SPAGHETTIS DE MER sachet de 50g

Les spaghettis de mer sont utilisées comme algues alimentaires en accompagnement d'une viande blanche ou d'un poisson par exemple. Elles sont récoltées en Bretagne.



Marque : Thalado Comptoir des Algues
Référence : 1503
Points de fidélité offerts : 6

Prix : 7.00€

Critères associés :
Algues : Algues en feuilles entières

Spaghettis de Mer

Le spaghetti de mer, aussi connu sous le nom de "himanthalia elongata", est une algue comestible qui pousse dans les eaux froides de l'Atlantique Nord. Elle est souvent utilisée comme substitut aux pâtes dans les régimes sans gluten, car elle a une texture similaire aux spaghetti traditionnels.

Cette algue est riche en nutriments tels que les protéines, les fibres, les vitamines et les minéraux, notamment le calcium, le magnésium et le fer. Elle contient également des acides gras essentiels tels que l'acide eicosapentaénoïque (EPA) et l'acide docosahexaénoïque (DHA), qui sont bénéfiques pour la santé

cardiovasculaire et cérébrale.

Le spaghetti de mer peut être utilisé dans de nombreuses recettes, que ce soit cru dans des salades ou cuit dans des plats chauds tels que des soupes, des sautés ou des sauces. Il a une saveur délicate et légèrement salée, ce qui en fait un ingrédient polyvalent et délicieux.

Il convient de noter que le spaghetti de mer doit être récolté dans des endroits non pollués et être bien lavé avant d'être consommé, car il peut contenir des résidus de sable ou d'autres impuretés. Il est également important de ne pas en consommer en excès, car comme toute nourriture, il doit être consommé avec modération.

Le **Spaghetti de mer** une algue légume, riches en **fibres**, **facile à cuisiner**, spécifique à la Bretagne. Vous la cuisinerez comme des pâtes, une dizaine de minutes à l'eau bouillante. Rien ne vous empêche de la faire revenir ensuite avec quelques oignons ou des tomates.

Vous voulez plus d'idées ?

Du poisson, des pommes de terre et des spaghettis de mer.

Une Blanquette de veau, du riz, et des spaghettis de mer.

Une sauce tomate aux algues alimentaires.

Une salade de riz, tomates et morceaux de spaghettis de mer.

et sur une pizza, remplacez les anchois par des spaghettis de mer.

Astuce apéritif :

Passez quelques secondes des morceaux de spaghettis dans un fond d'huile d'olive bouillante.

Surprenez vos invités avec des chips originales pour l'apéritif.

INGREDIENTS : 100 % algues

Sélectionnées et récoltées sur la côte du Nord Finistère.

Vendu en sachet refermable 50 gr.

Lien vers la fiche du produit