

## Siemię lniane, złociste budwigowe, 250 g



Cena: 5,21 PLN

### Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	250 g
Postać	-
Producent	OLEOFARM SP. Z O.O.
Substancja czynna	Lini semen

### Opis produktu

#### SIEMIĘ LNIANE ZŁOCISTE BUDWIGOWE 250G

##### Wskazania:

Siemię stanowi bogate źródło cennych nienasyconych kwasów tłuszczowych. Nienasycone kwasy tłuszczowe pozytywnie oddziałują na organizm - obniżają poziom złego cholesterolu we krwi i ciśnienia tętniczego krwi, wspomagają działanie systemu sercowo-naczyniowego, poprawiają stan skóry, włosów, paznokci.

##### Skład:

nasiona lnu zwyczajnego (*Linum usitatissimum* L.) odmiany złocistej (100%).

##### Propozycja przygotowania:

1 łyżkę siemienia lnianego zalać 3/4 szklanki ciepłej wody. Odczekać kilka minut często mieszając do uzyskania kleiku. Pić 2-3 razy dziennie.

Siemię lniane można przed zalaniem wodą również zmielić. Kleik przygotowany ze zmielonego siemienia lnianego można spożywać z dodatkiem mleka, owoców, jogurtów, czy miodu.

Mielone siemię lniane można dodawać także do zup, pieczywa, sosów, płatków śniadaniowych oraz pasty przygotowywanej na bazie oleju lnianego i białego sera.

Uwaga! Siemię lniane należy zmielić na świeżo bezpośrednio przed dodaniem do potraw.