

МУНГ ДАЛ КОЛОТИЙ SHEN FOOD 500 ГРАМ

SKU: 4143
Ціна: **183 грн**

Мунг дал (Shen Food, 500 г) — колоті очищені боби маша жовтого кольору. Багате джерело рослинного білка, харчових волокон, вітамінів групи В та мінералів. Легка засвоюваність, без глютену. Традиційний аюрведичний продукт харчування.

Категорія: Крупи та бобові

МУНГ ДАЛ КОЛОТИЙ (SHEN FOOD, 500 Г)

Мунг дал — колоті очищені боби маша (Vigna radiata) жовтого кольору. Один з найпопулярніших продуктів аюрведичної та індійської кухні, що високо цінується за легку засвоюваність та багатий поживний склад. Використовується для приготування супів, похльобок, далей, каш та інших страв. Поєднується з рисом, овочами та прянощами.

Властивості:

- Багате джерело рослинного білка та незамінних амінокислот;
- Містить харчові волокна (клітковину), що підтримують травний комфорт;
- Джерело вітамінів групи В, вітаміну С, фолієвої кислоти;
- Містить мінерали: залізо, магній, калій, цинк та фосфор;
- Легка засвоюваність — рекомендується в дієтичному харчуванні;
- Не містить глютену;
- Традиційний аюрведичний продукт харчування.

Склад: колоті очищені боби маша (Vigna radiata), 100%.

Спосіб приготування:

Промити під холодною водою. Замочити на 1–2 години (за бажанням). Варити в підсоленій воді 20–30 хвилин до м'якості. Використовувати в супах, далях, кашах та інших стравах за смаком.