**Ryż naturalny brązowy Halina – sposób na wartościowy posiłek**

**Brązowy ryż zawdzięcza swoje niepowtarzalne właściwości sposobowi jego przetwarzania. Cały proces polega na usuwaniu z ziarna jedynie zewnętrznych okryw i pozostawieniu zarodka oraz warstw przylegającej do nasiona, dzięki czemu zachowuje ono więcej składników odżywczych. Dlaczego warto sięgnąć po tę odmianę ryżu?**

**Wartości odżywcze i wyjątkowy smak**

Ryż naturalny brązowy wyróżnia się charakterystyczną nutą smakową, typową dla produktów pełnoziarnistych. Powinien być gotowany dłużej niż ryż biały, niemniej nawet wtedy zachowuje delikatnie twardą strukturę. Dzięki wyższej zawartości błonnika oraz niższemu indeksowi glikemicznemu stanowi doskonałą propozycję dla osób dbających o linię. Brązowy ryż dobrze komponuje się nie tylko z warzywami, i mięsem, ale także z daniami chińskimi, dlatego włączenie go do swojej diety to świetny pomysł!

Aby zapoznać się z pełnym asortymentem inspirujących i zdrowych produktów marki Halina zapraszamy na stronę: [www.halina.eu](http://www.halina.eu) oraz na fanpage:

[www.facebook.com/HalinaiBrittaNaTropieDobregoSmaku](http://www.facebook.com/HalinaiBrittaNaTropieDobregoSmaku)