

# سبزی خشک ارگانیک پونه



**ORGANIC Dried OREGANO**

سبزی خشک ارگانیک پونه با بهترین کیفیت و طعمی بی نظیر

## Organic Dried Pennyroyal – The Finest Quality and Flavor

### معرفی محصول

سبزی خشک پونه ارگانیک راتیک از بهترین مزارع ایران تهیه شده است. این محصول با استفاده از روش های کاملاً بهداشتی و استاندارد، با دقت بالا خشک و بسته بندی شده است تا کیفیت و طعم اصلی سبزیجات حفظ شود.

Ratik's organic dried pennyroyal is sourced from the finest farms in Iran. These herbs are carefully dried and packaged using fully hygienic and standard methods to preserve their original flavor and quality.

### ترکیبات سبزی

سبزی پونه شامل ترکیبات زیر است:

پونه: غنی از آنتی اکسیدان ها

کلسیم: تقویت کننده استخوان ها

آهن: مؤثر در پیشگیری از کم خونی

فیبر: کمک به بهبود عملکرد گوارش



### The pennyroyal mix includes:

Pennyroyal: Rich in antioxidants

Calcium: Strengthens bones

Iron: Helps prevent anemia

Fiber: Supports digestive health

### خواص درمانی

سبزی های موجود در این محصول دارای خواص درمانی زیر هستند:

✓ بهبود عملکرد گوارش

✓ تقویت سیستم ایمنی بدن

✓ کاهش التهاب و تسکین درد

✓ کمک به سلامت دستگاه تنفسی

### The herbs in this product provide the following benefits:

- ✓ Improve digestive function
- ✓ Strengthen the immune system
- ✓ Reduce inflammation and relieve pain
- ✓ Support respiratory health

## طرز تهیه چای پونه

مواد لازم:

۱ قاشق چای خوری پونه خشک

۱ لیوان آب جوش

۱ قاشق چای خوری عسل (اختیاری)

### Ingredients:

۱ teaspoon of dried pennyroyal

۱ cup of boiling water

۱ teaspoon of honey (optional)

۱. پونه خشک را در یک لیوان آب جوش بریزید.

۲. به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه اجازه دهید دم بکشد.

۳. در صورت تمایل، با عسل شیرین کرده و نوش جان کنید.

### Preparation:

1. Add dried pennyroyal to a cup of boiling water.
2. Let it steep for 5 to 10 minutes.
3. Sweeten with honey if desired and enjoy.



ارزش غذایی (برای هر ۱۰۰ گرم سبزی خشک)

ارزش غذایی سبزی خشک پونه به شرح زیر است:

کالری: ۵۵ کیلوکالری

پروتئین: ۴ گرم

چربی: ۱ گرم

کربوهیدرات: ۱۰ گرم

فیبر: ۵ گرم

ویتامین C: ۲۰ میلی گرم

آهن: ۳ میلی گرم

### Nutritional Value (per 100 grams of dried product):

Calories: 55 kcal

Protein: 4 grams

Fat: 1 gram

Carbohydrates: 10 grams

Fiber: 5 grams

Vitamin C: 20 mg

Iron: 3 mg

بسته‌بندی و توضیحات تکمیلی

بسته‌بندی کاملاً بهداشتی و مقاوم

صد درصد ارگانیک و عاری از مواد افزودنی

هر ۱۰۰ گرم سبزی خشک معادل ۱ کیلوگرم سبزی تازه است.

Fully hygienic and durable packaging

۱۰۰٪ organic and free from additives

Every 100 grams of dried herbs is equivalent to 1 kilogram of fresh herbs.

### نکات جالب

پونه از گیاهان معطر و پرکاربرد در طب سنتی ایران است.

این گیاه به دلیل خواص دارویی و ضدغوفونی کننده خود، در درمان سرماخوردگی و مشکلات گوارشی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

Pennyroyal is a fragrant herb widely used in traditional Iranian medicine.

It is known for its medicinal properties and is often used to treat colds and digestive issues.

## اطلاعات تماس

فروشگاه سبزیجات خشک ارگانیک راتیک

صفحه اینستاگرام:

Ratik\_driedveg.persianmall: Ratik Organic Dried Vegetables Store

Instagram Page: Ratik\_driedveg.persianmall

17.5cm

7.5cm



Boosts immunity

OREGANO  
142 gr 5 oz

100% Organic

Diameter (cm) قطر	Height (cm) ارتفاع	Weight Ounce (oz) وزن (gr)	Weight gr
7.5	13.5	4 oz	115 gr
7.5	17.5	5 oz	142 gr
7.5	23	8 oz	227 gr