

Link do produktu: <https://www.goldplants.eu/nasiona-pizmian-jadalny-abelmoschus-szt2-pwxx9-p-6579.html>



Nasiona Pizmian jadalny Abelmoschus szt.2 PWxx9

Cena	8,90 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	10 dni
Numer katalogowy	PWxx9

Opis produktu

Nasiona Pizmian jadalny

Abelmoschus manihot, Aibika, śliw pizmowy, manihot hibiskusa

Pizmian jadalny Abelmoschus manihot *fieta vulgaris var. vulgaris* jest rośliną kwitnącą z rodziny Malvaceae. Dawniej uważano go za gatunek hibiskusa, ale obecnie zalicza się go do rodzaju Abelmoschus. Roślina ta znana jest również jako śliw pizmowy, hibiskus o zachodzie słońca lub manihot hibiskusa. Choć technicznie jest krzewem, Aibika to bylina, która w dobrych warunkach może osiągnąć ponad trzy metry wysokości. Jest to podobno niezwykle pożywne warzywo. Jej liście są bardzo bogate w witaminy A i C oraz żelazo i zawierają 12% białka w suchej masie. Ponadto łatwo rozmaża się z sadzonką, jest łatwa w uprawie, stosunkowo odporna na choroby, a nawet ma wartość leczniczą. Jest powszechnie sadzony wokół granic ogrodów lub jako misztrybion w wielu tradycyjnych ogrodach tropikalnych. Uprawiany jest w wielu krajach o klimacie tropikalnym lub subtropikalnym. Kwiaty żółte, kielich długości do 4,5 cm. Mają 5 płatków (dołem podbarwionych na czerwono), 1 słupek i liczne pręgi zrośnięte w rurkę. Roślina dorasta do 60 cm-1,2 m. Pizmian jadalny to dość nietypowe warzywo. Najczęściej można go kupić w specjalistycznych sklepach z produktami z kuchni azjatyckiej. Warto jednak zadać sobie trochę trudu, by go zdobyć, gdyż jego walory smakowe oraz zdrowotne są naprawdę niezwykle. Jest bogatym źródłem wielu wartościowych składników mineralnych oraz witamin, a także kwasów omega-6 i omega-9. Jest na świecie ceniony nie tylko ze względu na walory smakowe, lecz także zdrowotne. W 50 procentach pokrywa zapotrzebowanie ludzkiego organizmu na kwas foliowy, dlatego jest zalecany kobietom w ciąży. Zawiera również duże ilości witaminy C, magnezu, pektyny, luteiny oraz karotenoidów. Te ostatnie chronią nasz organizm przed zakażeniem oraz starcym zwyrodnieniem płaszczyzny oka. W dodatku okra jest niskokaloryczna (zaledwie 65 kcal w 100 g). Także w jej nasionach znajdują się cenne składniki, zwłaszcza kwasy tłuszczowe omega-6 i omega-9. Pizmian zmniejsza stężenie cholesterolu we krwi, a także chroni przed chorobami przewodu pokarmowego, głównie wrzodami żołądka. Podczas gotowania roślina ta wydziela bowiem śluz, który odpowiada za jej zdrowotne właściwości cenione w leczeniu zaburzeń pokarmowych. Opakowanie zawiera **2 szt.** nasion. Nasiona zostały już dokładnie oczyszczone i przechowywane w chłodni przez kilka miesięcy. Powinny być zasiane w dobrze osuszonym, piaszczystym kompozycie o każdej porze roku, pokryte cienko piaskiem lub żwirem i utrzymywane w stanie wilgotnym. Przechowywać w temperaturze od 15 do 20 stopni C. Kielkowanie zwykle następuje w ciągu 4 do 6 tygodni, chociaż niektóre nasiona mogą trwać znacznie dłużej. Termin wysiewu: cały rok, preferowana wiosna, lato.

DODATKOWE WIADOMOŚCI

- Na Filipinach jest znany jako lagikway, likway, gikway, barakue lub nating saluyot. Jego liście i pędy są spożywane jako warzywo, podobnie jak pokrewny mu saluyot (*Corchorus olitorius*). Liście są dodawane do potraw takich jak tinola, sinigang i pinangat lub spożywane w sałatkach.
- Niedojrzałe owoce (najczęstsze zwyczajowe nazwy: okra z igbo, gombo z języków bantu, bhindi z hindi, lady's fingers) są spożywane po ugotowaniu jako jarzyna, czasami również na surowo.
- Pizmian smakiem przypomina połączenie fasolki szparagowej z bakłażanem. Najczęściej jest stosowany jako składnik dań kuchni azjatyckiej. Najsmaczniejsze są niedojrzałe owoce, które spożywa się z reguły po uprzednim usmażeniu, ugotowaniu lub upieczeniu - na surowo mają one dość gorzki smak. Także nasiona są wykorzystywane jako dodatek do dań. Można je uprażyć na patelni, a następnie dodać do sałatki. Świeże owoce należy przechowywać w lodówce nie dłużej niż trzy dni. Możliwe jest także ich mrożenie po wcześniejszym blanszowaniu (1 minuta w gorącej wodzie) i wystudzeniu.

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.