

Scegli il tuo gusto.

Maracuja

SAPORE INTENSO, DOLCE E ACIDULO
200 G



L'IDEA
IN PIÙ!
CREA UN
TOPPING DOLCE
E ACIDULO



CONSIGLIO D'USO:

Perfetti per la preparazione di succhi freschi, cocktail, smoothie e infusi. ingrediente popolare in mousse, gelati, cheesecake, e può essere usata come topping per yogurt e torte.

CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI

Calorie: Circa 90 kcal per 100 grammi di polpa, rendendolo un frutto moderatamente calorico.

Vitamine: Ricco di vitamina C, che supporta il sistema immunitario, e vitamina A, utile per la salute della pelle

e degli occhi.

Fibre: Alto contenuto di fibre alimentari, che aiutano a migliorare la digestione.

Minerali: Buona fonte di potassio, ferro e magnesio.

Antiossidanti: Contiene polifenoli e flavonoidi, che offrono proprietà antiossidanti.



COME PULIRLI

Taglia il frutto a metà:

Utilizza un coltello affilato per tagliare la maracuja a metà lungo la sua sezione più corta. La buccia è spessa e dura, ma si taglia facilmente.

Estrai la polpa:

Con un cucchiaino, raccogli la polpa gelatinosa e i semi dal frutto. La polpa è la parte commestibile e ha un sapore dolce-acidulo molto aromatico.