

Roveja



Prodotto da agricoltura
Biologica



Monteleone di Spoleto, località Trivio
via strada provinciale n° 85
06045 (PG) ITALY
Tel.: +39 0743 70112
Cell.:+39 3383953503

Produttore : Azienda Agricola Dolci Giuseppina
Luogo di Produzione : Monteleone di Spoleto PG ITALIA
Luogo di coltivazione : Trivio, adino, verogna, forca cancello, valle frangola, valle furcia

Descrizione: La roveja è un legume simile al pisello selvatico. La sua coltivazione è stata ripresa da pochi anni da alcune aziende del posto tra cui la nostra. In epoche passate era coltivata in tutta la dorsale appenninica Umbro - marchigiana ed in particolare in Alta Valnerina. Ha un alto contenuto proteico se consumata secca. È ricca di carboidrati, fosforo, potassio e di contro è poverissima di grassi, . Oltre ad essere cucinato come gli altri legumi la Roveja si può mangiare come **farrecchiata** (vedi ricette azienda).

Aspetto: Legume sferico di 4-5 mm di diametro esterno di colore variegato dal verde al marrone con tigrature diffuse.

Valori Nutrizionali: Risultati delle prove di laboratorio dell'Università di Perugia su campione di roveja dell'azienda Agricola Dolci Giuseppina, anno 2010

Informazioni Nutrizionali	
Valori medi per 100 gr. di prodotto	
Valore energetico	296
Kcal	1240KJ
Proteine	g 23.6
Carboidrati	g 47.7
Grassi	g 1.2



Modalità e Tempi di cottura:

Mettere in ammollo 12 ore prima
Cuoce in 45 minuti

Conservazione: In luogo fresco ed asciutto, areato, lontano da umidità, fonti di calore e fonti di possibile contaminazione incrociata .

Durata: da consumare preferibilmente entro 24 mesi dalla data di raccolto.

Tipo di Confezione:

confezionato a mano con sigillo di garanzia su sacchetto.

Nei seguenti formati:

- Confezione da 250 g e 500 g
- Sciolta (a richiesta)

Come ordinare: acquista online oppure ,inviaci una email oppure telefonaci