

WAKAME sachet de 50g

L'Algue Wakamé est riche en calcium et en vitamines. Elle s'est vite imposée dans la préparation de plat en cuisine.



Marque : Thalado Comptoir des Algues

Référence : 1506

Points de fidélité offerts : 6

Prix : 7.00€

Critères associés :

Algues : Algues en feuilles entières

Wakamé breton en petite feuille -50 gr

La wakamé est une algue marine verte qui est très populaire dans la cuisine japonaise. Elle est souvent utilisée comme ingrédient dans les soupes, les salades et les plats de légumes. La wakamé est riche en minéraux tels que le calcium, le fer et le magnésium, ainsi qu'en vitamines telles que la vitamine C et la vitamine A. Elle est également une source de fibres alimentaires et de protéines végétales. La wakamé a un goût légèrement salé et une texture croquante.

La wakamé ou Undaria Pinnatifida, est une grande algue brune. La Wakamé est une algue originaire d'Asie riche en protéines (15 à 22%), en calcium et en vitamines, appréciée pour ses qualités d'exhausteur de goût grâce à la présence de glutamate naturel. Introduit et cultivé en Bretagne depuis le milieu des années 90, le Wakamé s'est rapidement imposé en cuisine.

Une algue alimentaire facile à cuisiner

Commercialisée sous le nom de Wakamé, cette algue aux saveurs exotiques est l'une des algues alimentaires la plus appréciées. Utilisée crue ou cuite elle vous permettra de préparer des papillotes pour la cuisson des poissons et de viandes blanches. On peut l'utiliser dans la préparation de recettes froides comme des soupes (gaspachos), des salades mais aussi des plats chauds (bouillons, tartes, quiches, tourtes, lasagnes, gratins, soupes...).

Une astuce de cuisinier. Rajouter quelques morceaux de Wakamé dans l'eau de cuisson pour accélérer la cuisson des légumes secs (haricots, fèves, lentilles, mogettes...).

Algue en petite feuille sèche déshydratée

Avant d'utiliser le Wakamé réhydratez l'algue 5 mn dans de l'eau froide.

Notre Wakamé se conserve dans leur sachet, ou dans une boîte hermétique, à l'abri de la lumière et de l'humidité.

Composition : Algue déshydratée wakamé (Undaria Pinnatifida)

Poids net 50g

[Lien vers la fiche du produit](#)