Dane aktualne na dzień: 08-11-2026 19:22

Link do produktu: https://www.agrozam.pl/toraf-nasiona-na-kielki-lucerna-alfalfa-10-g-p-7009.html



Toraf Nasiona na kiełki Lucerna Alfalfa 10 g

Cena	**3,40 zł**
Czas wysyłki	**5 dni**
Numer katalogowy	**1062185488**
Kod EAN	**5907595507363**
Producent	**Toraf**

Opis produktu

Kiełki lucerny są cennym źródłem fitoestrogenów, hormonów roślinnych, które w naturalny sposób pomagają zwalczać symptomy menopauzy. Ze względu na wysoką zawartość witamin A, E, B-complex oraz mikroelementów kiełki lucerny polecane są kobietom w okresie ciąży i karmienia a także osobom niejedzącym mięsa - witamina B12 zapobiega niedokrwistości, osteoporozie, nowotworom i chorobom serca. Dzięki zawartości lecytyny poprawiają pamięć. Wzmacniają mięśnie, kości i zęby. Spożywa się je głównie jako dodatek do kanapek 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