

NANGA Pokrzywa liść cięty 250g

Cena: 19,07 zł



Opis słownikowy

Producent NANGA

Rejestracja

Opis produktu

Pokrzywa zwyczajna (*Urtica dioica*) – wieloletnia roślina dwupienna, posiadająca sztywną łodygę oraz ząbkowane liście pokryte parzącymi włoskami. Ze względu na powszechne występowanie często uważana jest za uciążliwy chwast, mimo wykazywania wielu cennych właściwości dla zdrowia. Pokrzywa rośnie dziko w Europie, Azji, Ameryce Północnej oraz na północnych obszarach Afryki. Jako surowiec zielarski pozyskuje się liście, bogate w cenne substancje bioaktywne, takie jak: fitosterole, lignany, flawonoidy, kwasy organiczne oraz witaminy (C, K, B2 oraz kwas pantotenowy). Pokrzywa jest również dobrym źródłem żelaza, potasu, wapnia i magnezu. Według medycyny naturalnej *Urtica dioica* wzmacnia organizm, wspiera w detoksykacji oraz korzystnie wpływa na przemianę materii. Preparaty z pokrzywy stosowano jako środek moczopędny, wspierający pracę układu trawiennego, a także do przemywania ran. Suszone liście najlepiej sprawdzają się w formie naparów, a ze świeżej pokrzywy można przyrządzać soki lub stosować ją jako dodatek do potraw. Spożywanie pokrzywy wzmacnia nasz układ moczowy, korzystnie wpływa na jakość krwi oraz metabolizm.