

Jagody goji suszone, cena za 100 g

Nr katalogowy: 577

Kod EAN: 114

Producent:

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

7,50 PLN

Opis produktu

Jagody goji suszone

Owoce goji to jeden ze współczesnych superfoods, w naturalnej medycynie azjatyckiej znany już od ponad 2500 lat. Ze względu na szereg prozdrowotnych właściwości nazywany jest czerwonym diamentem Wschodu. Cieszy się ogromnym zainteresowaniem miłośników zdrowej diety i króluje na sklepowych półkach z ekologiczną żywnością. Czym są jagody goji, i co wyróżnia je na tle innych owoców?

Naturalnie, z Chin!

Jagody goji są niewielkimi owocami o koralowym kolorze, w Europie dostępnymi głównie w postaci suszonej. Porastają wzgórza i doliny Chin, Tybetu oraz Mongolii, przyozdabiając krzewy kolcowoju. To roślina o nieprzyjaznej nazwie, która na dodatek jest bliskim krewnym chińskiej wilczej jagody – zupełnie niezwiązanym jednak z trującą jagodą z polskich lasów. Owoce goji, które oznaczono na etykiecie jako pochodzące z Chin nie są zatem produktem gorszej kategorii w stylu *made in China*, lecz rarytasem zebranym w swoim typowym miejscu występowania, nieskażonym i wolnym od pestycydów.

Owoce długowieczności

W swoim naturalnym środowisku goji są nie tylko produktem spożywczym, ale także leczniczym.

Według tradycyjnej medycyny chińskiej wzmacniają odporność, zapobiegają reumatyzmowi, regulują poziom cholesterolu, cukru i ciśnienie krwi, a także pozytywnie wpływają na pracę serca. Przypisuje się im również spowalnianie procesów starzeniowych i zastrzyk energii w każdym wieku – stąd popularne w Chinach określenie *owoce długowieczności*. Zwolennicy jagód goji wymieniają znacznie więcej zalet diety bogatej w owoce kolcowoju, uznając je za środek oddziałujący na cały organizm, także antynowotworowo.

Moda na superżywność

Jagody goji przekonały do siebie nie tylko pradawną medycynę azjatycką, ale także współczesne głosy dietetyków i ekspertów do spraw zdrowego żywienia. Wszystko za sprawą wyjątkowo cennej zawartości tych owoców. Poza szeregiem witamin i minerałów są bogate w karotenoidy, flawonoidy i zdrowe, nienasycone kwasy tłuszczowe z grupy omega-6 – niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Suszone owoce goji dostarczają także białko, wraz z aż 18 aminokwasami! Tym, co jednak najbardziej interesuje badaczy jest obecność kompleksu polisacharydowego LBP, który przyczynia się do obniżenia cholesterolu i może wykazywać działanie przeciwnowotworowe. Tak szerokie spektrum właściwości zagwarantowało owocom goji silną pozycję w gronie superfoods, czyli żywności uznawanej za wyjątkowo dobroczynną dla organizmu. Niektóre źródła zwracają także uwagę na bardzo wysoką zawartość witaminy C w jagodach goji, szacując ją na aż 2500 mg na 100 g produktu.

Jak smakują jagody goji?

Suszone owoce kolcowoju to w Polsce nadal produkt mniej popularny, a w związku z tym budzący wątpliwości co do sposobu przygotowywania. Określenie jagody może nieco wprowadzić w błąd osoby, które mają z nim pierwszy raz do czynienia. Smak goji można porównać do żurawiny, jednak nieco cierpkiej, mniej słodkiej i wzbogaconej o nutę pomidorową i ziołową. Dzięki temu ich owoce sprawdzają się zarówno w daniach słodkich, jak i wytrawnych. Można dodać je do owsianki i zdrowego ciasta, deseru lub – na sposób chiński – poddać obróbce termicznej i ugotować wraz z mięsem i dodatkami. Miłośnicy bardziej wyszukanych propozycji powinni spróbować herbaty z jagodami goji – czerwonej, na lepszy metabolizm, lub ziołowej, na sposób chiński.

Suszone jagody goji marki Targroch to produkt zupełnie naturalny, pozbawiony konserwantów i sztucznych dodatków. Ich spożycie należy ograniczyć do maksymalnie 70 sztuk dziennie.

Zastosowanie

Spożycie suszonych owoców goji należy ograniczyć do maksimum 70 sztuk dziennie. Owoce goji mają delikatny smak, można je dodawać do wielu potraw. Pasują do ryżu, zup z warzywami oraz mięs (w szczególności kurczaka i wieprzowiny). Spożywane często jako przekąski (zwłaszcza suszone owoce), doskonałe jako dodatek do muesli, ciast i deserów. Z owoców przyrządza się również herbatę oraz słodki sok.

Składniki

Suszone owoce goji

Przechowywanie

Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu.

Jagody goji są źródłem:

> Wapnia – pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i zębów.
> Żelaza – pomaga w prawidłowej produkcji czerwonych krwinek i hemoglobiny.
> Witaminy C – pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego.

Możliwe naturalne odchylenia.
**Zawartość soli wynika wyłącznie z obecności naturalnie.
*RWS – Referencyjne Wartości Spożycia przeciętnej osoby dorosłej (8400kJ/2000kcal).

Informacje o alergenach

W zakładzie pakowane są również: *sezam*, *migdały*, produkty zawierające *gluten*, różne *orzechy*. Pomimo dołożenia wszelkich starań nie można w 100 % wykluczyć wystąpienia w produkcie tych surowców.