**Kasza bulgur – doskonałe uzupełnienie wiosennej diety**

**Wiosna to idealny czas, by zmienić swoją dietę na lepszą. Warto postawić na posiłki niskokaloryczne i lekkie, dzięki którym już za chwilę zmieścimy się w ulubione jeansy. Niezastąpionym komponentem takich dań stanowi kasza bulgur marki Halina – uniwersalny produkt, który wprowadzi do kuchni dawkę energii i wyjątkowego smaku.**

**Lekkie i smaczne**

Wiosenne przesilenie dopada prawie każdego z nas, a uporczywe dolegliwości z tym związane nie należą do najprzyjemniejszych. Aby to zmienić warto wprowadzić do codziennego menu produkty wartościowe, które urozmaicą smak przygotowywanych posiłków i tym samym pozytywnie wpłyną na nasze samopoczucie. Kasza bulgur marki Halina stanowi jeden z obowiązkowych składników wiosennego jadłospisu, pełen dobroczynnych właściwości. Ten przysmak to grubo mielona pszenica durum, poddawana gotowaniu i ponownemu suszeniu. W rodzinie kasz zajmuje wysoką pozycję i jest szczególnie ceniona za wysoką zawartość błonnika i małą ilość tłuszczów. Doskonale sprawdzi się w posiłkach osób dbających o linię - 100 g ugotowanej kaszy zawiera tylko 83 kcal, a obecny błonnik zapewnia uczucie sytości na długi czas. Kasza bulgur świetnie komponuje się z treściwymi zupami, sałatkami na bazie świeżych warzyw oraz orientalnymi sosami. Dostępna jest w opakowaniu 2x100 g i gotowa w 12 minut, dzięki czemu z jej pomocą stworzymy dania nie tylko pyszne, ale też proste i szybkie.

Aby zapoznać się z pełnym asortymentem niezwykle smakowitego ryżu marki Britta zapraszamy na stronę: [www.britta.pl](http://www.britta.pl/) oraz na fanpage: www.facebook.com/HalinaiBrittaNaTropieDobregoSmaku.