



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 pomagającą 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, stoik

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%)