

Faina integrala de orz 500 gr SOLARIS

FAINA INTEGRALA DE ORZ SOLARIS - 500 G



CE CONTINE

Contine 7 aminoacizi esentiali si vitamina B3. Este bogata in fibre, dar lipsita de zaharurile pe care le gasim in faina alba de grau.

ISTORIC

Regiunea de origine a orzului este Orientul Apropiat, ca si zona balcanica de est. Marturiile istorice cele mai vechi despre orz dateaza din anii 10 500 i.e.n. Incepind cu anii 8.000 i.Hr. in Egiptul Antic orzul apare ca orz salbatic (*Hordeum vulgare*), iar de prin anii 7.000 i.e.n. se face o cultivare selectiva a orzului in acelasi Egipt antic. De prin anii 5.000 (i.e.n.) se cultiva orzul si in Europa centrala (sursa: Wikipedia). Faina de orz este macinata pe o moara traditionala cu pietre. Prin macinarea lenta nu se altereaza calitatile cerealelor, faina avand o calitate superioara comparativ cu fainurile obtinute prin macinare pe moara industriala, la viteze mari, cand bobul este incalzit la temperaturi de 80 grade.

CUM ACTIONEAZA

Orzul este satios, benefic pentru digestie si confera energie pentru o zi solicitanta. In compozitie figureaza si ocotrienolul, un antioxidant care actioneaza asupra nivelului colesterolului si ajuta la restaurarea sanatatii sistemului cardiovascular. Dupa o masa care include orz, nivelul zaharului din sange nu inregistreaza o crestere. Previne aparitia de cheaguri.

PENTRU CE RECOMANDAM

Recomandam faina de orz in stari de hipercolesterolemie si pentru sanatatea sistemului vascular. Este benefica pentru stomac si colon si confera un tonus bun celui care o consuma.

CUM SE CONSUMA

Este utilizata in realizarea de preparate de brutarie si patiserie.