

Harina de Algarroba

100 g y 250g

Conoce los beneficios de la harina de algarroba

Es un alimento muy energético rico en azúcares (fructosa, glucosa y sacarosa), pero de **bajo índice glucémico**. Esto se traduce en que esos azúcares son de absorción lenta, liberando poco a poco la energía y evitando los picos de azúcar en sangre. Tiene además una **notable cantidad de fibra**, aumentando así la saciedad, y aporta **electrolitos** como hierro, calcio, magnesio, zinc, etcétera, además de algunas vitaminas del grupo B y K. Además, al no poseer gluten como sucede con otras harinas, resulta apta para celíacos.

Posee una gran capacidad para la retención de agua, que la convierte en una alternativa saludable de fibra dietética insoluble (bloques grasos, mejora de la digestión, y del tránsito intestinal). Puede constituir un excelente sustituto del cacao.

Conservación: Se recomienda conservarla en un lugar fresco y seco, alejado de la luz solar. Siempre todo cerrar bien el envase después de cada uso, es conveniente consumirla regularmente hasta acabarla.

se la considera un superalimento, protege el organismo contra el envejecimiento, aporta un gran valor nutricional, su riqueza nutritiva es una valiosa fuente de salud, energía y longevidad. Ayuda a restablecer el equilibrio de Vitaminas, Minerales, Ácidos grasos, etc., tiene gran poder Antioxidante, regenera las células, limpia de toxicidad y es altamente Alcalinizante, para el Sistema Inmunológico. **USARLA EN REPOSTERÍA.** Utilizaremos la Harina de Algarroba de la misma forma que el cacao desmenuado en polvo, teniendo en cuenta que la algarroba en su naturaleza es dulce, así que podemos variar del endulzante que lleve la receta. A tener en cuenta su color, que según la proporción de algarroba que utilicemos, en nuestra receta el resultado saldrán más o menos negros.

CONSERVACIÓN Se recomienda conservarla en un lugar fresco y seco, alejado de la luz solar. Sobre todo cerrar bien el envase después de cada uso, es conveniente consumirla regularmente hasta acabarla.

¿Cree que resulta difícil dar formato a un documento con este aspecto?

Por su contenido de fibra la **algarroba** mantiene satisfechos durante largos periodos de tiempo. Ya que la fibra toma más tiempo en descomponerse y ser procesada, no sentirás ansiedad de hambre a destiempo.

Come sano, vive más

tiene un sabor suave y dulce idóneo para tomar con leche de origen animal o vegetal (leche, algarroba y opcional leche granada).
Galletas
Panecillos
Pancakes
Puedes usarla como sustituto del chocolate
Acompañar los batidos de frutas
Helados

Come sano, vive más

Acercas de nosotras

Es una empresa que nace de la mano de los campesinos del departamento de Sucre, ubicada en el corregimiento de Ceja del Mango, Sampués - Sucre, todos nuestros productos son elaborados artesanalmente y son 100% natural.

Nuestros productos:
Pulpa de cañandonga
Harina de algarroba
Tamarindo
Miel de abejas

Contactenos:
☎ 300 223 8669
✉ frutasnaturales@gmail.com
🌐 wenfrutasnaturales.mercadoshops.com.co
📱 @wen_frutasnaturales | Wen_Frutasnaturales

Cañandonga

Cañandonga o también conocida como cañafistula o cirao es una planta que se usa tradicionalmente para el tratamiento de las personas que sufren de anemia, de plaquetas bajas, de cáncer.

Beneficios

- ✓ Previene cáncer, diabetes, e infecciones en las vías urinarias.
- ✓ Aumento de plaquetas y ayuda a la cicatrización.
- ✓ Mejora los estados de ansiedad.
- ✓ Favorece la salud del hígado.
- ✓ Ayuda en estados gripales y tos.
- ✓ Algunos Especialistas, aconsejan que se consuma la cañandonga en refresco con leche, para que su olor y sabor sea más agradable. Pero también puede degustarse sin leche para no perder algunas de sus propiedades, podría comerse en pasta o hacer un batido de frutos rojos.
- ✓ Esta planta se conoce también por sus propiedades afrodisíacas, es decir, tiene la capacidad de incrementar el apetito sexual.

Miel de Abeja

La miel natural tiene muchos beneficios para tu salud:

- Regula el azúcar en la sangre.
- Potencial antibacteriano.
- Endulzador primario.
- Alivia la tos y el dolor de garganta.
- Contiene proteínas
- Tratamiento de heridas y quemaduras.
- Favorece la digestión.
- La miel natural promueve la recuperación del sueño
- Minimiza las alergias
- Hidratante para la piel y labios.

Nota: es muy importante entender que el color de la miel no tiene nada que ver con su calidad. Las abejas chupan diferentes flores y es el néctar el que determina su color.

Tamarindo

El tamarindo es un fruto muy rico en sabor y tiene un gran contenido de vitaminas de los grupos B, C y E, así como un alto contenido de fibra.

Además, contiene importantes minerales como el calcio, el hierro, el potasio, el magnesio, el zinc y el fósforo. También es utilizado con fines medicinales gracias a sus propiedades laxantes, diuréticas, astringentes, antipiréticas y antisépticas.

¿Cómo se recomienda consumirlo?
Aunque en nuestro país es más común consumir tamarindo en dulces mezclando su pulpa con azúcar, también es frecuente que se utilice para preparar aguas frescas, salsas o como condimento. Además, se utiliza en diversos platillos de la cocina tradicional, como pollo al tamarindo o como salsa agri dulce que se utiliza para aderezar cualquier tipo de carne, ya sea res, puerco o pescado.