



Замороженные кулинарные травы

Общая информация

Укроп считают одной из самых известных кулинарных трав. Укроп обладает сильным освежающим пряным вкусом и запахом. В верхушках укропа содержится больше витамина С, чем в плодах лимона.

Несколько граммов зелени укропа полностью удовлетворяют суточную потребность организма человека в этом витамине.

Укроп в кулинарии

Укроп используют при приготовлении рыбы, добавляют в салаты, винегреты, закуски, соусы, подливки. Укроп хорошо сочетается с холодными и горячими супами, блюдами из свинины, баранины, телятины, курицы, индейки, утки. Укроп придает тонкий оттенок сырам, творогу, кисломолочным блюдам.

Полезность укропа

Укроп успокаивает нервную систему, помогает при бессоннице и повышенном давлении. Укроп обладает противовоспалительными свойствами, действует как жаропонижающее. Укроп стимулирует пищеварение, нормализует обмен веществ и препятствует перенасыщению организма солями. Зелень укропа рекомендована при диетическом питании.



Укроп "Прованс", 75 гр.
мелконарезанный,
замороженный

Мелконарезанный, свежемороженый укроп
в повторно закрывающейся упаковке.



Средняя пищевая ценность	100 g	GDA*
Энергетическая ценность	43 kcal 180 kJ	2,15 %
Белки	3,46 g	7,69 %
Жиры	1,12 g	1,60 %
Углеводы	7,02 g	3,13 %

* - % от рекомендуемой Ежедневной Нормы Потребления*(GDA)
Источник - Конфедерация Пищевой Промышленности. (CIAA)

