

Link do produktu: <https://www.goldplants.eu/nasiona-na-kielki-jarmuz-5g-pnos467-p-5135.html>



Nasiona Na kielki Jarmuż 5g pnos467

Cena	5,70 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	10 dni
Numer katalogowy	pnos467
Kod producenta	NSWKD022
Kod EAN	5904232004520
Kolor	zielony

Opis produktu

Nasiona na kielki Jarmuż 5g

Brassica oleracea

Nasiona Na kielki Jarmuż. Kielki jarmużu to bogate źródło witamin A, C, K, wapnia, potasu, żelaza i karotenoidów (β-karotenu, luteiny, zeaksantyny). Lekko pikantny w smaku przysmak jest doskonałym dodatkiem do surówek, sałatek, twarogów. Zawarte w nich substancje antybakteryjne zwalczają szczepy bakterii *Helicobacter pylori*, które zwiększają ryzyko wystąpienia takich schorzeń jak zapalenie żołądka typu B (mogące prowadzić do powstania nowotworu) i wrzody trawienne.

Produkcję kiełków najłatwiej prowadzić na kiełkownicy: opłukane nasiona zamoczyć na 3-6 godzin w ciepłej przegotowanej wodzie, a następnie równomiernie rozłożyć je na siatce kiełkownicy. Nalać wody do poziomu siatki i dbać o jej systematyczne uzupełnianie i wymianę, jednocześnie zraszając nasiona w ciągu kilku następnych dni. Kielki przepłukwać i zlewać wodę dwa razy dziennie.

Kielki jarmużu bogate są w witaminę A, K, C oraz wapń, potas, sód i żelazo. Kielki mają lekko ostry smak. Spożywanie kiełków jarmużu wspomaga układ odpornościowy. Polecane są do surówek, sałatek, kanapek i twarogu. Kielki są dla organizmu źródłem cennych składników odżywczych, witamin i soli mineralnych. Kielki jarmużu mają ostry, pikantny smak.

Podobnie jak kisiel brokuła zawierają siarkofen, substancję która niszczy bakterie powodującą wrzody żołądka. Są również doskonałym źródłem żelaza Ponadto kielki jarmużu pomagają obniżyć ciśnienie krwi, zapobiegają chorobom układu krwionośnego i udarom mózgu, a także dzięki wysokiej zawartości antyoksydantów wzmacniają układ odpornościowy i nerwowy.

Gatunek: Jarmuż
Gramatura: 5g
Wymiary torebki: 11,5 x 16,0
Gama: Nasiona na kielki

DODATKOWE WIADOMOŚCI

- Świeże kielki zbóż, roślin strączkowych czy warzyw mają wyjątkowo dużą wartość odżywczą. Zmiany w kiełkujących nasionach następują szybko, zawartość witamin wzrasta wielokrotnie w ciągu kilku dni. Tak wyhodowane kielki możemy spożywać w surówkach, sałatkach, na kanapkach. Możemy je mieszać z twarogami, jajami na twardo, masłem czy majonezem a także dodawać do zup, sosów czy makaronu. Mają wszechstronne zastosowanie w kuchni.
- Kielki bogate są w ważne dla nas składniki mineralne i witaminy, m.in witaminy A,B,C,E,H. Zapewniają także dużą ilość wapnia, żelaza, magnezu, potasu oraz biotyny, cynku i selenu. Dostarczają także mikroelementów (lit, chrom).
- Mają wiele zalet - obniżają poziom cholesterolu, - chronią przed anemią, - regenerują i zwiększają odporność, - działają korzystnie na włosy, - odchudzają i odmładzają - to tylko część ich pozytywnych właściwości. Kielki jarmużu są szczególnie zasobne w sód, potas, wapń i żelazo - zwłaszcza ze względu na ten ostatni składnik stanowią wręcz niezastąpiony element diety wegetariańskiej i wegańskiej. Młode pędy dostarczą nam też dużych ilości witamin A, C i K. Ich lekko ostry smak sprawia, że wspaniale komponują się z twarogiem i potrawami jajecznymi. Warto używać ich także w sałatkach, surówkach i chłodnikach.
- Kielki jarmużu mają charakterystyczny wygląd – ich grube, mocne łodyżki są białe z lekko fioletowym odcieniem i zwieńczone okrągłymi, gładkimi listkami. Można przetrząsnąć je do spożycia gdy dorosną do 5-6 cm wysokości.

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.