

NATUROVE Spirulina sproszkowane algi 500 g



Cena: 29,99 PLN

Opis słownikowy

Producent	KREVAEN S.C.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety

Opis produktu

OpisSpirulina to sproszkowane algi morskie, z gatunku sinic, które rosną w wodzie alkalicznej. Zawierają aż 70% białka i są nazywane „zielonym mięsem”. To idealny suplement diety oraz zastępnik białka pochodzenia zwierzęcego dla wegan i wegetarian. Spirulina była znana i wykorzystywana już przez dawnych Azteków, którzy wypiekali z niej ciasteczka. Spirulina od dawna była znana z tego, że dodaje energii a także przyspiesza metabolizm. W latach 70-tych XX wieku spirulina została „odkryta na nowo” i uzyskała swoją obecną nazwę oraz dodana do grupy produktów nazywanych „superfood”. Oprócz niezbędnego białka i aminokwasów, spirulina zawiera także przeciwutleniacze, chlorofil, beta-karoten, witaminy: A, B1, B2, B3, B6, B7, B9, C i E oraz nienasycone kwasy tłuszczowe, takie jak kwas gamma-linolenowy. To także źródło takich mikroelementów niezbędnych dla organizmu człowieka jak: żelazo, potas, cynk, fosfor i magnez. Spirulina reguluje także poziom cholesterolu w organizmie, obniża ciśnienie krwi i poziom glukozy. Pomaga też usuwać ciężkie metale z organizmu. Jej właściwości mogą też pomóc w obniżaniu ryzyka wystąpienia udaru mózgu. **Sposób użycia**Sproszkowana spirulina to idealny dodatek do koktajli, owsianek czy sałatek. Wystarczy dodać łyżeczkę sproszkowanej spiruliny do wody, soku, jogurtu lub zmiksować z ulubionymi owocami i warzywami w formie koktajlu. Aby wzmocnić działanie spiruliny warto dodać sok z limonki, który pomaga uwalniać cukier z komórek. Nie powinno się stosować więcej niż 2-3 łyżeczek spiruliny dziennie. **Skład**Wartość odżywcza w 100g 1 łyżeczka (5g)Wartość energetyczna 1214 kJ/290 kcal 61 kJ/15 kcalTłuszcz 7,7 g 0,4 g – w tym kwasy nasycone 2,6 g 0,1 gWęglowodany 23,9 g 1,2 g – w tym cukry 3,1 g 0,2 gBłonnik 3,6 g 0,2 gBiałko 57,5 g 2,9 gSól **0,5 g <0,1 g**Wapń 120 mg 6 mgŻelazo 28,5 mg 1,4 mgMagnez 195 mg 9,8 mgCynk 2 mg 0,1 mg*Referencyjna wartość spożycia dla osoby dorosłej (ok.8400kJ/2000kCal)Zawartość soli wynika z zawartości sodu naturalnie występującego w produkcie