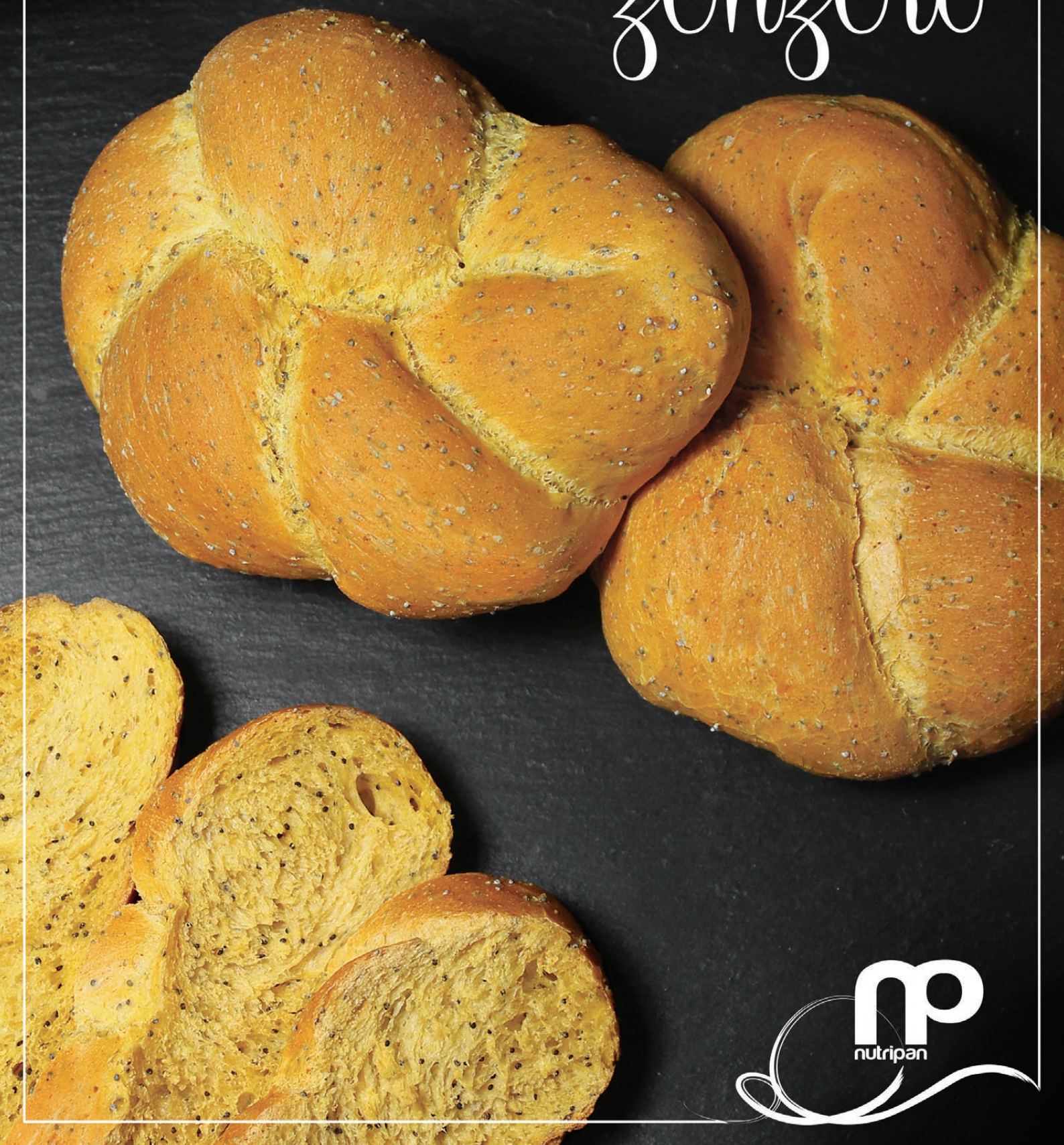
curcuma & zenzero



nutripan

curcuma

La curcuma è originaria dell'Asia sud-orientale, in particolare dell'India e della Malesia. Chiamata anche zafferano delle Indie o zenzero giallo si utilizza la sua lunga e robusta radice ridotta in polvere. Oltre ad essere un potente antiossidante e antinfiammatorio, svolge anche un'azione depurativa in grado di contrastare l'azione dei radicali liberi, responsabili dei processi di invecchiamento. Il gusto pungente e lievemente amarognolo della curcuma la rende perfetta nei piatti salati, ma spesso è utilizzata anche in ricette dolci.

paprika

La paprika ha un gusto delicato, un poco amaro, lievemente piccante e abbastanza aromatico. L'introduzione in Europa è avvenuta grazie agli ungheresi che ne impararono l'uso dai turchi. La paprika presenta un elevato contenuto di vitamina A, betacarotene e luteina. È ricca di vitamine utili a proteggere i vasi sanguigni, tra le quali troviamo la vitamina E. Contiene anche vitamina B6 e presenta proprietà antibatteriche.

zenzero

Zenzero è il nome italiano dello Zingiber officinale, pianta erbacea perenne appartenente alla famiglia delle Zinziberacee e originaria dell'Asia orientale. Lo zenzero viene usato come digestivo naturale ed antinfiammatorio ed è tra i più efficaci antinausea e antivertigine. E' caratterizzato da un gusto molto pungente ed intenso, lievemente piccante, con un profumo fresco e pulito che ricorda quello del limone. Ideale per preparazioni sia dolci che salate.

Questo strumento è protetto da copyright ©. Tutti i diritti sono riservati a Nutripan srl. E' vietato qualsiasi tipo di utilizzo - info: www.nutripan.it