

Link do produktu: <https://herbalekadonis.pl/pestki-dyni-luskane-100gvivio-p-503.html>



PESTKI DYNI ŁUSKANE 100G.VIVIO

Cena	5,99 zł
Dostępność	Dostępny
Numer katalogowy	0012460
Kod EAN	5902115101939

Opis produktu

Pestki dyni to cenne źródło witamin i składników mineralnych oraz zdrowego oleju roślinnego zawierającego nienasycone kwasy tłuszczowe.

Pestki dyni zawierają [witaminę E](#), witaminę C, [tiaminę](#), [ryboflawinę](#), niacynę, [kwas foliowy](#), witaminę B6, a także witaminy A i K. Mają w swoim składzie cenne minerały, takie jak [cynk](#), wapń, żelazo, [magnez](#), fosfor i potas.

Zawierają kwasy tłuszczowe jednonienasycone oraz wielonienasycone, które mają korzystny wpływ na organizm. Jedzenie pestek dyni szczególnie zalecane jest mężczyznom.

Witamina E obecna w pestkach dyni ma korzystny wpływ na płodność i produkcję oraz jakość [plemników](#).

Pestki dyni to także bogate źródło cynku, który poprawia sprawność seksualną mężczyzn i pomaga między innymi w dolegliwościach ze strony prostaty.

Pestki dyni można jeść świeże, można też je ususzyć lub uprażyć.

Świetnie sprawdzą się jako dodatek do sałatek, deserów i muesli oraz jako zdrowa przekąska. Można dodawać je do chleba i robić z nich zdrowe batony.

Nadają się do zapiekanek oraz jako dodatek do ciast zamiast orzechów lub w połączeniu z orzechami. Można też z nich zrobić domową granolę.