



Dane aktualne na dzień: 10-04-2025 03:26

Link do produktu: <https://www.wegetarianin.pl/pestki-dyni-bio-400g-p-3132.html>



Pestki dyni bio 400g

Cena	18,90 zł
Czas wysyłki	24 godziny
Producent	Gospodarstwo ekologiczne Babalsc

Opis produktu

Ekologiczne pestki dyni pochodzenia polskiego - BIO

Zdrowie w dużym stopniu uwarunkowane jest tym, co na co dzień jemy, dlatego dieta jest tak istotna w życiu każdego z nas. Poza uwzględnieniem w jadłospisie owoców, warzyw i produktów typu kasze, płatki itp., warto również pamiętać o zdrowych przekąskach, które są źródłem łatwo przyswajalnych składników odżywczych. Orzechy, pestki, ziarna - te produkty również powinny znaleźć się w menu, regularnie lądując na naszych talerzach. Jednym z takich produktów są **pestki dyni - co zawierają?** Ziarna te są prawdziwą skarbnicą witamin i składników odżywczych. To właśnie one ze wszystkich pestek i nasion są najbardziej wartościowe w swoich właściwościach. **Kompleks witamin z grupy B, witaminy A, E oraz K, szereg cennych minerałów, jakimi są wapń, żelazo, magnez, fosfor, potas sód i cynk, a także imponujące ilości nienasyconych kwasów tłuszczowych, przemawiają za tym, żeby uwzględnić pestki dyni w menu, wzbogacając nimi sałatki warzywne i owocowe, zupy krem, musli, jogurty a także sięgając po nie jako po doskonałą przekąską, która śmiało może zastąpić popcorn lub chipsy.**

Pestki dyni i ich właściwości

Pestki z dyni - właściwości, jakie posiadają wzmacniają organizm, chroniąc przed wieloma dolegliwościami. **Regularne spożywanie pestek dyni, ze względu na zawartość fitosteroli roślinnych, pomoże w walce z miażdżycą. Pestki te są również bogatym źródłem karotenoidów zmniejszających ryzyko wystąpienia nowotworu płuc.** Uwielbiasz przekąski? Zastąp klasyczne słodkie lub słone produkty na produkty z pestek dyni - dzięki wysokiej zawartości witamin z grupy B, pestki dyni pozytywnie wpłyną na nastrój i ogólną pracę układu nerwowego. Nie od dziś wiadomo, że pestki są najskuteczniejszym, a zarazem bezpiecznym i nieobciążającym wątroby lekarstwem na pasożyty. A to wszystko dzięki obecności kukurbitacyny, która poraża układ nerwowy robaków a zarazem przyspiesza proces wydalania ich z przewodu pokarmowego. **Warto pamiętać, że pestki dyni jedzone codziennie w niewielkich ilościach są skutecznym sposobem leczenia oraz profilaktyki pasożytów dla wszystkich przedszkolaków i małych dzieci.** Z myślą o nich sięgajmy po ekologiczne, czyste, polskie pestki, wtedy mamy pewność, że źródło, z którego one pochodzą, jest godne zaufania.