

Link do produktu: <https://www.goldplants.eu/nasiona-na-kielki-soczewica-zielona-30-pnos489-p-5157.html>



Nasiona Na kielki Soczewica zielona 30 pnos489

Cena	5,70 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	10 dni
Numer katalogowy	pnos489
Kod producenta	NSWKD016
Kod EAN	5904232179150
Kolor	zielony

Opis produktu

Nasiona na kielki Soczewica zielona 30g

Lens culinaris

Nasiona na kielki Soczewica zielona. Bardzo smaczne i aromatyczne. Idealne na surowo jako dodatek do sałatek i kanapek oraz po sparzeniu wrzątkiem lub lekkim podduszeniu, do wielu potraw azjatyckich. Bogate źródło witaminy C, witamin z grupy B i aminokwasów. Zawierają duże ilości wapnia, cynku, żelaza, potasu, magnezu i folianu.
Dobrana przez nas w odpowiedniej proporcji mieszanka nasion rzodkiewki i soczewicy, tak aby ostry smak kielków rzodkiewki równoważony był łagodnym smakiem kielków soczewicy. Kielki te poza walorami smakowymi charakteryzują się wysoką zawartością witamin i soli mineralnych.
Świeże kielki ziół, roślin strączkowych czy warzyw mają wyjątkowo dużą wartość odżywczą. Zmiany w kielkujących 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 twarożkami, 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).
Produkcje kielków najłatwiej prowadzić na kielkownicy: wypłukie nasiona zamoczyć na 3-6 godzin w ciepłej, przegotowanej wodzie, a następnie równomiernie rozłożyć na siatce naczynia na kielki. Dodać wody do dolnego poziomu siatki i dbać o jej systematyczne uzupełnienie i wymianę. Jednocześnie zraszając nasiona w ciągu kilku następnych dni. Kielki można także produkować w słoiku: wypłukane nasiona wysypać do czystego słoika i zalać na kilka godzin wodą. Następnie wodę zlać, nasiona przepłukać, nakryć słoikiem gazą, obwiązać i zlewać wodę dwa razy dziennie. Po 3-5 dniach kielki są gotowe do spożycia.
Gatunek: Soczewica zielona
Gramatura: 30g
Wymiary torebki: 11,5 x 16,0
Gama: Nasiona na kielki

DODATKOWE WIADOMOŚCI

- Soczewica jest jedną z najdawniej uprawianych roślin. Najstarsze wykopaliska, w których znaleziono nasiona soczewicy pochodzą z ok. 9100 r. p.n.e., w północnym Iraku w miejscowości Jarmo ok. 7 tys. lat p.n.e., a na Ziemi Świętej 3000 lat p.n.e. Wzmiankowana jest w Biblii cztery razy. W Księdze Rodzaju.
- Soczewica, podobnie jak inne rośliny strączkowe, posiada wyjątkowe właściwości prozdrowotne, gdyż jest skarbnicą wielu składników odżywczych. Soczewica jest źródłem dobrze przyswajalnego białka, a także obniżającego ciśnienie krwi potasu i niezbędnego dla kobiet w ciąży kwasu foliowego.
- Jedzenie jednej porcji tego typu roślin dziennie zwiększa sytość o 1/3 w stosunku do diety ich pozbawionej. Ponadto soczewica jest bogata w kwas foliowy i witaminy z grupy B - substancje, które regulują funkcjonowanie układu nerwowego, którego właściwe działanie jest niezbędne do przetrwania trudów odchudzania.
- Soczewica zapobiega nadciśnieniu, anemii i miażdżycy. Takie połączenie wspomaga leczenie, a także zapobiega nadciśnieniu tętniczemu. Ponadto soczewica w sporej ilości (prawie 8 mg/100 g) zawiera błonnik, który sprzyja redukcji poziomu złego cholesterolu we krwi, dzięki czemu reguluje ciśnienie.

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.