

## Wakame mořské řasy nudličky 200g



Mořské řasy bohaté na minerály. Jsou černé barvy chutí jemné až špenátové.

**Číslo výrobku: 113g(4.0oz)**

Prodejní cena se slevou

CENA (S DPH): 158,00 Kč

Sleva

[Ask a question about this product](#)

Výrobce [Bosfood](#)

---

**Wakame** jsou sušené mořské řasy. Jsou černé barvy. Podobají se řasám Conbu. Jsou jemné až špenátové chuti.

**Mořské řasy** jsou velmi bohaté na minerály jako je zinek, chrom, jód a sodík. Mají vysoký podíl vápníku, který lidské tělo z řas přijímá prakticky beze zbytku. Obsahují řadu vitamínů A, B, C a velké množství bílkovin.

**Mořské řasy** podporují přirozenou obranyschopnost organismu - imunitní systém. Další kladnou vlastností je prospěšnost kombu řasy na trávicí zdraví. Napomáhá čištění organismu.

**Ustanovení nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 1924/2006**, o výživových a zdravotních tvrzeních, nám nedovoluje informovat vás o účincích této byliny na váš organismus. Informace o působení si prosím dohledejte ve volně dostupných zdrojích

Wakame je velmi blízká řase Kombu, v některých receptech může Kombu nahradit. Stejně jako Kombu zabraňuje šedivění vlasů, mnohdy dokáže pomoci, aby prošedivělé vlasy ztmavly.

Wakame je dlouhá řasa s temně zelenými listy, rostoucí v okolí ostrova Hokkaidó. Wakame je nepostradatelnou součástí japonské stravy. Řasy, které jsou vlastně jakousi mořskou zeleninou, obsahují o 10 - 20% více minerálních látek než běžná zelenina. Navzdory vysoké schopnosti vstřebávat minerály neabsorbují řasy z mořské vody škodlivé látky. Kde je stupeň znečištění vody příliš vysoký, tam řasy prostě nerostou.

Řasy servírujeme sice v malých množstvích, ale zato pravidelně. Používají se spíše jako koření při vaření luštěnin (doba přípravy se tím zkracuje) nebo se přidávají pro zvýraznění chuti do polévek či zeleninových jídel.

Složení : 100% wakame.

**Návod k přípravě:** Řasu opláchněte a 10 minut namáchejte ve vodě, potom vařte 20-30 minut.

Wakame je vhodná do salátů, polévek atd.

Energetická hodnota 1074kJ/257kcal

Tuky: 0 g

z toho nasycené mastné kyseliny: 0,4 g

Sacharidy: 52,7g

z toho cukry: 0 g

Vláknina: 32,0 g

Bílkoviny: 10,8 g

Sůl: 8,9 g

Složení : 100% wakame. Nutriční hodnoty na 100 g: Výhřevnost: 1074kJ/257kcal, Tuk: 0g (z toho nasycené mastné kyseliny: 0g), Sacharidy: 52,7g (z toho cukr: 0g), Bílkoviny: 10,8g, Sůl: 0g.

Použití : Chystáte se na přípravu japonské polévky MISO, pak do ní přidejte 1 lžičku řasy

Wakame. Chcete-li si připravit salát, doporučujeme namočit řasu na 5-10 minut do studené vody.

Skladování : Skladujte při pokojové teplotě na tmavém místě. Nevystavujte přímému slunci.

Žemě původu: Čína.

---