

## Ostropest plamisty, mielony, 200 g



Cena: 8,50 zł

### Opis słownikowy

Opakowanie	200 g
Producent	INTENSON EUROPE SP. Z O.O.
Rejestracja	Dietetyczny środek spożywczy
Substancja czynna	Silybum marianum

### Opis produktu

#### Opis produktu

Ostropest plamisty jest źródłem białka oraz charakteryzuje się wysoką zawartością błonnika pokarmowego. Ostropest plamisty mielony zawiera silymarynę (0,53%).

#### Skład

Ostropest mielony 100%

#### Sposób użycia

- 1 łyżeczkę proszku zalać 1 szklanką gorącej wody i powoli ogrzać do wrzenia. Gotować łagodnie pod przykryciem ok. 5-10min. Odstawić na 15 min. a następnie przecedzić. Zaparzony płyn wypić w trzech porcjach w ciągu doby.
- Mielony ostropest można dodawać także do zup, potraw warzywnych, musli, produktów mlecznych (jogurtu, kefiru, twarogu), pieczywa i koktajli owocowych.
- Zaleca się spożycie do 2 łyżeczek ostropestu plamistego dziennie.