

Link do produktu: <https://przyprawy-marcopolo.pl/kminek-ziarno-40g-p-102.html>



Kminek Ziarno 40g

Cena **2,20 zł**

Dostępność **Dostępny**

Czas wysyłki **48 godzin**

Producent **Marco Polo**

Opis produktu

Kminek Ziarno



Kminek ziarno charakterystyka

Nasiona kminku są w kształcie sierpa, jest to jedna z najstarszych przypraw kuchennych. Kminek zapobiega przede wszystkim wzdęciom, wiatrom, hamuje rozwój niektórych bakterii, ułatwia trawienie, znosi skurcze żołądkowo-jelitowe. Kminek stosuje się najczęściej do: ciast, pieczywa, warzyw, szczególnie ziemniaków, kapusty, marchewki, grzybów, kiełbas, tłustego mięsa np. wieprzowiny, mięsa kaczki i gęsi, zupy grzybowej i gulaszowej, do sałatek, pizzy, dań cebulowych oraz słonych wypieków.

Kminek ziarno właściwości zdrowotne

Stosowanie kminku w diecie jako przyprawy zwiększa spożycie przeciwutleniaczy, wspomaga trawienie, dostarcza żelaza jak również może poprawić kontrolę poziomu cukru we krwi. może zmniejszyć choroby przenoszone przez żywność. Przyjmowanie wyższych dawek w postaci suplementu wiąże się z utratą wagi i poprawą poziomu cholesterolu we krwi. Teza ta nie jest to do końca przebadana. Nasiona kminku znacznie poprawiają jakość snu. Zawierają hormon zwany melatoniną który pomaga leczyć zaburzenia snu, takie jak bezsenność.

Kminek zastosowanie w kuchni

Kminek jest jedną z najbardziej popularnych przypraw na świecie. Ciepły, ziemisty, lekko pieprzny smak i aromat kminku sprawdza się w bardzo dużej ilości potraw. Jest kluczowym składnikiem indyjskich curry, specjałów Bliskiego Wschodu, takich jak hummus, i dań meksykańskich, takich

jak fajitas czy chili. Kminek doskonale pasuje do mięsa, zwłaszcza wołowiny i wieprzowiny, ale może również nadać potrawom wegetariańskim większą głębię i złożoność.

Spróbuj przyprawy w przepisie.....

Kiedy chcesz przygotować gulasz, tradycyjnie myślisz, że jest potrawa węgierska. Niemiecka wersja gulaszu jest pełna smaku który powinieneś spróbować. Tak naprawdę oba są świetne, ale ten obfity niemiecki nie przypomina w ogóle tego węgierskiego. To więcej niż gulasz – to przeżycie i smakuje lepiej, niż potrafię to opisać. To jedno z tych dań, które można jeść po prostu z kromką chleba bądź bułką. [Czytaj dalej....](#)

Kraj Pochodzenia

Kraj pochodzenia: Polska