

Link do produktu: <https://taheebo.pl/chia-nasiona-200g-p-17.html>



Chia Nasiona 200g

Cena	11,20 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	5901721663206

Opis produktu

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 9,99 zł

Szałwia hiszpańska (Chia) jest rośliną pochodzącą z centralnej i południowej części Meksyku oraz z Gwatemali. Nasiona są doskonałym dodatkiem do jogurtu, musli, wypieków oraz jako naturalny zagęstnik do zup i sosów. Nasiona chia dostarczają ogromną ilość składników odżywczych i małą ilość kalorii, są bardzo dobrym źródłem białka.

Sposób przygotowania: dodawać do płynów, napojów, wypieków, panierek, sałatek, oraz innych produktów spożywczych, wedle dostępnych przepisów.

Zrównoważona i zróżnicowana dieta oraz zdrowy styl życia są podstawą zapewnienia prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Szałwia Hiszpańska

W naszej ofercie znajdziesz nasiona chia, które są bogate w białko, błonnik, wapń, fosfor, magnez, żelazo, potas i witaminę B3. Nasiona chia są świetnym źródłem zdrowych tłuszczów i błonnika, a także mają wysoki poziom antyoksydantów. Są one idealne do dodawania do koktajli, jogurtu, owsianki, sałatek, wypieków i wielu innych potraw. Nasiona chia są również wspaniałym źródłem energii, dzięki czemu można je wykorzystać jako naturalne źródło energii do treningu i wysiłku fizycznego.

Nasiona chia właściwości

Nasiona chia czyli szalwia hiszpańska to nasiona rośliny *Salvia hispanica*, pochodzącej z Meksyku. Są one bogatym źródłem błonnika, białka, wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, wapnia, żelaza, magnezu, fosforu, potasu i witamin z grupy B. Mają one właściwości antyoksydacyjne i przyczyniają się do zmniejszenia poziomu cholesterolu we krwi. Nasiona chia są również skutecznym środkiem do utrzymania prawidłowego poziomu cukru we krwi, dzięki czemu są idealnym wyborem dla osób z cukrzycą.