

## Флакони Кокосови стърготини 30g



Цена: 1.10Lev.

### Product Summary

Съставки: изсушена и настъргана ядка на кокосов орех.

Употреба: за кулинарни и сладкарски цели.

Произход:

### Описание на продукта

Кокосовият орех е плодът на кокосовата палма (*Cocos nucifera*). Това е един от малкото плодове, чиито названия не произлизат от гръцки, а името му идва от португалската дума за маймуна (сосо) поради приликата между петната върху обвивката на плода и маймунското лице. Представлява средно голям зелен плод, в който има голям орех с три трапчинки. Във вътрешността на ореха има бяла твърда ядлива ядка (копра), и течност (кокосова вода), която се пие само при незрели плодове, тъй като иначе причинява разстройство. Широко разпространен в тропиците.

Плодът расте на високи до 30 m палми, даващи според вида и възрастта си от 5 до 150 плода годишно. Всеки кокосов орех тежи от 1,5 до 2,5 kg. Кокосовият орех има високо съдържание на мазнини – 36,5%, съдържа още калий, фосфор, желязо, витамини от групата В.

Приложение

Кокосовият орех намира приложение в хранително-вкусовата индустрия. От копрата (месестата част на ядката) се добива кокосово мляко и кокосово масло, а когато се изсуши може да се настърге на кокосови стърготини.

Кокосовият орех има много полезни за здравето свойства. Това се дължи на високото съдържание на витамините В и С, а също така и на необходимите на човешкия организъм минерални соли – натрий, калций, желязо, калий, глюкоза, фруктоза и захароза.

Микроелементите, които се намират в млякото и в меката част на кокосовия орех, възстановяват силите и подобряват зрението.

Ароматът на кокоса е невероятен и се използва много в козметичната индустрия. Меката му част и млякото се използват за производството на редица кулинарни продукти – стърготините се добавят в сладолед, йогурт, различни салати и сладкарски изделия.

Кокосовото брашно в сладкарските изделия ги дарява с изискан вкус и лечебни свойства.

Кокосовият орех се препоръчва на хора, които искат да качат мускулна маса.

Кокосът предотвратява запек и газове в стомаха и червата.

Кокосовото масло се използва в редица рецепти, както и за приготвянето на маргарин. В козметиката се използва маслото от кокосов орех, което прави кожата мека и нежна. То спомага за отстраняване на бръчки на лицето. С него се лекуват рани, порязвания, изгаряния.

Кокосовото мляко успокоява болното гърло и помага при язвена болест. То е много полезно при заболявания на бъбреци и пикочния мехур.

За да пригответе кокосово мляко вкъщи, настържете бялата част на кокоса и залейте с вода. След половин час прецедете през марля и ще получите вкусно кокосово мляко. В кулинарията се използва бялата част на кокоса, която се настъргва и от нея се правят екзотични панировки за месо и риба.

Все пак внимавайте колко кокос консумирате, тъй като в сто грама се съдържат 384 калории, наред с всички полезни вещества.