

# الو برقانی ارگانیک



Organic Prunes

## معرفی محصول / Product Introduction

### آلو برقانی ارگانیک

آلو برقانی یکی از محبوب‌ترین انواع آلو در ایران است که از خشک‌کردن آلوهای زرد یا سیاه به‌دست می‌آید و به‌دلیل طعم شیرین و دلپذیر، در آشپزی ایرانی جایگاه ویژه‌ای دارد. این محصول در مناطق مختلف کشور از جمله فارس، خراسان و آذربایجان تولید می‌شود و به‌صورت خشک‌شده، سالم و کاملاً طبیعی عرضه می‌گردد.

### Organic Prunes

**Prunes** is one of the most popular types of plum in Iran, obtained by drying yellow or black plums, and has a special place in Iranian cuisine due to its sweet and pleasant taste. This product is produced in various regions of the country, including Fars, Khorasan, and Azerbaijan, and is offered in dried, healthy, and completely natural form.

### خواص و ارزش غذایی / Nutritional Properties and Value

آلو برقانی سرشار از ویتامین‌ها، مواد معدنی و فیبر است و مصرف روزانه آن می‌تواند بخشی از نیازهای بدن را تأمین کند:

Plum is rich in vitamins, minerals, and fiber, and its daily consumption can meet some of the body's needs:

### مواد مغذی مهم / Important nutrients

- منبع غنی ویتامین K، پتاسیم و فیبر
- حاوی ویتامین‌های گروه B و آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی
- انرژی‌زا و مناسب برای میان‌وعده سالم
- Rich source of vitamin K, potassium and fiber
- Contains B vitamins and natural antioxidants
- Energizing and suitable for a healthy snack

## فواید سلامتی / Health Benefits

- تقویت سیستم گوارش و کمک به هضم بهتر غذا
- کاهش خطر بیماری‌های قلبی، پوکی استخوان و دیابت نوع ۲
- کمک به کاهش وزن بهدلیل فیبر بالا و ایجاد حس سیری
- بهبود سلامت پوست به‌واسطه آنتی‌اکسیدان‌ها
- افزایش انرژی و مناسب برای فعالیت روزانه

- Strengthens the digestive system and helps with better digestion of food
- Reduces the risk of heart disease, osteoporosis and type 2 diabetes
- Helps with weight loss due to high fiber and creates a feeling of satiety
- Improves skin health due to antioxidants
- Increases energy and is suitable for daily activity

## کاربردها و روش‌های استفاده / Uses and Applications

### در آشپزی / In Cooking

- خورشت آلو، قیمه‌نثار، مرغ آلو
- انواع آش‌های محلی
- چاشنی غذاهای سنتی ایرانی

- Plum stew, Gheemeh Nisar, Plum chicken
- Various local soups
- Seasoning for traditional Iranian dishes

### در میان‌وعده‌ها / For Snacking

- میان‌وعده سالم برای محل کار، مدرسه و سفر
- جایگزین مناسب برای تنقلات ناسالم مانند چیپس و پفک

- Healthy snack for work, school and travel
- A great alternative to unhealthy snacks like chips and puffs

## در صنایع غذایی / In food industry

- تولید سس آلو
- استفاده در کیک، شیرینی و دسر
- تهیه لواشک و فرآوردهای میوه‌ای

- Production of plum sauce
- Use in cakes, pastries and desserts
- Preparation of lavash and fruit products

## مزایای خاص / Unique Advantages

- 100% natural and without additives
- Sweet and pleasant taste
- Suitable for home and industrial use
- Hygienic and standard packaging

- ۱۰۰٪ طبیعی و بدون مواد افزودنی
- طعم شیرین و دلپذیر
- مناسب برای مصرف خانگی و صنعتی
- بسته‌بندی بهداشتی و استاندارد

## نکات ایمنی و شرایط نگهداری / Safety Tips and Storage Conditions

نگهداری: در محیطی خشک و خنک و دور از نور مستقیم خورشید نگهداری شود.

Storage: Store in a dry, cool place away from direct sunlight.



## چرا آلو برقانی ارگانیک؟ / Why Choose Organic prunes /

آلو برقانی، این میوه خشک خوشمزه و مغذی، سرشار از ویتامین‌ها و مواد معدنی است که به بهبود سلامت عمومی بدن کمک می‌کند. برخی از خواص مهم آلو برقانی عبارتند از:

- تقویت سیستم ایمنی: آلو برقانی سرشار از آنتی‌اکسیدان‌های است که به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند.
- سلامت قلب: پتاسیم موجود در آلو برقانی به تنظیم فشار خون و سلامت قلب کمک می‌کند.
- بهبود هضم: فیبر موجود در این میوه به بهبود عملکرد دستگاه گوارش و جلوگیری از یبوست کمک می‌کند.
- سلامت چشم: ویتامین A موجود در آلو برقانی به حفظ سلامت چشم و بهبود بینایی کمک می‌کند.
- کاهش خطر بیماری‌های مزمن: مصرف منظم آلو برقانی می‌تواند به کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی، پوکی استخوان و دیابت نوع ۲ کمک کند.

آلو برقانی، انتخابی هوشمندانه برای یک میان‌وعده سالم و خوشمزه همین امروز امتحان کنید و تفاوت را احساس کنید.

Prunes, this delicious and nutritious dried fruit, are rich in vitamins and minerals that help improve the overall health of the body. Some of the important properties of plums include:

- Strengthens the immune system: Plums are rich in antioxidants that help strengthen the immune system.
- Heart health: The potassium in plums helps regulate blood pressure and heart health.
- Improves digestion: The fiber in this fruit helps improve digestive function and prevent constipation.
- Eye health: The vitamin A in plums helps maintain eye health and improve vision.
- Reduces the risk of chronic diseases: Regular consumption of prunes can help reduce the risk of heart disease, osteoporosis, and type 2 diabetes.

Prunes, a smart choice for a healthy and delicious snack

Try today and feel the difference.

28.5cm



Boosting the immune system

PRUNES 450gr

100% Organic

Width عرض	Length طول	Weight وزن
19.5	28.5	450gr
25	35.7	900gr

همین حالا سفارش دهید و از طعم و خواص آلبالو خشک ارگانیک بپرهمند شوید!

Order now and enjoy the taste and benefits of organic dried sour cherries!