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

Link do produktu: https://www.agrozam.pl/toraf-nasiona-na-kielki-bio-organic-soczewica-30g-p-6988.html



Toraf Nasiona na kiełki BIO Organic Soczewica 30g

Cena	**3,90 zł**
Czas wysyłki	**5 dni**
Numer katalogowy	**1062185467**
Kod EAN	**5907595509848**
Producent	**Toraf**

Opis produktu

Kiełki soczewicy to bogate źródło białka, witaminy: B1, B2, PP oraz wielu niezbędnych składników jak wapń, fosfor, żelazo, karoten koniecznych do właściwego funkcjonowania układu nerwowego, kostnego i naczyniowego. Błonnik pomaga usuwać z organizmu toksyny. Kiełki są bogate w kwas foliowy o działaniu krwiotwórczym. Mogą jeść je osoby, które nie tolerują preparatów żelaza. To doskonały element diety dla kobiet w ciąży. Można dodawać je do sałatek, kanapek, dań głównych, past twarogowych.

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