



Dane aktualne na dzień: 20-05-2024 00:42

Link do produktu: <http://olivita.pl/maka-z-ziarna-konopii-250-g-p-94.html>



Mąka z ziarna konopii 250 g

Cena	9,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	48 godzin
Producent	Olvita

Opis produktu

Konopia to bardzo odżywcza roślina charakteryzująca się wysoką zawartością białka, niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych oraz witamin i minerałów. Konopie pozytywnie wpływają na metabolizm, trawienie, odporność oraz samopoczucie. Z ich właściwości korzystać można między innymi pijąc herbatę zaparzaną z jej liści, lub stosując w formie mąki - jako dodatek do różnego rodzaju potraw.

Konopie wspomagają zdrowy metabolizm komórek swoimi witalnymi składnikami i wzmacniają system odpornościowy. Zapewniają ludzkiemu ciału wszystkie nienasycone kwasy tłuszczowe, które odgrywają ważną rolę w utrzymaniu komórek przy życiu, a także wpływają na zawartość istotnych hormonów i zrównoważonej ilości lipidów we krwi.

Żywność konopna jest idealnym wysoko białkowym jedzeniem. Jakość białka konopi jest najwyższej jakości i można je porównać do białek jajka czy mięsa - zajmuje 2 miejsce w świecie roślin zaraz po soi, jednak białko konopne jest łatwiej przyswajalne przez organizm niż białko sojowe. Jest wolne od cholesterolu i niezdrowych kwasów nasyconych. Nigdzie indziej w naturze nie występuje bardziej kompletne źródło białka. Jedna trzecia zawartości nasion to węglowodany, które zapewniają paliwo i błonnik pokarmowy dla sprawnego trawienia. Wszystkie z tych cennych właściwości są wykorzystywane bezpośrednio jako substancje pomocnicze w metabolizmie organizmu. Mąka z konopii bogata jest w kwasy tłuszczowe: kwas gamma linolenowy, kwas stearydynowy. Charakteryzuje się również dużą zawartością witamin (grupa B, E) i minerałów takich jak wapń, potas, fosfor, żelazo.

Sposób użycia:

Delikatny orzechowy smak mąki konopnej sprawia, że idealnie nadaje się ona jako dodatek do wielu dań. Sprawdza się przy gotowaniu, pieczeniu chleba (w ilości 10%), jako dodatek do koktajli, smoothie lub dekoracyjna posypka. Można z powodzeniem używać jej jako zagęstnika do zup lub sosów oraz jako panierki. Podczas pieczenia/smażenia możesz zastąpić 10-15% zwykłej mąki mąką z konopi i piec jak zwykle.

Mąka konopna	
Składniki odżywcze na 100 g	
Węglowodany	14,500 g
Białka	28,700 g
Tłuszcze	9,400 g
Minerały	4,900 g
Woda	3,400 g
Błonnik	42,000 g
Sól	0,005 g
Witaminy	0,010 g
Zawartość energetyczna: 265 Kcal/1113 KJ	
Stosowane w produkcji pieczywa, ciastek, makaronów, deserów, mieszanek do pieczenia	