Dane aktualne na dzień: 16-11-2026 01:55

Link do produktu: https://www.deesis.com.pl/ryz-dziki-500g-p-8247.html



Ryż Dziki 500g.

Cena	**25.50 zł**

Opis produktu

Ryż dziki to ryż o niskim indeksie glikemicznym, jest lekkostrawny i ma wyjątkowe walory dekoracyjne. Najczęściej łączony z innymi ryżami ze względu na swoją cenę. Ma długie i czarne ziarna, dobrze się gotuje, nie klei się. Ceniony za intensywny orzechowy smak.
Ryż dziki polecamy jako dodatek do dań mięsnych, sałatek oraz dań egzotycznych, risotto, gołąbków, a najlepiej w połączeniu z innymi ryżami. Ryż naturalnie nie zawiera glutenu, więc sprawdzi się w diecie bezglutenowej.
Jak przygotować ryż dziki?
Uprzednio wypłukany ryż gotować w proporcji 1:2 (1 porcja ryżu na 2 porcje wody) na małym ogniu ok. 60 min.

Naturalny skład
SKŁADNIKI: 100% ryż czarny dziki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA W 100 g
Wartość energetyczna - 1500 kJ / 354 kcal
Tłuszcz - 3,2 g, w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 0,8 g
Węglowodany - 72 g, w tym cukry - 0,7 g
Białko - 7,7 g
Błonnik - 3,1g
Sól - 0,03 g