Dane aktualne na dzień: 27-11-2025 13:47

Link do produktu: https://www.goldplants.eu/nasiona-fasola-black-eyed-beans-afr12-p-7125.html

Nasiona Fasola Black Eyed Beans Afr12

Cena	**12,90 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**10 dni**
Numer katalogowy	**Afr12**
Kod producenta	**Afr12**
Kolor	**biały**

Opis produktu

Nasiona Fasola Black Eyed Beans

Phaseolus coccineus, Sugar Beans

Fasola karłowa na suche ziarno, do uprawy w pojemnikach lub w gruncie. Zachowuje barwy także po ugotowaniu. Doskonała zwłaszcza do sałatek, zup itp. Obradza obficie, bardzo odporna na choroby i niekorzystne warunki uprawy. **Siew w maju do gruntu na głębokość 3-5 cm gniazdowo po 2 nasiona w rozstawie 30 na 40 cm.** Jest spożywana na wiele różnych sposobów. Poleca się ją głównie dla wegetarian ze względu na wysoką zawartość białka. Dodatkowo nadaje daniom inny wygląd, ze względu na swoje czarne oczko dodając uroku.
Czarne oczko różni się od zwykłej fasoli nie tylko smakiem, ale również kolorem. Ma kremową barwę z nietypową czarną plamką, stąd nazwa czarne oczko. Jest spożywana na wiele różnych sposobów. **Stosuje się ją jako zamiennik kasz, ryżu czy ziemniaków do dań mięsnych.** Równie dobrze sprawdza się jako dodatek do zup czy sałatek oraz podawana z sosem. Znakomicie sprawa się też jako zamiennik zwykłej fasoli w fasolce po bretońsku.

Opakowanie zawiera 15 szt. nasion

DODATKOWE WIADOMOŚCI

- **Fasola, niezależnie od gatunku, jest cennym źródłem wartości odżywczych.**
- Tak naprawdę fasola czarne oczko nie jest jednak ani fasolą, ani grochem. Pod względem botanicznym klasyfikuje się ją bowiem jako podgatunek wspięgi wężowatej (Vigna unguiculata), rośliny należące do rodziny bobowatych, popularnej szczególnie w Azji, Afryce oraz Amerykach. W Europie fasola czarne oczko jest rozpowszechniona przede wszystkim w krajach regionu Śródziemnomorskiego.
- **Ponadto fasola czarne oczko zawiera niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe, witaminy** - witamina A, witaminy z grupy B (witamina B1, B2, B3, B6 i B9), witamina C i E oraz sole mineralne - cynk, fosfor i wapń.

Warzywna zupa z fasolą czarne oczko

SKŁADNIKI: Składniki; 25 dag grochu czarne oczko 20 dag wędzonego boczku 2 marchewki 1 pietruszka kawałek selera 4-5 ziemniaków sól, pieprz, odrobina chili, łyżeczka majeranku, łyżeczka słodkiej papryki 1 cebula 2- 3 łyżki oleju 2 ząbki czosnku.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA: Groch należy wypłukać a następnie zalać wodą i odstawić na kilka godzin do namoczenia. A najlepiej na całą noc. Następnego dnia gotujemy groch w tej samej wodzie około 20 min. po tym czasie uzupełniamy wodę i dodajemy obrane i pokrojone warzywa tj. marchew, pietruszkę i seler. Gotujemy kolejne 20 min. Następnie dodajemy pokrojone w kostkę ziemniaki. Doprawiamy do smaku przyprawami. Boczek kroimy w kostkę i rumienimy na patelni. Dodajemy do zupy. Cebulę kroimy w drobną kostkę, smażymy na złoto na oleju i dodajemy do zupy. Na samym końcu dodajemy starty czosnek i doprawiamy zupę do smaku jeśli jest taka potrzeba.

NA FOTOGRAFII

Fasola Black Eyed Beans

Phaseolus coccineus, Sugar Beans

DLACZEGO WARTO KUPIĆ U NAS

- Jesteśmy w czołówce wśród internetowych sprzedawców produktów dla domu i ogrodu.
- Posiadamy wieloletnie doświadczenie w branży ogrodniczej. Cieszymy się zaufaniem naszych klientów dzięki rzetelności świadczonych usług i naszemu profesjonalizmowi.
- Produkty, które Państwu proponujemy cechują się wysoką jakością, korzystamy z usług tylko sprawdzonych producentów.
- Zawsze służymy pomocą, doradzamy oraz zapewniamy miłą i fachową obsługę.