**AGAR AGAR ŽELIRNO SREDSTVO**

Agar (tudi: agaragar, japonska želatina, kanten) je rastlinsko želirno sredstvo, pridobljeno iz rdečih alg vrste ##Gelidium## in ##Glacilaria##. Uporabljamo ga za želiranje slanih in sladkih jedi (npr. juh, zelenjavnih hladetin, slaščic, sladic). Primeren je tudi za zgoščevanje džemov, marmelad in želejev.

**Sestavine**: agar. Država porekla: Japonska.

**Povprečna hranilna vrednost na 100 g**:

|  |  |
| --- | --- |
| energijska vrednost | 634 kJ (158 kcal) |
| maščobe | 0,0 g |
| od tega nasičene maščobe | 0,0 g |
| ogljikovi hidrati | 1,0 g |
| od tega sladkorji | 0,0 g |
| beljakovine | 0,0 g |
| sol | 0,6 g |

**Priprava**: 2 do 3 jedilne žlice agarja stresemo v 1 liter tekočine in kuhamo kratek čas. Med kuhanjem nenehno mešamo, da se kosmiči stopijo. Dodamo ostale sestavine in ohladimo. Agarja ne smemo kuhati v kislih osnovah, saj se sesiri.

**Opozorilo**: Agar naravno vsebuje veliko joda, zato ga lahko dnevno porabimo le 10 g (3 čajne žličke). Za otroke količino prepolovimo.

Neto količina: **30 g**

Dobavitelj: Ruschin GmbH, Altenwall 9, 28195 Bremen, Nemčija