



Płatki pszenne BIO duże 25 kg

Kod Bakaliowo: 1369

Dane techniczne:

- Waga **25.00**
- Waga **25.00**

Płatki pszenne BIO to jeden z tych produktów, który można jeść zarówno na surowo, jak i po zagotowaniu. Często przygotowuje się je razem z mlekiem, jogurtem czy kefirem, czasem także rodzynkami czy owocami.

Płatki pszenne powstają z ziaren pszenicy należącej do rodziny wiechlinowatych. W procesie powstawania płatków każde z pszenicznych ziaren pozbawia się łusek, a następnie poddaje sprasowaniu.

Płatki pszenne ekologiczne to przede wszystkim zastrzyk energii w postaci węglowodanów. Dlatego są one tak chętnie jedzone na śniadanie kiedy organizm przygotowuje się na wyzwania całego dnia. Już niewielka porcja płatków pszennych powoduje uczucie sytości. Dlatego nie musimy zjadać dużych ilości płatków, by czuć się najedzonym.

Płatki pszenne eko to również źródło nienasyconych kwasów tłuszczowych, witamin - witamina C, D, E, witamin z grupy B oraz sole mineralne - cynku, fosforu, potasu, wapnia i żelaza. Takie połączenie składników odżywczych podnosi koncentrację, chroni przed stresem oraz zabezpiecza układ nerwowy. Jak wykazały badania przeprowadzone m.in. przez Division of Cancer Epidemiology and Genetics, National Cancer Institute w 2014 roku, tokoferol, substancja zawarta w płatkach pszennych może zmniejszać ryzyko wystąpienia raka prostaty. Poza tym występujący w nich błonnik reguluje poziom cholesterolu i glukozy we krwi, ma pozytywny wpływ na perystaltykę jelit, a w związku z tym reguluje także przemianę materii.

Kraj pochodzenia: Niemcy

Produkt certyfikowany ekologicznie