Dane aktualne na dzień: 08-11-2026 20:43

Link do produktu: https://www.agrozam.pl/toraf-nasiona-na-kielki-soja-30g-p-6987.html



Toraf Nasiona na kiełki Soja 30g

Cena	**4,10 zł**
Czas wysyłki	**5 dni**
Numer katalogowy	**1062185466**
Kod EAN	**5907595504188**
Producent	**Toraf**

Opis produktu

Kiełki soi to wyśmienite źródło białka, witamin A, B, C i K oraz fosforu, wapnia, potasu, żelaza i magnezu. Kiełki soi są bogate w substancję antyrakowe które hamują wzrost komórek nowotworowych i zmniejszają możliwość wystąpienia raka piersi i raka narządów rodnych u kobiet. Ze względu na zawartość kwasu foliowego to ważny element diety kobiet w ciąży. Jako bogate źródło fitoestrogenów polecane są kobietom w okresie menopauzy. Regularne ich spożywanie ma dobroczynny wpływ na cerę, zawarty w nich magnez i potas łagodzą stres i apatię, a znaczna zawartość witaminy C wzmacnia naszą odporność. Nienasycone kwasy tłuszczowe zawarte w kiełkach pomagają obniżyć poziom "złego" cholesterolu oraz ciśnienie krwi. Kiełki soi to doskonały dodatek do ryżu, kanapek, zup, twarożków i sałatek

Przygotowanie kiełków:

Produkcja kiełków w domu jest bardzo prosta do wykonania przy użyciu kiełkownicy Toraf. Postępując zgodnie z instrukcją obsługi kiełki są gotowe do spożycia po upływie 3-6dni. Kiełkownica umożliwia jednoczesną uprawę 3 rodzajów kiełków. Inną metodą produkcji kiełków jest produkcja kiełków w słoiku. W tym celu należy wypłukać nasiona następnie przesypać do wcześniej wyparzonego naczynia i zalać przegotowaną letnią wodą. Moczyć przez kilka godzin, potem wodę zlać, a nasiona wypłukać, naczynie nakryć gazą, obwiązać i odstawić w ciepłe (18-22°C), nie nasłonecznione miejsce. W tym czasie kiełki należy przepłukiwać 2 razy dziennie wodą. Kiełki są gotowe do spożycia przy długości ok. 3-5 cm, po 3-6 dniach