

## CHIA - CAMARI



CHIA 500 g.

Calificación: Sin calificación

[Haga una pregunta sobre el producto](#)

Descripción

- [Información](#)
- [Tabla Nutricional](#)

### Información

CHIA

LA CHIA ES UN ALIMENTO REDESCUBIERTO YA QUE TIENE UN GRAN APORTE NUTRICIONAL, EN EL PASADO LA CHÍA ERA UNO DE LOS CUATRO ALIMENTOS BÁSICOS DE LAS CIVILIZACIONES DE AMÉRICA CENTRAL (AZTECAS Y MAYA), JUNTO CON EL MAÍZ, EL AMARANTO Y LOS POROTOS. SUS SEMILLAS SE UTILIZARON PARA ELABORAR MEDICINAS Y ERAN LA BASE DE SU ALIMENTACIÓN, ACTUALMENTE SE LA CONSUME CON AGUA, YOGUR, EN FRUTA PICADA, AGREGAR HARINAS PARA PASTELERÍA Y PANIFICACIÓN, ETC.

NOMBRE CIENTIFICO: SALVIA HISPÁNICA L.

### Tabla Nutricional

INFORME NUTRICIONAL

Tamaño por porción 10g  
Porciones por envase 50

Energía (calorías) por porción 472kcal  
Energía de grasas (calorías de grasa) -

% de valor diario\*

Grasa total	26.25g	-
Carbohidratos totales	2.7g	-
Fibra dietética	38g	-
Potasio	1031mg	-
Fósforo	604mg	-
Yodo	529mg	-
Calcio	529mg	-
Proteínas	24.75g	-

\*Porcentaje de valores diarios basados en una dieta de 2000 calorías.

**INGREDIENTES:** Chia.