

Link do produktu: <https://przyprawy-marcopolo.pl/kozieradka-ziarno-30g-p-109.html>



Kozieradka Ziarno 30g

Cena	2,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Producent	Marco Polo

Opis produktu

Kozieradka Ziarno

Kozieradka informacje ogólne

Kozieradka pochodzi z Azji Południowej i Europy Południowo-Wschodniej, ale obecnie jest powszechnie uprawiana w innych miejscach świata, w tym w Afryce Północnej i Wschodniej, Chinach, Grecji i na Ukrainie. Kozieradka jest mniej znaną przyprawą z rodziny groszków i ma wiele zastosowań kulinarnych.

Kozieradka zastosowanie w kuchni

Nasiona kozieradki mogą być używane w całości lub zmielone . Są składnikiem mieszanek przypraw, takich jak garam masala, panch phoran (indyjska pięciu przyprawa) lub suche nacieranie mięsa. Smak kozieradki jest słodki, ale gorzki z nutą klonu. Kozieradka jest powszechnie stosowana w indyjskich curry i pieczywie z Azji Południowej i Etiopii. Kozieradkę można stosować w marynowaniu w celu wzmocnienia smaku mięs i warzyw. Zachowaj ostrożność, dopóki nie zapoznasz się z kozieradką, ponieważ zbyt dużo może sprawić, że danie będzie gorzkie. Prażenie tych nasion na sucho wydobędzie aromatyczny, słodki smak.

Kozieradka właściwości zdrowotne

W oparciu o dostępne badania, można stwierdzić że kozieradka przynosi korzyści w zakresie obniżania poziomu cukru we krwi, zwiększania poziomu testosteronu i zwiększania produkcji mleka u matek karmiących piersią. Kozieradka może również obniżyć poziom cholesterolu, zmniejszać stany zapalne i pomagać w kontrolowaniu apetytu.

Przyprawy obniżające poziom cukru we krwi - kozieradka ziarno



Dodanie do diety ziół i przypraw może pomóc w utrzymaniu prawidłowego poziomu cukru we krwi. Kozieradka zawiera błonnik i inne substancje chemiczne, które mogą spowolnić trawienie i przyswajanie przez organizm węglowodanów i cukru. Nasiona mogą również pomóc poprawić wykorzystanie cukru przez organizm i zwiększyć ilość uwalnianej insuliny. Więcej informacji na temat przypraw obniżających poziom cukru we krwi, w tym o kozieradce znajdziesz w naszym artykule na ten temat [TUTAJ](#)

Kraj Pochodzenia

Kraj Pochodzenia: Indie