

Graines de pavot

Description et origine :

Ces graines sont issues de la plante « pavot-oeillette ». Originaire d'Asie mineure, le pavot appartient à la famille des *Papavéracées*. Son fruit en forme de capsule renferme ces petites graines comestibles de couleur bleu. Très appréciées pour leur saveur de noisette qui s'accroît à la cuisson, on retrouve les graines de pavot dans les recettes les plus raffinées.

Intérêt diététique et nutritionnel :

Les graines de pavot sont sources de protéines et sont riches en vitamine B1.

Utilisation :

Ces petites graines bleues peuvent être utilisées en boulangerie, en pâtisserie ou dans d'autres préparations (salades, pâtes, etc.)

Préparation : Galettes bédouines

Autres produits à base de blé tendre : Celnat vous propose aussi les mélanges de graines MIX GRAINES Oméga 3 & Vitamines E.

Origine matière première : Turquie

Informations allergènes :

Traces possibles de céréales contenant du gluten, soja, fruits à coques, sésame, céleri.

Certification : logo AB + logo européen

Organisme certificateur : ECOCERT

Valeurs nutritionnelles :

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100g

| | |
|--------------------|-------------------|
| Valeur énergétique | 533 kcal/ 2363 kJ |
| Protéines | 18,0 g |
| Glucides | 23,7 g |
| Lipides | 44,7 g |
| Fibres | 10,0 g |