Dane aktualne na dzień: 11-11-2026 14:57

Link do produktu: https://przyprawy-marcopolo.pl/slonecznik-luskany-300g-p-212.html



Słonecznik Łuskany 300g

Cena	**5,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**48 godzin**
Numer katalogowy	**MPJedIn021**
Kod EAN	**5902686971153**
Producent	**Marco Polo**

Opis produktu

Słonecznik Ziarno

Słonecznik ziarno charakterystyka

Mało kto wie, że ziarna słonecznika są źródłem większej ilości nienasyconych kwasów tłuszczowych omega-3 i omega-6 niż oliwki podstawy dietetycznego jedzenia. Współczesne diety często lekceważą wagę tłuszczów dla ciała człowieka, a ta jest rzeczywiście znacząca. Nasze ziarna słonecznika przeznaczone do konsumpcji na surowo są produkowane z zachowaniem restrykcyjnych warunków higieny. Produkt jest odpowiedni do bezpośredniego spożycia, jak również jako dodatek do sałatek i innych dań. Producenci Musli dodają surowe ziarna słonecznika do swoich produktów, aby podnieść ich walory smakowe i odżywcze.

Słonecznik łuskany to wyjątkowa przekąska, która dostarcza nie tylko smaku, ale również wiele korzyści zdrowotnych. Słonecznik jest popularnym składnikiem wielu dań i przekąsek, a w wersji łuskanej zyskuje jeszcze większą wartość.

Słonecznik łuskany to nasiona słonecznika, które zostały pozbawione twardej łuski, dzięki czemu są łatwiejsze w spożyciu i dostępne do natychmiastowego spożycia. Ten proces obróbki sprawia, że słonecznik łuskany jest bardziej chrupiący i łatwo trawiący się w porównaniu do tradycyjnych nasion słonecznika.

Jedną z największych zalet słonecznika łuskanego jest jego bogactwo składników odżywczych. Słonecznik jest znakomitym źródłem białka roślinnego, błonnika, witamin (takich jak witamina E, witaminy z grupy B) oraz minerałów, w tym magnezu, cynku i selenu. To sprawia, że słonecznik łuskany jest idealnym wyborem dla osób szukających zdrowej przekąski o wysokiej wartości odżywczej.

Słonecznik łuskany może być spożywany samodzielnie jako przekąska, dodawany do sałatek, zup, musli czy wypieków, dając im wyjątkowy smak i chrupkość. Można go również posypać na kanapki czy dodawać do mieszanek bakalii.

Dodatkowo, słonecznik łuskany jest też ceniony za swoje właściwości prozdrowotne. Ze względu na obecność witamin i minerałów, może wspierać zdrowie serca, wzmacniać układ odpornościowy oraz wpływać korzystnie na zdrowie skóry i włosów.

Słonecznik łuskany to doskonały wybór dla osób poszukujących zdrowych przekąsek, które dostarczają nie tylko smaku, ale także ważnych składników odżywczych. Jego chrupiąca konsystencja i wszechstronne zastosowanie sprawiają, że stanowi doskonały dodatek do różnorodnych potraw i diet.

Słonecznik łuskany zastosowanie w kuchni

Łuskany słonecznik to wyjątkowo wszechstronny składnik, który doskonale sprawdza się w różnorodnych przepisach. Jego delikatny, orzechowy smak i chrupiąca konsystencja wzbogacą zarówno słodkie, jak i wytrawne dania.

Pomysły na wykorzystanie słonecznika łuskanego:

1. **Sałatki:** Dodaj do sałatek warzywnych lub owocowych, aby nadać im nutę chrupkości i wartości odżywczych. Idealnie komponuje się z rukolą, szpinakiem, awokado i granatem.
2. **Pieczywo i wypieki:** Wzbogacaj domowe chleby, bułki, ciasta czy babeczki, mieszając nasiona z ciastem lub posypując nimi wypieki przed pieczeniem.
3. **Musli i owsianki:** Urozmaicaj poranne śniadania, dodając słonecznik do owsianki, granoli lub smoothie bowl.
4. **Zupy krem:** Posyp nasionami kremowe zupy, takie jak dyniowa, pomidorowa czy brokułowa, aby uzyskać interesujący kontrast konsystencji.
5. **Pesto i pasty:** Zamiast orzeszków piniowych, użyj słonecznika do przygotowania domowego pesto. Sprawdzi się także w pastach kanapkowych, np. z ciecierzycą czy awokado.
6. **Desery:** Posyp nasionami lody, jogurty, ciasta lub przygotuj domowe batoniki musli z dodatkiem miodu i suszonych owoców.
7. **Panierki:** Wykorzystaj zmielony słonecznik jako zdrową alternatywę dla tradycyjnej panierki do mięs lub warzyw.
8. **Prażone przekąski:** Upraż nasiona na suchej patelni z przyprawami (np. papryką, curry lub czosnkiem) i podawaj jako zdrową przekąskę.

Łuskany słonecznik to uniwersalny dodatek, który podkreśli smak Twoich dań i wzbogaci je o cenne wartości odżywcze. Wypróbuj go w swojej kuchni i odkryj nowe kulinarne możliwości!

Kraj Pochodzenia

Kraj Pochodzenia: Bułgaria

Informacja o alegrenach

W zakładzie są pakowane również sezam, gorczyca, soja, migdały, orzechy, produkty zawierające gluten oraz produkty zawierające SO2 (dwutlenek siarki).