

## Копър зърна



Цена: 0.25Lev. - 14.50Lev.

### Варианти на продукта

- Копър зърна - 1kg (#1899)
- Копър зърна - 500g (#939)
- Копър зърна - 250g (#940)
- Копър зърна - 100g (#941)
- Копър зърна - 50g (#942)
- Копър зърна - 10g (#943)

## Product Summary

Съставки: изсушени и почистени семена от копър.

Употреба: за кулинарни цели като подправка.

Произход: ИНДИЯ

## Описание на продукта

Копърът е единствено по рода си растение, при което както листата, така и семената му, се използват като подправка. Копърът е с зелени листа, които са дребни, наподобяващи папрат и имат мек, сладък вкус. Сушените семена на копъра са светлокафяви на цвят и с овална форма. Семената са сходни по вкус на кимиона, те са ароматни и сладки, но и с леко горчив вкус. Копърът е част от семейство Сенникоцветни, чиито членове са също магданоз, кимион и дафинов лист. Наименованието на копъра идва от старо норвежката дума dilla, която означава успокоявам. Това име отразява традиционната употреба на копъра едновременно като средство за премахване на газовете от стомаха и като средство за облекчаване на безсъние.

Произходът на копъра води началото си от Южна Русия, Западна Африка и Средиземноморския регион. Той е бил използван поради своите кулинарни и лечебни свойства в продължение на хилядолетия. Днес копърът е значима подправка в кулинарното изкуство на Скандинавския полуостров, Централна Европа, Северна Африка и Русия.

Състав на копъра

Семената на копъра са много добър източник на калций и добър източник на минерали, манган и желязо. Копърът съдържа два уникални вида лечебни компонента: монотерпени, включително карвон, лимонен и анетофуран и флавоноиди, включително каемпферол и висенин. 2 гр. копър съдържат 5.06 калории и 0.40 гр. протеини.

Готвене с копър

Както стана ясно от уводното изречение, всички части на копър влизат в употреба. Копърът е много подходящ за овкусяване на таратор, супи, зелени салати, извара, сирене, риба, сосове, варено овнешко или говеждо месо. Вкусът на копъра много добре си отива с всякакви ястия от картофи - печени, пържени или варени. Грахът, зеленият фасул и гъбите също придобиват много свеж вкус благодарение на копъра. Много важен детайл в използването на копър е, че той не бива да се вари заедно с ястието, за да не загуби своя страхотен аромат. Копърът се комбинира много добре с лимон, лук, чесън и черен пипер. Цветовете на копъра се слагат в туршии, кисели краставички, рибни консерви и различни маринати. В някои части на нашата страна семената му се използват за подправяне на лозови сарми.

Интересен е фактът, че в шведската кухня копърът е това, което е червения пипер за нас - много уважавана и употребявана подправка. В молдовската и руската кухни копърът е много любим аромат за подправяне на салати, супи и различни месни ястия.

Ползи от копъра

Копърът има антибактериално действие; Копърът спомага за предотвратяване на костната загуба; Копърът като много отличен източник на калций играе важна роля за намаляване на костната загуба, която се появява след менопауза и при някои болестни състояния, като ревматоиден артрит;