



КУСКУС - НАЙЗРУЧНІШИЙ В ПРИГОТУВАННІ ГАРНІР 500 ГРАМ

SKU: 0041

Ціна: 79 грн

Кускус - чудова крупа, хоча до круп він і не відноситься. Зовні він дійсно нагадує зернові, проте за технологією це макаронні вироби, виготовлені з крупно меленої пшениці твердих сортів або манки з водою і маслиною олією. Родом він з Північної Африки, і у продажу можна зустріти кускус дрібний і кускус великий. На Близькому Сході і в Африці кускус вважається національною гордістю.

Категорія: Спеції та прянощі, Крупи та бобові

КУСКУС - НАЙЗРУЧНІШИЙ В ПРИГОТУВАННІ ГАРНІР

Кускус - крупа, яка виготовляється з таких продуктів, як пшоно, ячмінь, пшениця, манка. Спочатку кус-кус готували з манки. Її бризкали водою, посипали зверху сухою манкою і руками катали маленькі кульки. Після чого, просівали і сушили. В кінці цього процесу виходили маленькі крупинки розміром міліметр, це і є кус-кус.

Пізніше в деяких регіонах рецепт кус-куса поміняли і стали готувати його з рису, ячменю, проса, а деякі навіть з кукурудзяної крупи.

Кускус - дуже корисний продукт

У ньому містяться вуглеводи, білки, безліч вітамінів, мікроелементи, незамінні амінокислоти, жирні кислоти.

У кулінарії кус-кус користується популярністю та використовується як для солоних страв, так і для солодких. Крупа чудово поєднується з овочами, рибою, м'ясом, морепродуктами, грибами, фруктами, солодощами.

Кук-кус вживається як самостійне блюдо, а також відмінно підходить до перших страв, салатів, закусок.

Корисні властивості крупи кус-кус

- Крупа підвищує тонус організму в цілому, заряджає його енергією.
- Продукт зміцнює імунну систему організму, знімає втому, допомагає впоратися з депресіями, допомагає при безсонні.
- Кус-кус містить фосфор, залізо, калій, що покращує роботу шлунково-кишкового тракту.
- Калій, що міститься в кус-кусі сприяє зміцненню серцевого м'яза.
- Кус-кус корисний при схудненні.
- Крупа підвищує гемоглобін у крові, і знижує рівень поганого холестерину.
- Каша дуже рекомендується людям, які займаються спортом, а також літнім людям.
- Якщо ввести в свій раціон кус-кус, це допоможе запобігти виникненню сивого волосся і передчасне старіння шкіри.
- Крупа допомагає людям, які страждають проблемою запорів.

РОСА-ФАРМ. Аюрведичні препарати преміум класу.
Київ, вул. Михайлівська, 24-А. Відкрито з 10:00 до 18:00 щодня.
Телефони: +380932173134, +380670070108, +380671600108.



Не рекомендується вживати продукт при індивідуальній непереносимості.