



P.P.H. KAMIL CHOJNOWSKI
GEN. WŁ. ANDERSA 40 LOK 26
15-113 BIAŁYSTOK
NIP 5422782393
TEL 606382944
KALIOO321@GMAIL.COM

Dane aktualne na dzień: 15-05-2024 07:47

Link do produktu: <https://www.naturalexpert.pl/wiesiolek-nasiona-500g-p-2143.html>



WIESIOŁEK NASIONA 500g

Cena	16,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Kod EAN	5902666913449
Producent	Natural Expert

Opis produktu

WIESIOŁEK NASIONA 500g

Składniki: wiesiołek ziarna (*Oenothera biennis*)

Nasiona wiesiołka to drobne, szarobrazowe nasiona, kryjące wyjątkowe bogactwo substancji odżywczych działających pozytywnie na ludzki organizm. Zawierają nienasycone kwasy tłuszczowe z grupy omega, linolowy i linolenowy. Natomiast selen, wapń, magnez i cynk to tylko niektóre minerały, które można znaleźć w tych niewielkich ziarnach. Są bogate również w błonnik pokarmowy i białko.

Wiesiołek to doskonały sposób na wsparcie zdrowia, jak i pielęgnacji urody.

Nasion można użyć jako dodatek do sałatek i kanapek, możesz dodać do twarogu, jogurtu, posypywać nimi dania z kaszą i makaronem. Sprawdzają się również jako dodatek do wypieków, zwłaszcza domowego chleba i bułek.

Przed użyciem warto je rozdrobnić, np. w młynku kawowym. Zawsze należy zmielić taką porcję, jaką potrzebujemy spożyć, ponieważ przechowywanie rozdrobnionych nasion może pozbawić je części wartościowych składników, a także sprzyja jełczeniu obecnych w nich tłuszczów.

Można je też zalać wrzątkiem i spożyć wraz z wodą, w której się moczyły lub zaparzyć z nich napar i wypić jak herbatkę ziołową.

Napar: łyżkę wiesiołka zalać szklanką wrzącej wody i odstawić do zaparzenia. Przecedzić i gotowe !

Wartość odżywcza w 100 g produktu:

- wartość energetyczna 435 kcal / 1 821 kJ
- tłuszcz 22 g
- w tym kwasy nasycone 17 g
- węglowodany 44,6 g
- w tym cukry 0,6 g
- białko 18 g
- sól 0 g

Kraj pochodzenia: Polska

Masa netto: 500 g

Producent:

NATURAL EXPERT
PPH Kamil Chojnowski
info@naturalexpert.pl

Produkt może zawierać alergeny:

sezam, orzechy, gluten, seler, gorczyca

Przechowywać w suchym i zaciemnionym miejscu.



P.P.H. KAMIL CHOJNOWSKI
GEN. WŁ. ANDERSA 40 LOK 26
15-113 BIAŁYSTOK
NIP 5422782393
TEL 606382944
KALIOO321@GMAIL.COM

Wartość odżywcza w 100g produktu

- wartość energetyczna 0 kcal - tłuszczw tym kwasy tłuszczowe nasycone - węgl