



## МУСКАТНЫЙ ОРЕХ (MYRISTICA)

SKU: 0027-1052

Цена: 30 грн – 89 грн Диапазон цен: 30 грн – 89 грн

Используется для приготовления сладостей, десертов, компотов, мороженого, печеных яблок. Хорошо сочетается с тыквой, картофелем и молоком. Оказывает вяжущее и успокаивающее действие, снимает головную боль и спазмы. Усиливает половое влечение. Эффективен при лечении заболеваний сердца.

Категория: Пряности, Специи и пряности

## МУСКАТНЫЙ ОРЕХ (MYRISTICA)

**Мускатный орех** известен нам как пряность с пикантным, острым вкусом и приятным специфическим ароматом. Он представляет собой плоды Мускатника, родиной которого является Молуккские острова. В настоящее время выращивают деревья в основном в странах с тропическим климатом, таких как Африка, Бразилия, Индия.

Польза мускатного ореха обусловлена разнообразным составом. Он содержит белки, жиры, углеводы, пищевые волокна, витамины (аскорбиновую кислоту, витамин А, фолиевую кислоту, ниацин, тиамин, пиридоксин, рибофлавин), микроэлементы (кальций, железо, медь, марганец, магний, цинк, фосфор).

Употреблять мускатный орех нужно аккуратно, т.к. калорийность его велика - 525 ккал на 100 грамм.

Нашел применение мускатный орех в кулинарии, медицине, косметологии.

Пряность чаще всего используют для приготовления сладких блюд - торты, пряников, печенья, кексов, булочек, пирожных, конфет. Очень вкусным получится джем или варенье с добавлением мускатного ореха. Нередко, эту специю добавляют в разные мясные и рыбные блюда, овощные блюда, в супы и салаты.

В пищевой промышленности приправу мускатный орех добавляют при изготовлении кетчупов, томатных паст, колбас, сыра.

Мускатный орех шикарно дополняет вкус тыквы, картофеля, капусты, моркови, шпината, печеных фруктов. Этую специю добавляют в кофе, глинтвейны, чаи.

Полезные свойства мускатного ореха раскроются лучше, если вы добавите его в блюдо в конце приготовления, но если он используется для теста, то лучше его ввести в процесс замешивания.

Куда добавляют мускатный орех мы уже разобрались, давайте теперь поговорим о том, какую пользу он приносит нашему организму.

### Полезные свойства и противопоказания мускатного ореха

- Растение оказывает отличное воздействие на мозговую деятельность человека.
- Мускатный орех хорошо борется с бессонницей, снимает переутомление, раздражительность. Расслабляет и приводит к эмоциональному покою.



- Специя способствует расширению кровеносных сосудов, снижает артериальное давление, облегчает деятельность сердечно - сосудистой системы.
- Калий, который входит в состав пряности положительно влияет на состояние костей.
- Мускатный орех способен справиться с неприятным запахом изо рта, оздоравливать микрофлору ротовой полости, поддерживать здоровье десен.
- Пряность способна очистить печень и почки от шлаков и токсинов.
- Масло в составе мускатного ореха способно останавливать деление раковых клеток в организме.
- Масло мускатного ореха благотворно влияет на состояние волос и кожи.
- Мускатный орех с кефиром и корицей пьют при похудении. Эффект потрясающий!

Молотый орех может принести как пользу, так и вред. Его нельзя употреблять при эпилепсии, беременности, аллергикам и маленьким детям. Специю рекомендуют использовать в ограниченном количестве.