



Suszone wodorosty Konbu / Kombu / Kelp 100 g

Cena: **9,90 zł** brutto

Producent: ASSI BRAND

Nr referencyjny: 4000210061644

Pełny opis produktu

Konbu to najbardziej rozpowszechniona alga na świecie. Jej roczne zużycie to około 600 000 ton suchej algi. Używana jest do produkcji chleba, wegetariańskich hamburgerów oraz do otrzymania mąki. Wywar po gotowanej Konbu to podstawa wielu tradycyjnych japońskich potraw.

Atlantyckie dzikie algi rosną w głębokich słonych wodach i osiągają do 2 m długości. Mają mięsistą konsystencję i są bogate w minerały, niezbędne aminokwasy oraz błonnik.

Jeśli na suszonych algach pojawiają się białe plamki, są to sole właściwe dla alg, służące za naturalny środek konserwujący.

Wartości odżywcze w 100 g: białko: 6,9%, tłuszcze: 1,1%, węglowodany: 52,1%, błonnik: 30%, potas: 4330 mg, wapń: 810 mg (101% RDA), magnez: 715 mg (238% RDA), fosfor: 165 mg (20% RDA), żelazo: 16,5 mg (118% RDA), jod 17,3mg, witamina B12: 0,3 mg (30% RDA)

Właściwości:

- zawartość kwasu algowego zmniejsza skutki wywołane w organizmie przez zanieczyszczone środowisko
- wzmacnia włosy i skórę
- reguluje wagę ciała i ciśnienie tętnicze
- posiada naturalne cukry specyficzne dla alg (fruktoza) zalecane dla diabetyków (nie podnosi poziomu cukru we krwi)

Zastosowanie:

Opiekać ok. 5 min na gorącej patelni lub w piekarniku w temp. 200°C bez namaczania. Do zup, warzyw, dań jednogarnkowych, omeletów cebulowych itp.

Gotować 20 min w szybkowarze lub 1 godz. we wrzącej wodzie razem z roślinami strączkowymi (soczewica, groch itp.). Namoczyć przed gotowaniem.

Waga: 100 g (produkt rozważany)