



Общая информация

Петрушка - это аромат и витамины. Петрушка богата полезными веществами и минералами. По содержанию каротина петрушка не уступает моркови. Эфирное масло в составе петрушки придаёт ей характерный вкус и пряный, сладковатый, с легким оттенком горчинки запах. Петрушку охотно используют в европейской, американской, африканской и восточной кухнях.

Петрушка в кулинарии

Измельчённую зелень петрушки добавляют в салаты, супы, бульоны. Петрушка особенно хороша в сочетании со свежими и тушёными овощами, мясом. Петрушкой часто заправляют борщ, солянку и щи. В окрошке и многих рыбных блюдах петрушка просто незаменима. Петрушка не теряет своих качеств при тепловой обработке, а вкус её при этом только усиливается.

Полеза петрушки

Употребление петрушки оказывает общее укрепляющее действие, восстанавливает силы, повышает иммунитет, тонизирует, защищает от различных болезней. Петрушка выводит из организма вредные вещества, улучшает процессы кроветворения. Содержащиеся в зелени петрушки витамины полезны при ослабленном зрении.



Петрушка “Прованс”, 75 гр.
мелконарезанная,
замороженная

Мелконарезанная, свежемороженая петрушка
в повторно закрывающейся упаковке.



Средняя пищевая ценность	100 g	GDA*
Энергетическая ценность	36 kcal 151 kJ	1,80 %
Белки	2,97 g	6,60 %
Жиры	0,79 g	1,13 %
Углеводы	6,33 g	2,75 %

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

