

Germeii de grau 300 gr SOLARIS

GERMENI DE GRAU SOLARIS 300 g



CE CONTIN

Germeii de grau contin 23 de nutrienti, mai multi decat orice alta leguma sau cereala. Contin fitosteroli si Omega 3, minerale: fier, zinc, magneziu, calciu, seleniu, mangan. Vitamine: complex B, E.

ISTORIC

Germeul este embrionul semintelor.

CUM ACTIONEAZA

Germeii de grau au efecte antioxidante, ajuta la intarirea sistemului imunitar.

PENTRU CE RECOMANDAM

Complexul de vitamine B e important in buna functionare a inimii si a creierului, fiind de un real folos si persoanelor cu probleme cardiovasculare. Germeii sunt bogati in acizi grasi de tip Omega-3. Acestia ajuta la scaderea colesterolului, reducerea inflamatiei, sustin un sistem nervos sanatos.

CUM SE CONSUMA

Germeii de grau pot fi consumati ca atare sau ca adaos la diferite forme de musli, cereale cu iaurt sau lapte. Se mai pot prepara unele fursecuri sau budinci.