



Kiełki Burak Ćwikłowy czerwony [10g] nasiona

Producent: Toraf

Czas wysyłki: 4 dni

Cena

3,20 PLN

Opis produktu

NASIONA NA KIEŁKI BURAK ĆWIKŁOWY

Kiełki burak oprócz dużej ilości witamin A, C, B1 zawierają kwas foliowy i dwa rzadkie metale rubid i cez, którego niedobór może powodować złe samopoczucie, rozdrażnienie i niespokojny sen. Ze względu na zawartość niezbędnego w procesie tworzenia czerwonych ciałek krwi kobaltu są niezwykle cenne przy leczeniu anemii. Działają dobroczynnie na włosy i paznokcie. Betacyjanina, substancja odpowiedzialna za czerwony kolor buraków ma działanie przeciwnowotworowe. Obniżają ciśnienie i odkwaszają organizm. Ponieważ zawierają sporo błonnika i ułatwiają trawienie są szczególnie zalecane przy schorzeniach gastrologicznych. Ważne aby przed spożyciem kiełków buraka usunąć bardzo twarde, niestrawne skorupki. W smaku kiełki zbliżone są do surowego buraka. Ze względu na swój żywy czerwono-burgundowy kolor i nitkowaty kształt polecane są do sałatek i dekoracji potraw.

PRZYGOTOWANIE KIEŁKÓW

Produkcja kiełków w domu jest bardzo prosta do wykonania przy użyciu **kiełkownicy Toraf**. Postępując zgodnie z instrukcją obsługi kiełki są gotowe do spożycia po upływie 5-7 dni. Kiełkownica umożliwia jednoczesną uprawę 3 rodzajów kiełków. Dodatkowe informacje na stronie www.toraf.pl. Inną metodą produkcji kiełków jest produkcja kiełków w słoiku. W tym celu należy wypłukać nasiona następnie przesypać do wcześniej wyparzonego naczynia i zalać przegotowaną letnią wodą. Moczyć przez kilka godzin, potem wodę zlać, a nasiona wypłukać, naczynie nakryć gazą, obwiązać i odstawić w ciepłe (18-22°C), nie nasłonecznione miejsce. W tym czasie kiełki należy przepłukiwać 2 razy dziennie wodą. Kiełki są gotowe do spożycia przy długości ok. 3-5cm, po 5-7 dniach.