

Tu otwierac



Nasiona na Kielki Fasola Adzuki

Fasola adzuki podobna jest w smaku do fasoli mung. Jej czerwono-brązowe nasiona cenione są za swoje prozdrowotne i odchudzające właściwości. Kielki fasoli adzuki leczą dolegliwości związane z infekcjami pecherza moczowego oraz chronią przed niedokrwistością. Jej kielki są bardzo smaczne, chrupiące o lekko słodkim orzechowym posmaku. Świetnie nadają się do wszelkich potraw kuchni azjatyckiej z dodatkiem curry, można je dodawać do wszelkiego rodzaju sałatek, makaronów, ryżu, zapiekanek i jarzyn, oraz jako dodatek albo baza do przygotowywania słodkich potraw. To bogate źródło składników mineralnych, witamin (wit. E, B2, B1, B6, B3) i łatwo przyswajalnego białka dzięki czemu wegetarianie mogą traktować fasolę adzuki jako znakomitą alternatywę dla mięsa.

Przygotowanie kielków:

Produkcja kielków w domu jest bardzo prosta do wykonania przy użyciu **kielkownicy Toraf**. Postępując zgodnie z instrukcją obsługi kielki są gotowe do spożycia po upływie 3-6 dni. Kielkownica umożliwia jednoczesną uprawę 3 rodzajów kielków. Dodatkowe informacje na stronie www.toraf.pl. Inną metodą produkcji kielków jest produkcja kielków w słoiku. W tym celu należy wyplukać nasiona następnie przespisać do wcześniej wyparzonego naczynia i zalać przegotowaną letnią wodą. Moczyć przez kilka godzin, potem wodę zlać, a nasiona wyplukać, naczynie nakryć gazą, obwiązać i odstawić w ciepłe (18-22°C), nie nasłonecznione miejsce. W tym czasie kielki należy przepłukiwać 2 razy dziennie wodą. Kielki są gotowe do spożycia przy długości ok. 3-5 cm, po 3-6 dniach.



Adzuki Bean Sprouting Seeds

Adzuki beans, is similar in taste to the mung bean. Red-brown seeds are valued for their health benefits and weight loss properties. Adzuki bean sprouts are useful in treat the symptoms of bladder infections and protect against anemia. Its sprouts are very tasty, crispy with a slightly sweet nutty flavor. Perfect for any Asian cuisine with the addition of curry, can be added to all kinds of salads, pasta, rice, casseroles, also can be used as a additive or a base for desserts. It is a rich source of minerals and vitamins (vit. E, B2, B1, B6, B3) and easily digestible protein so vegetarians can treat adzuki beans as a great alternative to meat.

Easy Sprouting Directions:

Production sprouts at home is easy to do using **Toraf sprouter**. Follow the instructions sprouts are ready to eat after 3-6 days. Sprouter allows the simultaneous cultivation of three types of sprouts. Additional information on the www.toraf.pl.



Diedziamas sēklas Adzuki Pupuņas

Adzuki sarkanbrūnās pupiņas Tālajos Austrumos mēdz uzskatīt par visaugstvērtīgākajām, tāpēc, ka tās lietojot pārtikā tiek uzlabota veselība un ir iespējams zaudēt svaru. Pupuņas satur ievērojamu daudzumu šķiedrvielu, daudz viegli sagremojama proteīna, komplekso ogļhidrātu, minerālielu un vitamīnu (vit. E, B2, B1, B6, B3). Adzuki pupiņu digsti ir noderīgi urīnpūšļa infekcijas profilaksei un aizsardzībai pret anēmiju. Digsti ir ļoti garšīgi, kraukšķīgi, ar nedaudz saldo nekstu garšu. Piemēroti jebkurai Āzijas virtuvei, tradicionāli pievienojot kariju, var pievienot visu veidu salātiem, makaronu un risu ēdieniem, sautējumiem, var izmantot arī kā piedevu vai pamatu desertiem. Veģetāriešiem Adzuki pupiņas ir lieliska alternatīva gaļai.

Diedziamas ieteikumi:

Diedziamu mājās veikt ir viegli, izmantojot **Toraf diedzētāju**. Izpildot norādījumus, digsti ir gatavi ēšanai pēc 3-6 dienām. Diedzētājs ļauj vienlaicīgi audzēt trīs veidu digstus. Papildu informācija par diedzēšanu www.toraf.pl; www.emindarzam.lv.



