

Куркума – это растение семейства имбирных, достигающее в длину около 2 метров с листьями овальной формы светлого и темно-зеленого цвета. Куркума – это растение семейства имбирных, достигающее в длину около 2 метров с листьями овальной формы светлого и темно-зеленого цвета. В состав корней и листьев этого растения входит краситель желтого цвета – куркумин и множество эфирных масел, поэтому её используют не только как специю, но и как пищевой краситель оранжевого цвета.

Из куркумы получают пряность с необычайно сильным ароматом.

Для этого её клубни и корни обрабатывают специальным образом. Из всего многообразия видов для приправы идеально подходит именно длинная (домашняя) куркума.

В состав этого растения входят следующие витамины и вещества: К, В3, В2, С, В, кальций, йод, фосфор и железо.

Куркума хороша как средство для очищения организма, так как она крайне благоприятно влияет на пищеварительные процессы и деятельность кишечной флоры, помогает справиться со многими болезнями намного лучше антибиотиков; снимает воспаление, обладает детоксикационным и желчегонным эффектом и считается мощным антиоксидантом.

Именно куркума является профилактическим средством от болезни Альцгеймера. Также она рекомендована людям, страдающим сахарным диабетом или ожирением.

Вкус куркумы очень приятный, пряный, немного жгучий. Даже небольшое ее количество может придать блюду неповторимый вкус и аромат, что активно используют при приготовлении различных маринадов, соусов и десертов.

Это незаменимая приправа для тех, кто любит вкусно покушать и оставаться здоровым.

В нашем ассортименте есть куркума от компании «Пряная Симфония» и от компании «SONNENTOR» в обычной упаковке, и в железной банке.

А есть ли у вас интересный рецепт с куркумой? #куркурма #пряности #приправы #вкусноеполезное #прянаясимфония #sonnentor #astragreen #здоровоепитание #полезныепродукты