



Mąka owsiana 25 kg

Kod Bakaliowo: 1382

Dane techniczne:

- Waga 25.00
- Waga 25.00

W porównaniu z innymi powszechnie używanymi mąkami, ma ona niezwykle wysoki poziom białka i błonnika spożywczego, a także jest wyjątkowo bogata w witaminy z grupy B oraz minerały. Na uwagę zasługują zwłaszcza wysokie dozy cynku, magnezu, manganu i żelaza. Co więcej, białko obecne w owsie jest równie pełnowartościowe z punktu widzenia ludzkiego metabolizmu co białko sojowe!

W tym momencie warto wspomnieć, że na długo przed tym, nim owies zaczął być wykorzystywany jako pożywienie, ludzie doceniali jego właściwości lecznicze. W Tradycyjnej Medycynie Chińskiej na przykład od tysięcy lat poleca się go do leczenia nadciśnienia, biegunek, hemoroidów i nadmiernej potliwości.

Współczesna nauka skupia się przede wszystkim na fantastycznej strukturze węglowodanów obecnych w mące owsianej. Otóż w dużej części tworzy je beta-glukan - rodzaj rozpuszczalnego błonnika spożywczego, o którym wiemy, że pomaga redukować poziom złego cholesterolu LDL, glukozy oraz insuliny we krwi, jak również wspomaga rozwój pozytywnej flory bakteryjnej w jelitach. Produkty z mąki owsianej polecane są więc jako profilaktyka chorób serca, cukrzycy i problemów układu pokarmowego. Ale to nie wszystko! Coraz więcej badań wskazuje również, że owies chroni przed rozwojem nowotworów, zwłaszcza jelita grubego, działa przeciwskurczowo i stymulująco. Aplikowany na skórę w formie papki działa również tonizująco, łagodząco i przeciwświądowo.