

# interier ABOUČEK



kompletní vybavování interiérů truhlářskými výrobky

PRACOVNY | LOŽNICE | OBÝVACÍ POKOJE | DĚTSKÉ POKOJE  
| KOUPELNY | KUCHYŇSKÉ LINKY | VESTAVĚNÉ SKŘÍŇĚ | DVEŘE | SCHODY | SKLENÁŘSTVÍ



Tel. 736 610 777, 736 610 774  
e-mail: aboucek@volny.cz

**www.aboucek.cz**

**ABouček interier s.r.o**  
V Zahradkách 145  
252 41 Zlatníky-Hodkovice  
okr. Praha-západ

## PARKETY

**Jiří  
Procházka**

■ **Renovace  
a pokládka  
parketových  
podlah  
vč. dodání  
materiálu**

■ **Zaměření,  
vzorky**

Tel.: 602 341 605 • proch.parket@volny.cz  
**www.prochazka-parket.cz**

## POLOHOVATELNÝ A SKLOPITELNÝ



NA TRUBKOVÝ RADIÁTOR

## SUŠÁK RUČNÍKŮ

NA DESKOVÝ RADIÁTOR

NA STĚNU



www.susaky.cz • +420 776 313 875 • info@susaky.cz



## Quinoa červená semínko Merlík chilský



Merlík čilský je moderní superplodina, pochází z Jižní Ameriky, kde ji Inkové pěstovali již před několika tisíci lety. Výraz „quinoa“ znamená v jazyce Inků „matka zrno“. Svými skvělými vlastnostmi dobývá quinoa v poslední době celý svět. Má vysoký obsah bílkovin, obsahuje všech 8 aminokyselin a mnoho dalších hodnotných látek a minerálů. Neobsahuje lepek, je vhodná pro vegetariány, celiaky i malé děti.

Quinoa je pro naše tělo velmi dobře stravitelná. V kuchyni má quinoa široké použití. Semena se používají buď celá nebo ve formě mouky či krupice. Mouka z quinoi však nevyniká dobrými pečicími schopnostmi, právě díky deficitu lepku se bude pečivo rozpadat. Její chuť je příjemná a proto je vhodná i v dětské výživě. Může se podávat i na sladko, spolu s medem a ovocem, nebo jako kaše pro děti. Mouka z merlíku čilského neobsahuje lepek a má vysoký obsah esenciálních aminokyselin. Díky této vlastnosti a vyváženému poměru látek ji lze doporučit malým dětem, alergikům a lidem trpícím celiakií. Quinoa obsahuje na 100 g semen v průměru 340 mg vápníku. Pro vegetariány a vegany je quinoa další potravinou, kterou si můžete navýšit biologickou hodnotu své stravy. Až na nízký obsah methioninu jsou v ní zastoupeny všechny potřebné proteiny a svým podílem lysinu se tato obilovina podobá sóje, která je v mnoha zemích světa hlavním zdrojem bílkoviny. Aminokyselina lysin je v rostlinné říši spíše vzácností.

### Účinné látky

Semena jsou dobrým zdrojem vitaminů A, B2, B1, B6, C, E, kyseliny listové, vápníku, železa, hořčíku, draslíku, mědi, manganu a zinku, obsahují 60 % škrobu, 23 % esenciálních bílkovin, 5 % sacharidů, 4 až 9 % tuků.

Nakupujte se slevou 10 %  
Slevový kód LET02018



... 22 LET TIŠTĚNÉ REKLAMY K VAŠÍ SPOKOJENOSTI