



МУСКАТНИЙ ГОРІХ (MYRĪSTICA)

SKU: 0027-1052

Ціна: 30 грн – 89 грн Price range: 30 грн through 89 грн

Використовується для приготування солодоців, десертів, компотів, морозива, печених яблук. Добре поєднується з гарбузом, картоплею і молоком. Чинить терпку і заспокійливу дію, знімає головний біль і спазми. Посилює статевий потяг. Ефективний при лікуванні захворювань серця.

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

МУСКАТНИЙ ГОРІХ (MYRĪSTICA)

Мускатний горіх відомий нам як пряність з пікантним, гострим смаком та приємним специфічним ароматом. Він являє собою плоди мускатника, батьківщиною якого є Молуккські острови.

В даний час вирощують дерева в основному в країнах з тропічним кліматом, таких як Африка, Бразилія, Індія.

Користь мускатного горіха обумовлена різними складом. Він містить білки, жири, вуглеводи, харчові волокна, вітаміни (аскорбінову кислоту, вітамін А, фолієву кислоту, ніацин, тіамін, піридоксин, рибофлавін), мікроелементи (кальцій, залізо, мідь, марганець, магній, цинк, фосфор).

Вживати мускатний горіх потрібно з обережністю, тому що його калорійність велика - 525 ккал на 100 грам.

Знайшов застосування мускатний горіх в кулінарії, медицині, косметології.

Пряність найчастіше використовують для приготування солодких страв - тортів, пряників, печива, кексів, булочок, тістечок, цукерок. Дуже смачним вийде джем або варення з додаванням мускатного горіха. Нерідко, цю спецію додають в різні м'ясні та рибні страви, овочеві страви, в супи і салати.

У харчовій промисловості приправу мускатний горіх додають при виготовленні кетчупів, томатних паст, ковбас, сиру.

Мускатний горіх шикарно доповнює смак гарбуза, картоплі, капусти, моркви, шпинату, печених фруктів.

Цю спецію додають в каву, глінтвейн, чай.

Корисні властивості мускатного горіха розкриються краще, якщо ви додасте його в блюдо в кінці приготування, але якщо він використовується для тіста, то краще його ввести в процесі замішування.

Куди додають мускатний горіх ми вже розібралися, давайте тепер поговоримо про те, яку користь він приносить нашому організму.

Корисні властивості і протипоказання мускатного горіха

- Рослина має відмінний вплив на мозкову діяльність людини.



-
- Мускатний горіх добре бореться з безсонням, знімає перевтому, дратівливість. Розслабляє і призводить до емоційного спокою.
 - Спеція сприяє розширенню кровоносних судин, знижує артеріальний тиск, полегшує діяльність серцево - судинної системи.
 - Калій, який входить до складу прянощі позитивно впливає на стан кісток.
 - Мускатний горіх здатний впоратися з неприємним запахом з рота, оздоровлювати мікрофлору ротової порожнини, підтримувати здоров'я ясен.
 - Прянощі здатні очистити печінку та нирки від шлаків і токсинів.
 - Масло мускатного горіха благотворно впливає на стан волосся і шкіри.
 - Мускатний горіх з кефіром та корицею п'ють при схудненні. Ефект приголомшливий!

Мелений горіх може принести як користь, так і шкоду. Його не можна вживати при епілепсії, вагітності, алергікам та маленьким дітям. Спецію рекомендують використовувати в обмеженій кількості.