



Quinoa komosa ryżowa 250g Intenson

Kod EAN: 5903240278039

Czas wysyłki: 72 godziny

Cena

12,18 PLN

Opis produktu

Komosa ryżowa inaczej **quinoa** jest źródłem białka i błonnika pokarmowego, witamin z grupy B (B1 i B2), żelaza, magnezu, potasu, cynku i fosforu. Quinoa zawiera niezwykle rzadką w produktach roślinnych, budującą chrząstki lizynę, istotną w syntezie białka histydynę oraz argininę, niezwykle ważną dla dzieci, stymulującą hormon wzrostu, u dorosłych natomiast wspomaga system immunologiczny. Jest także źródłem metioniny, działającej ochronnie na komórki wątroby, a jednocześnie pomagającej w eliminacji tkanki tłuszczowej. Wspomniane aminokwasy odgrywają ważną rolę w przyswajaniu wapnia, co jest jej dodatkową zaletą.

Jest określana mianem „świętego zboża Inków”, „matki zbóż” lub „super ziarna przyszłości”. „matką wszystkich ziaren”.

Quinoa, nie zawiera glutenu. Stanowi doskonały dodatek do każdej diety, jak również i kuchni wegetariańskiej i wegańskiej.

Regularne spożywanie Quinoa, może obniżyć ryzyko zachorowania na choroby układu wieńcowego i cukrzycę. Jest doskonałym posiłkiem dla karmiących matek, ponieważ wspomaga wytwarzanie pokarmu. Jako lekkostrawny, bezglutenowy pokarm jest znakomitym składnikiem diety niemowląt oraz dzieci. Medycyna chińska zaś przypisuje jej właściwości ogrzewające i wzmacniające organizm.

Sposób użycia:

1 szklankę ziaren wsypać do gotującej się wody (500 ml) i gotować na małym ogniu pod przykryciem przez 15 minut. Po zdjęciu z ognia odstawić na 15 minut.

Opakowanie zawiera: 250g komosy ryżowej