento particolarmente apprezzato per la sua alta digeribilità, per il grande contenuto proteico e per il ridotto potere calorico che lo rende adatto a ogni dieta. Ha un sapore molto delicato che si armonizza perfettamente con ogni tipo di alimento. Questo “falso cereale” - non appartiene infatti alla famiglia delle graminacee - contiene fibre e minerali come fosforo, magnesio, ferro e zinco, oltre a essere fonte preziosa di

proteine vegetali. La Quinoa inoltre è adatta per chi ha problemi di celiachia in quanto è totalmente priva di glutine.

Il Bulgur è un **alimento a base di cereali**, originario della Turchia. Si ottiene mediante la cottura a vapore dei semi di grano duro che, successivamente, vengono essiccati e frantumati in una sorta di granella. Una delle caratteristiche principali del Bulgur è quello di essere estremamente digeribile. È un cereale ricco di amido e povero di grassi. Ha un elevato contenuto di fibre ed è molto apprezzato per la sua croccantezza e per la sua dolcezza. In ogni confezione da 250 grammi di Quinoa Gourmand troviamo dunque l'equilibrato mix che in soli 12 minuti di cottura garantisce preparazioni originali e appetitose.

Qualche suggerimento per apprezzare al meglio tutto il buono e il sano di Quinoa e Bulgur? **Da leggere insalate miste, ma ricche di ingredienti gustosi, ai dolci per la prima colazione**: ecco quindi i biscotti e i pancake per un risveglio gustoso, oppure un petto di pollo impanato con questo mix Tipiak o ancora ecco un'insalata vegetariana con Quinoa Gourmand, formaggio feta e melanzane. E per finire una omelette con Quinoa Gourmand e caprino.

Tipiak Quinoa Gourmand
scatola 250 g € 5,96