



КОРИАНДР (CORIÁNDRUM SÁTIVUM)

SKU: 0021-1051

Ціна: 10 грн – 36 грн Price range: 10 грн through 36 грн

Коріандр - спеція, досить - таки поширена в кулінарії. Використовують не лише зелень і насіння, а й коріння рослини. Насіння додають в основному в випічку (булочки, батони, пряники, печиво), маринади, в суміші спецій. Вони покращують аромат страв з бобових, птиці і дичини. Зелень надає відмінний аромат салатів, овочевих супів, рагу, рибних та м'ясних страв.

Категорія: [Прянощі](#), [Спеції та прянощі](#)

КОРИАНДР (CORIÁNDRUM SÁTIVUM)

Коріандр - це трав'яниста рослина, що має своєрідний запах. Коріандр по-іншому називається кінза. Дана пряність дуже цінується в кулінарії Індонезії та Китаю. Листя рослини називають кінзою, а насіння - коріандром. Насіння має округлу форму і коричневий колір. Смак насіння абсолютно відрізняється від зелені.

Дана спеція є дуже корисною. До її складу входять ефірні масла, білки, крохмаль, вітаміни (А, С, РР, вітаміни групи В), мікроелементи (йод, залізо, кальцій, магній, фосфор, натрій). Насіння коріандру є джерелом рутина, дубильних речовин, каротину, органічних кислот.

Такий приправі як коріандр застосування знайшли в кулінарії, косметології, парфумерії та медицині.

Коріандр - спеція, досить - таки поширена в кулінарії. Використовують не лише зелень і насіння, а й коріння рослини. Насіння додають в основному в випічку (булочки, батони, пряники, печиво), маринади, в суміші спецій. Вони покращують аромат страв з бобових, птиці і дичини. Зелень надає відмінний аромат салатів, овочевих супів, рагу, рибних та м'ясних страв.

Коріандр - приправа, що покращує якість пива та квасу. У країнах Європи коріандр використовують для виробництва пива.

Корисні властивості і протипоказання коріандру

- Приводить в порядок нервову систему, заспокоює, допомагає зняти стрес.
- Покращує і стимулює процес травлення, виводить шлаки і токсини з організму.
- Завдяки тому, що спеція містить вітамін К, вона сприяє полегшенню симптомів хвороби Альцгеймер.
- Коріандр - пряність яка активізує вироблення інсуліну, знижує цукор у крові. Особливо корисно використовувати спецію в раціоні людям які хворіють на цукровий діабет.
- Протизапальні властивості кінзи допомагають зняти симптоми артриту.
- Рослина сприяє позбавленню від кон'юнктивіту, і запобігає розвитку будь-яких очних захворювань.
- Насіння коріандру чудово допомагають при менструальних проблемах.
- Спеція запобігає розвитку анемії.
- Коріандр здатний зменшити алергічні реакції організму.
- За рахунок великого вмісту кальцію і мінералів, коріандр запобігає деградації кісток, та наповнює організм



речовинами, які здатні усунути причини розвитку остеопорозу.

За перерахованими властивостями, можна зробити висновок, що користь коріандру дуже велика. Тому він повинен бути на кухні у будь-якої господині.

Коріандр можна не тільки купити, але і виростити. Вирощування коріандру з насіння дуже нескладне заняття, тому що він морозостійка і скоростигла рослина. У відкритий ґрунт насіння сіють приблизно з середини до кінця квітня. Кінза любить вологу, тому при вирощуванні рослини потрібно стежити за цим, інакше листя почне ставати черствим.