



## КИНОА ЧЕРНАЯ РОСА-ФАРМ 500 ГРАММ

SKU: 0039

Цена: 185 грн

Благодаря содержанию растительного белка и клетчатки киноа стала неотъемлемой частью рациона питания вегетарианцев и спортсменов. Придется по вкусу черная киноа и людям, страдающим лишним весом.

**Категория:** Крупы и бобовые

## КИНОА ЧЕРНАЯ, 500 ГРАММ

Киноа (или квина) – псевдозерновая культура родом из Южной Америки. Существует несколько видов киноа, которые различны по цвету (черная, белая и красная) и вкусу. Киноа не противопоказана, а наоборот очень полезна детям. Аминокислотный состав белков продукта очень сбалансирован и близок к составу белков молока. Именно за это диетологи часто сравнивают её с материнским молоком. Благодаря содержанию растительного белка и клетчатки киноа стала неотъемлемой частью рациона питания вегетарианцев и спортсменов. Придется по вкусу черная киноа и людям, страдающим лишним весом.

Эта органическая черная киноа подходит подходит как для употребления в пищу, так и для проращивания!

### Полезные свойства киноа:

Содержит полный витаминно-минеральный комплекс. Витамины групп А, В, С, D и Е, цинк, калий, марганец, железо, клетчатка, фолиевая кислота и др.

Имеет высокое содержание растительного белка

### Не содержит глютен (клейковины)

- Способствует формированию крепкого здорового детского организма;
- Укрепляет костную систему, полезна при артритах;
- Показана к употреблению при заболеваниях сердца, диабете и гипертонии;
- Очищает организм: выводит шлаки и холестерин;
- Оказывает успокаивающее действие на нервную систему;
- Является мощным общеукрепляющим средством: полезна в послеоперационный период и в периоды восстановления после тяжелых заболеваний.

**Противопоказания:** индивидуальная непереносимость

### Как употреблять киноа?

Киноа имеет ореховый не ярко выраженный вкус, относительно нейтральный. Использовать лучше всего в качестве гарнира или в составе салатов. Перед приготовлением крупу следует тщательно промыть. Чтобы сварить киноа, нужно залить семена холодной водой и варить на маленьком огне в течение 15 минут, пока крупа не станет мягкой.

РОСА-ФАРМ. Аюрведичні препарати преміум класу.  
Київ, вул. Михайлівська, 24-А. Відкрито з 11:00 до 19:00 щодня.  
Телефони: +380932173134, +380670070108, +380671600108.



Также из черной кинва путем измельчения можно самостоятельно изготовить муку.