

CURCUMA POUDRE bio équitable 500g - Ecoidées - INFINIE SANTE

Produit CURCUMA POUDRE bio équitable 500g - Ecoidées

Prix 11.50 EUR

Image produit



Résumé Protection gastro-intestinale Puissant anti-inflammatoire. Apaise les douleurs de gastrites et autres inflammations du système digestif. Protège la sphère digestive et hépatique. Contenance : sachet 500g Utiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

Description

A savoir : Il n'existe pas de cuisine indienne sans curcuma, racine d'une plante abondamment cultivée en Inde. Dans la nourriture, il est utilisé pour la curcumine qu'il contient, un pigment jaune vif qui colore les plats. Pourtant, les recherches scientifiques contemporaines s'y intéressent pour bien d'autres raisons, car le curcuma semble posséder des vertus qui, si elles sont connues dans la tradition ayurvédique depuis toujours, intéressent particulièrement les populations occidentales à la recherche de solutions naturelles. Le curcuma (*Curcuma longa*) parfois appelé safran des Indes, est une plante herbacée rhizomateuse vivace originaire du sud de l'Asie. Il est largement cultivé en Inde mais aussi, à un moindre degré, en Chine, à Taïwan, au Japon, en Birmanie, en Indonésie et en Afrique. L'intérêt du curcuma a tellement enflammé les esprits qu'une Université du Mississippi a scandaleusement essayé de déposer un brevet sur certaines applications de la curcumine. Composants : 100 % racine de curcuma en poudre* (*Curcuma longa*). Produit issu de l'agriculture biologique. Produit issu du commerce équitable contrôlé selon le référentiel Fair for Life. Origine : Inde (Kerala). Utilisation : Incorporez aussi souvent que possible dans tous vos plats, une cuillère à café au minimum une fois par jour mélangée dans une huile de votre choix (la curcumine est liposoluble, il est donc préférable de mélanger le curcuma à l'huile plutôt que dans d'autres liquides). Le curcuma entre notamment dans la préparation des currys et paëlla. Très présent en cuisine orientale et indienne, cette épice douce et colorée peut s'incorporer dans de très nombreux plats. Préparez aussi un mélange d'huile et de curcuma dans un bocal en verre, que vous utiliserez à votre convenance. Mélangez bien avant usage. Ce mélange peut aussi être incorporé à de la compote de pomme, pour compenser la saveur brûlante de l'épice. Il est démontré que le poivre noir, dont le principe actif est la pipérine, permet de mieux assimiler la curcumine. Par conséquent, prenez soin de toujours rajouter du poivre noir (environ 10 %) dans vos mélanges d'huile et de curcuma. Bienfaits : Stimulant : le curcuma lutte contre l'acidité gastrique en stimulant les sécrétions de mucus ; il protège l'estomac (notamment des ulcères gastroduodénaux) et le foie, diminue les nausées. Anti-inflammatoire : grâce à la curcumine, le rhizome soigne les inflammations intestinales et limite les crises douloureuses dans le cas des colites ulcéreuses. La curcumine est également efficace contre la gastrite, la pancréatite et l'arthrite rhumatoïde, et utile dans le cas d'œdèmes post-opératoires. Fluidifiant sanguin : le curcuma aide à traiter les problèmes circulatoires et, en conséquence, à réduire les risques d'attaque d'apoplexie et de crise cardiaque. Antioxydant : le curcuma est utilisé dans la prévention du vieillissement des cellules.