Dane aktualne na dzień: 08-11-2026 19:28

Link do produktu: https://www.agrozam.pl/toraf-nasiona-na-kielki-bio-brokul-organic-10g-p-6992.html




# Toraf Nasiona na kiełki BIO Brokuł Organic 10g

| | |
|---|---|
| Cena | **4,10 zł** |
| Czas wysyłki | **5 dni** |
| Numer katalogowy | **1062185471** |
| Kod EAN | **5907595509794** |
| Producent | **Toraf** |

## Opis produktu

Kiełki nasion brokułu są źródłem najcenniejszych dla organizmu składników odżywczych: witamin A, C, B1, B2, PP, mikroelementów (wapń, żelazo, fosfor, magnez), enzymów i innych składników wzmacniających. Najcenniejszy w brokule jest sulforafan – substancja antyrakowa, której stężenie w kiełkach jest 200 razy większe niż w samym brokule. Ponadto kiełki brokułu pomagają obniżyć ciśnienie krwi, zapobiegają chorobom układu krwionośnego i udarom mózgu, a także dzięki wysokiej zawartości antyoksydantów wzmacniają układ odpornościowy i nerwowy. Kiełki brokułu są pikantne w smaku, doskonale nadają się do sałatek i kanapek.

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 3-6 dni. Kiełkownika 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. 1-2 cm, po 3-6 dniach.