Herba-Farm
87-300 Brodnica
ul. Przykop 63
tel. 505-010-919

Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 15:32

Link do produktu: https://www.zielar.ski/lucerna-p-3381.html



ALFALFA Lucerna do kiełkowania 80g - Diet-Food

Nasza cena	**5,65 zł**
Produkt	**Produkt niedostępny**
Czas wysyłki	**24h**
Numer katalogowy	**6120**
Kod EAN	**6120**
Producent	**Diet-Food**

Opis produktu

Kiełki lucerny (*Medicago sativa*) są cennym źródłem fitoestrogenów, hormonów roślinnych, które w naturalny sposób pomagają zwalczać symptomy menopauzy. Szczególnie polecane są również kobietom w okresie ciąży i karmienia. Zapobiegają osteoporozie, nowotworom i chorobom serca.

W starożytnej medycynie chińskiej młode kiełki alfalfa stosowane były przy dolegliwościach układu trawiennego i nerek. Zawierają kanwaninę, substancję pomagajacą zapobiegać szczególnym odmianom nowotworów, takich jak rak trzustki, okrężnicy, leukemia. Wzmacniają mięśnie, kości i zęby. Przynoszą ulgę w objawach związanych z reumatyzmem i artretyzmem. Wspomagają system odpornościowy, a dzięki zawartości lecytyny poprawiają pamięć.

Ze względu na wysoką zawartość witamin A, E, B-complex, żelaza, wapnia, magnezu i fosforu, kiełki lucerny polecane są osobom, które nie tolerują preparatów żelaza oraz wegetarianom. Pomagają obniżyć poziom "złego" cholesterolu LDL i poprawiają apetyt. Są także niezwykle cenione ze względu na zdolność odtruwania organizmu.

Wskazówki dotyczące hodowli

Czas namaczania nasion:
4-6 h

Czas kiełkowania:
5-7 dni

Zalecana metoda hodowli:
kiełkownica, słoik

Jak jeść:
surowe

Wartości odżywcze kiełków

Witaminy

A, B1, B2, B3, B5, B6, B9, C, E

Składniki mineralne

Wapń, żelazo, magnez, fosfor, potas, krzem, cynk, sód, miedź, mangan, siarka, selen

Inne

Fitoestrogeny, lecytyna, chlorofil, beta-karoten, saponiny, błonnik, białko (42%)