Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 02:54

Link do produktu: https://przyprawy-marcopolo.pl/kurkuma-35g-p-121.html



Kurkuma 35g

Cena	**2,40 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**48 godzin**
Numer katalogowy	**MPJed019**
Kod EAN	**5902686970361**
Producent	**Marco Polo**

Opis produktu

Kurkuma



Kurkuma charakterystyka

Kurkuma jest jednym ze składników Curry. Ponadto ten rodzaj przyprawy ma wiele cennych właściwości dla naszego organizmu. Przede wszystkim jest silnym przeciwutleniaczem, więc zwalcza wolne rodniki odpowiedzialne za procesy starzenia się. Ponadto wykazuje działanie przeciwzapalne i antynowotworowe. Poprawia także krążenie, reguluje gospodarkę lipidową i oczyszcza organizm z zalegających toksyn. Kurkuma wspomaga także trawienie i ma działanie rozkurczowe, przez co zmniejsza ryzyko wystąpienia raka jelit.

Zastosowanie kurkumy w kuchni

Kurkuma dobrze pasuje do wszystkiego, co pomarańczowe na przykład do słodkich ziemniaków czy kremu z dyni. Pieczone frytki z batatów polane olejem z kurkumą, pieprzem czarnym oraz sola morską smakują przepysznie. Kurkumę można również dodać do bulionu, nadając mu łagodny smak który bardzo dobrze komponuje się z makaronem.

Przyprawy obniżające poziom cukru we krwi - kurkuma



Dodanie do diety ziół i przypraw może pomóc w utrzymaniu prawidłowego poziomu cukru we krwi. Kurkumina w kurkumie jest silnym przeciwutleniaczem i pomaga w leczeniu powikłań cukrzycy. Kurkuma może przynieść organizmowi wiele korzyści. Kurkuma ma również właściwości przeciwzapalne. Więcej informacji na temat przypraw obniżających poziom cukru we krwi, w tym o kurkumie znajdziesz w naszym artykule na ten temat TUTAJ

Spróbuj przyprawy w przepisie.....



Pierwotną wersją wegańskiego gulasz ze szpinaku, jest jego mięsny odpowiednik a przyrządza się go z czerwonego mięsa, takiego jak wołowina, jagnięcina lub tuńczyk, makrela i jajka. Wegańska wersja opiera się na ciecierzycy która bardzo dobrze pasuje do gulaszu szpinakowego. Dzięki tak prostym, podstawowym składnikom jak między innymi kurkuma możesz przygotować ten przepis bardzo szybko bez większego zastanawiania się nad nim. Dzięki ograniczonej ilości świeżych składników wymaganych do tego afrykańskiego gulaszu szpinakowego, możesz bardzo łatwo zaplanować go jako część cotygodniowej rotacji posiłków. Wykorzystuje on mrożony szpinak, więc możesz go przygotować, kiedy tylko masz na to ochotę. Czytaj dalej....

Marchewka i ciecierzyca duszone z pikantnymi, aromatycznymi przyprawami, w tym z kurkumą, cynamonem i bardzo popularną w Maroku ras el hanout. Smakują wyśmienicie a odrobina miodu dodaje potrawie uzupełniającej słodyczy. W tym przepisie preferujemy ziarno ciecierzycy moczone przed ugotowaniem zamiast z puszki. Jeśli chcesz pójść w nasze ślady, daj sobie dodatkowy czas na moczenie ciecierzycy przez całą noc, a następnie gotuj ją do miękkości. Można to zrobić z dużym wyprzedzeniem, ponieważ możesz zamrozić ugotowaną ciecierzycę, dopóki nie będzie potrzebna. Czytaj dalej....

Próbowaliście kiedyś zrobić sałatkę z jajkami bez użycia jajek? Styl wegański którego istotą jest nie tylko odrzucenie mięsa, ale także produktów których wytwarzanie wiąże się z eksploatacją zwierząt - np. Jajka. Czytaj dalej....

Kraj Pochodzenia

Indie