Crni susam





Ocjena:Neocjenjeno
Cijena
1,05 €

1,05 €

Postavi pitanje vezano za ovaj proizvod

Proizvo?a?:Roba na mjerenje (1 kom 100 gr)

Opis

Crni susam ima ?ak 60% više kalcijuma od oljuštenih, žuith semenki i imaju ja?i ukus. Odli?an je izvor magnezijuma. Kalcijum i magnezijum pomažu u snižavanju krvnog pritiska, preventivno djeluju na pojavu migrena zbog lošeg stanja krvnih sudova, spre?avaju pojavu astmati?nih gr?eva, poboljšavaju san naro?ito kod nesanica izazvanih menopauzom. Crni susam je odli?an izvor bakra i cinka. Dovoljan unos bakra omogu?ava aktivaciju enzima koji aktiviraju stvaranje elastina i kolagena koji su neophodni za zdrave kosti i zglobove. Dovoljan unos cinka obezbe?uje dobru ?vrstinu kostiju i spre?ava prelome i osteoporozu, a ima važnu ulogu u održavanju imuniteta. Crni susam sadrži sezamin i sezamolin koji spadaju u grupu lingana koji su dobar izvor dijetetskih vlakana, smanjuju loš holesterol i imaju antioksidativno dejstvo. Tako?e je bogat masnim kiselinama, vrši eliminaciju teških metala iz organizma, posjeduje zna?ajne koli?ine E vitamina, a poznato je da E vitamin usporava starenje.

Semenke crnog susama odli?no idu uz pirina?, jela od mesa i ribe, dodaju se salatama, muslijima i nezaobilazan su sastojak orijentalnih jela.

Najbolje ih je koristiti samljevene pa se mogu dodati u jogurt ili pahuljice ili ih potopiti u vodi i ostaviti preko no?i. Ako se tostiraju, imaju još

intenzivniji ukus.

Sastojci: sjemenke crnog susama.

*Posebno brinemo o ta?nosti informacija o proizvodima na našoj web stranici. Me?utim, kako se propisi o proizvodnji hrane ?esto mijenjaju može doc?i do promjena u sastavu hrane, hranljivih materija ili alergena, prehrambenih informacija itd. Uvijek trebate pro?itati etiketu na proizvodu, a ne da se oslanjate samo na informacije navedene na web stranici. Informacije o proizvodima nisu namijenjene dijagnozi i lije?enju. Za ozbiljnija zdravstvena stanja i nelagode obratite se svom ljekaru, terapeutu, homeopati. *Slika proizvoda služi samo u ilustrativne svrhe.*

Recenzije

Trenutno nema recenzija za ovaj proizvod.