

# NOVINKA

## Rychvaldský CHIA chléb



Křupavý kváskový chléb s chia semínky je nabitý živinami, především díky olejnatým semenům chia, která jsou přezdívána jako poklad aztéckých běžců. Jsou totiž zdrojem minerálů, bílkovin, vlákniny a cenných pro tělo důležitých omega-3 mastných kyselin. Věděli jste, že semínka chia obsahují pětikrát více vápníku než mléko, třikrát více železa než špenát a patnáctkrát více hořčíku než brokolice? Kromě toho jsou zdrojem dalších minerálů, jako je například fosfor, zinek či draslík. Obsahují také řadu cenných vitamínů skupin A a B, které hrají významnou roli ve vývoji těla. Chia semínka rovněž díky svým sytícím schopnostem přirozeným způsobem zvyšují objem potravy bez dodatečné energie.