



<https://luzem.eu>

662609436

sklep@luzem.eu



Bób prażony solony, cena za 100 g

Kod EAN: 249

Producent:

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

4,50 PLN

Opis produktu

Bób, a dokładniej wyka bób (*Vicia faba L.*), to jednoroczna roślina z rodziny bobowatych. Warzywo to kojarzy się przede wszystkim z latem i gotowanymi nasionami o nerkowatym kształcie w żywym zielonym kolorze. Podawane z masłem, koperkiem i czosnkiem mogą tworzyć samodzielne danie lub dodatek do obiadu czy sałatki.

Chrupnij na zdrowie!

Ciekawą alternatywą dla świeżego bobu może być prażony bób solony. To pyszny i nieoczywisty pomysł na zastąpienie chipsów ziemniaczanych, paluszków i innych niezdrowych przekąsek. Prażony i solony bób to nie tylko smaczny, ale także bardzo pożywny produkt o wysokiej zawartości białka. Na 100 g produktu przypada go aż 23 g. Należy przy tym jednak pamiętać, że prażony solony bób dostarcza sporej ilości kalorii – warto więc odpowiednio dozować sobie zjadaną porcję.

Bób - ciekawostka medyczna

W przypadku bobu ciekawostką może być jego możliwe prozdrowotne wykorzystanie. W składzie bobu występuje lewodopa, która znajduje się wśród najskuteczniejszych leków na chorobę Parkinsona. Lewodopa, a tym samym bób, wśród właściwości prozdrowotnych może wpływać na podniesienie

poziomu testosteronu oraz zwiększenie produkcji i wydzielania hormonu wzrostu. Chociażby z tego powodu warto urozmaicić nim codzienną dietę.

Składniki

Bób, olej słonecznikowy, sól morską

Przechowywanie

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu, w szczelnie zamkniętym opakowaniu.