Semena na klíčky Fazole Adzuki

Adzuki fazole se chutově blíží fazolím mungo. Její červeně-hnědá semena jsou ceněna pro látky podporující zdraví a zdravě hubnutí. Klíčky fazole adzuki pomáhají při léčbě problémů souvisejících s infekcí močového měchýře a chrání před anémií. Klíčky adzuki jsou velmi chutné, křupavé s mírně sladkou ořechovou příchutí. Výborné pro každou asijskou kuchyni používající koření kari, mohou být přidány do všech druhů salátů, těstovin, rýže, zapečených jídel, zeleniny a jako přísada nebo základ pro přípravu sladkých pokrmů. Klíčky adzuki jsou bohatým zdrojem minerálních látek, vitamínů (vit. E, B2, B1, B6, B3) a lehce stravitelných bílkovin, díky kterým mohou vegetariáni použít fazole adzuki jako skvělou náhradu masa.

Příprava klíčků:

Klíčení je velmi jednoduché, zejména pokud použijete **nádobu na klíčení Toraf**. Při postupu podle návodu klíčky jsou připravené pro použití za 3-6 dnů. Nádobu na klíčení umožňuje současné klíčení 3 druhů semen na klíčky. Další informace jsou na www.gadar.cz.

Jakość WE. Małe opakowanie WE

Opakowanie służy jako dowód do reklamacji

PRZEDSIĘBIORSTWO NASIENNE TORAF

L. T. R. Węgrzynowscy sp. j.

nr. przedsiębior. 16/04/336

Oddział Maciejów

46-211 Kujakowice Górne

Maciejów 34

tel.: (77) 402-42-40, fax: wew. 21

www.toraf.pl

e-mail: toraf@toraf.pl



ZAPAKOWANO HERMETYCZNIE

WODZISŁAW WĘGRZYNOWSKI TEK

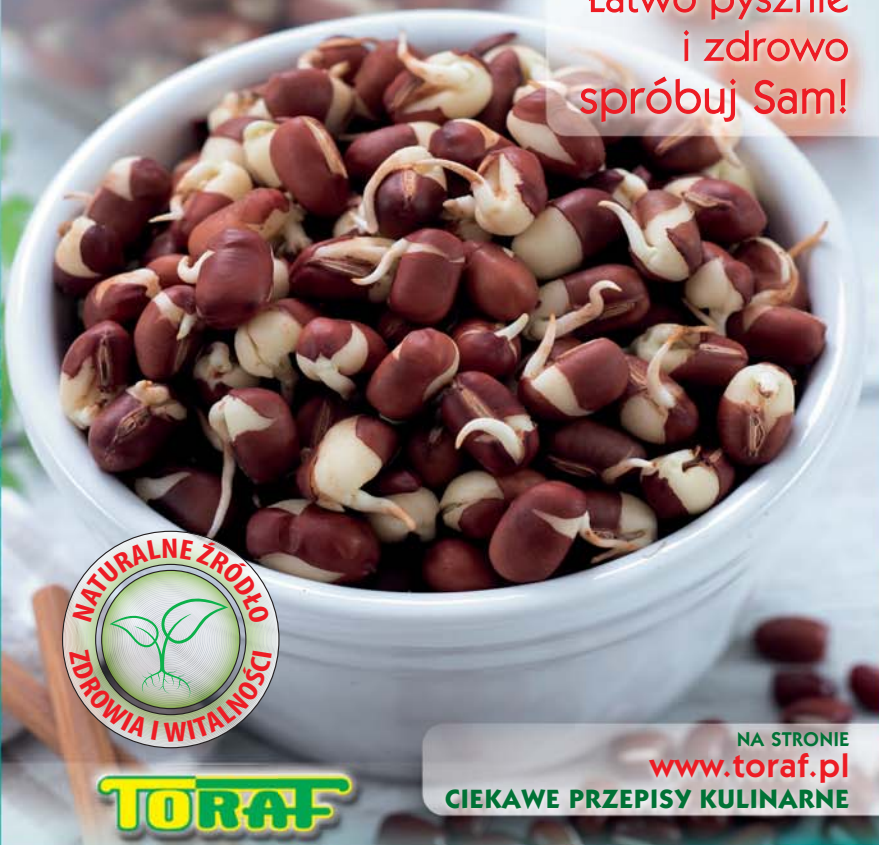


**Sprouting Seeds
Diedziamas sēklas
Semena na klíčky**

**NASIONA NA
KIELKI**

**Adzuki Bean • Adzuki Pupuņas • Fazole Adzuki
Fasola Adzuki**

**Łatwo pysznie
i zdrowo
spróbuj Sam!**



TORAF

**NA STRONIE
www.toraf.pl
CIEKAWY PRZEPISY KULINARNE**