



Cena: 5,90 zł

Opis słownikowy

Kraj pochodzenia: Polska

Temperatura przechowywania: 1°C - 8°C

Opis produktu

Botwina, czyli młode listki i korzenie buraka ćwikłowego, zawiera dużo witamin, żelaza i wapnia. Zupa z botwinki pobudza apetyt, odkwasza i odtruwa organizm. Według naukowców liście botwiny zawierają substancje o działaniu podobnym do estrogenów, czyli hormonów młodości, piękna i seksu.

Podczas zakupów wybierajmy warzywa, które mają głęboki kolor i jędrne liście, unikajmy podwędłych lub pożółkłych. Z wiekiem stają się one czerwone i postrzępione, co jednak nie wpływa na smak botwiny. Warzywo nie lubi zbyt długiego przechowywania. Dłuższą świeżość, kruchość i jędrność zachowa po włożeniu do papierowej torby, zapewniającej dopływ powietrza i wilgoci oraz umieszczeniu w lodówce, pamiętając, by wcześniej nie płukać botwinowych liści, ponieważ nadmiar wilgoci może przyspieszyć ich gnicie. Roślinę myjemy bezpośrednio przed przyrządzeniem. Moczymy ją wówczas w zimnej wodzie, a następnie starannie opłukujemy, by pozbyć się piasku i zanieczyszczeń.