Dane aktualne na dzień: 14-11-2026 08:26

Link do produktu: https://www.lubziolek.pl/kozieradka-ziarno-p-43.html



KOZIERADKA Ziarno

Cena	**29,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**24 godziny**

Opis produktu

KOZIERADKA pospolita nazywana również kozieradką grecką lub koniczyną grecką to jednoroczna roślina rosnąca do 50 cm wysokości. Jej łodygi są proste lub rozesłane pokryte są złożonymi trójlistkowymi liśćmi, wyglądam przypominają liście leszczyny. Bladożółte lub czasami fioletowe kwiaty osadzone są pojedynczo lub po dwa na liściu. Owoce są długimi strąkami (do 11 cm) i przypominają rogi koziorożca. Wypełniają je romboidalne, zielonobrązowe, bardzo twarde nasiona. Wszystkie części rośliny wytwarzają zdecydowanie korzenny zapach. Do celów przyprawowych oraz medycznych używa się nasion kozieradki. Posiadają one dużo mnóstwo związków śluzowych, głównie galaktomannanów, saponiny steroidowe (pochodne diospeniny, jamogeniny, tigogeniny i gitogeniny), flawonoidy, lipidy, sterole, białka, alkaloid tryponelinę, związki goryczkowe i sole mineralne.

DZIAŁANIE WSPOMAGAJĄCE:

- działa osłaniająco i przeciwzapalnie na błonę śluzową przewodu pokarmowego, w związku z tym jest stosowana w chorobie wrzodowej.
- zastosowana zewnętrznie na skórę działa przeciwzapalnie, dlatego wykorzystuje się ją w stanach zapalnych skóry (czyraki, egzemy, ropnie),
- nasiona kozieradki mogą również obniżać poziom cholesterolu i cukru we krwi,
- przypisuje się jej również właściwości przeciwzapalne, żółciopędne, rozkurczowe, poprawiające samopoczucie, żółciotwórcze, pobudzające wydzielanie soku trzustkowego, żołądkowego i jelitowego, wzmacniające, usprawniające wchłanianie pokarmów, regulujące wypróżnienia, pobudzające regenerację wszystkich tkanek, aktywujące hemopeozę (kozieradka to naturalny aktywator procesów wytwarzania krwinek), mlekopędne, moczopędne, przeciwalergiczne, anaboliczne.
- ze względu na swoje walory odżywcze bywa stosowana w leczeniu anoreksji.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Składnik kuchni wegetariańskiej, gdyż nadaje potrawom z warzyw i tofu niezwykłego aromatu. Uprażoną i zmieloną kozieradką można przyprawiać pieczone ziemniaki, gotowaną marchewkę, fasolę, kotlety selerowe, brokułowe lub kalafiorowe, ale także potrawy z jaj i zupy warzywne. Nadaje się do zaprawiania dipów jogurtowych oraz twarogów, można ją dodawać do dressingów sałatkowych na bazie jogurtu. Świetnie się sprawdzi w humusach z gotowanych warzyw strączkowych czyli pastach z gotowanej fasoli, cieciorki, bobu, soczewicy. Młode liście kozieradki oraz kiełki z nasion można dodać do sałatek jako urozmaicenie smaku. W niektórych krajach nasiona kozieradki moczy się w wodzie i gotuje, po czym podaje jako kaszę. Nasiona kozieradki służą za przyprawę do niektórych serów, a także ostrych sosów typu curry.

Odwar 1 łyżkę sproszkowanych nasion zalać 1 szklanką letniej wody, a następnie gotować na wolnym ogniu pod przykryciem przez 3 minuty. Pić, kiedy jest jeszcze ciepły, kilkakrotnie w ciągu dnia.

Okłady 50-100 g nasion zmieszać z niewielką ilością wody – do osiągnięcia konsystencji pasty. Następnie dodać 1/2 łyżeczki octu, ponownie wymieszać, nieco ogrzać, rozsmarować na płótnie i przyłożyć na chore miejsce. Okłady zmieniać 2 lub 3 razy dziennie.

Produkt posiada dodatkowe opcje:

WAGA:: 100g. , 200g , 500g , 1000g