

زیره سبز



CUMIN

زیره سبز | Green Cumin

توضیحات محصول | Product Description

زیره سبز یک ادویه معطر و خوش طعم است که از دانه‌های گیاه «Cuminum cyminum» به دست می‌آید. این ادویه در بسیاری از غذاهای آسیایی، خاورمیانه‌ای و مدیترانه‌ای به کار می‌رود و طعمی دلپذیر و ملایم به غذا می‌بخشد. زیره سبز به دلیل خواص ضدالتهابی، هضم‌کننده و تقویت‌کننده سیستم ایمنی بسیار شناخته شده است. این محصول می‌تواند به صورت دانه یا پودر در دسترس باشد و طعمی خاص و منحصر به فرد به انواع غذاها، از جمله خوراک‌ها، سوپ‌ها، سس‌ها و سالادها می‌دهد.

Green cumin is a fragrant and flavorful spice derived from the seeds of the plant Cuminum cyminum. Widely used in Asian, Middle Eastern, and Mediterranean cuisines, it adds a mild, pleasant taste to dishes. Green cumin is known for its anti-inflammatory, digestive, and immune-boosting properties. This product is available in seed or ground form and provides a unique flavor to a variety of dishes, including stews, soups, sauces, and salads.



ویژگی‌های محصول | Product Features

طعم ملایم و معطر: زیره سبز طعمی ملایم و معطر دارد که به غذاها طراوت و طعم خاص می‌بخشد.

Mild & Aromatic Flavor: Green cumin has a mild and aromatic flavor that adds freshness and a unique taste to dishes.

خواص ضدالتهابی و گوارشی: این ادویه به دلیل داشتن خواص ضدالتهابی و هضم‌کننده، به بهبود سلامت گوارش کمک می‌کند.

Anti-inflammatory & Digestive Properties: Known for its anti-inflammatory and digestive properties, green cumin aids in digestive health.

مناسب برای غذاهای متنوع: این ادویه به‌طور گسترده در آشپزی ایرانی، هندی، عربی و مدیترانه‌ای برای طعم‌دهی به غذاها استفاده می‌شود.

Versatile for Diverse Dishes: Widely used in Iranian, Indian, Arabic, and Mediterranean cuisines to flavor various dishes.

۴. بدون مواد افزودنی و نگهدارنده: زیره سبز به‌طور طبیعی بدون افزودنی‌ها یا مواد نگهدارنده تهیه می‌شود.

Free from Additives & Preservatives: Green cumin is naturally made without any additives or preservatives.

مناسب برای استفاده در غذاهای خانگی: این ادویه برای استفاده در انواع خوراک‌ها، سوپ‌ها، سس‌ها و سالادها مناسب است.

Ideal for Homemade Dishes: Perfect for use in stews, soups, sauces, and salads.

خواص و فواید | Benefits

تقویت سیستم ایمنی: زیره سبز به دلیل داشتن آنتی‌اکسیدان‌ها و ترکیبات ضدباکتریایی می‌تواند به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند.

Boosts Immune System: Green cumin contains antioxidants and antibacterial compounds that help strengthen the immune system.

کمک به هضم غذا: زیره سبز به عنوان یک هضم کننده طبیعی عمل می کند و مشکلات گوارشی مانند نفخ و سوءهاضمه را کاهش می دهد.

Aids Digestion: Green cumin acts as a natural digestive aid and reduces digestive issues like bloating and indigestion.

خواص ضدالتهابی: این ادویه دارای خواص ضدالتهابی است که می تواند به کاهش التهاب و درد مفاصل کمک کند.

Anti-inflammatory: Green cumin has anti-inflammatory properties that can help reduce inflammation and joint pain.

تنظیم قند خون: تحقیقات نشان داده است که مصرف زیره سبز می تواند به تنظیم سطح قند خون کمک کند.

Regulates Blood Sugar: Studies suggest that green cumin can help regulate blood sugar levels.

نحوه مصرف | Usage Instructions

افزودن به سوپ ها و خوراک ها: می توانید مقدار کمی از زیره سبز را به سوپ ها، خوراک ها یا سس ها اضافه کنید.

Add to Soups & Stews: Add a pinch of green cumin to soups, stews, or sauces for extra flavor.

استفاده در تهیه برنج و پلو: از زیره سبز برای طعم دادن به برنج یا پلو استفاده کنید.

Use in Rice & Pilaf: Use green cumin to flavor rice or pilaf.

پاشیدن بر روی غذاهای کبابی: زیره سبز را می توانید به طور مستقیم بر روی غذاهای کبابی بپاشید.

Sprinkle on Grilled Foods: Sprinkle green cumin on grilled dishes for a unique taste.

موارد استفاده | Culinary Applications

چاشنی در غذاها: زیره سبز به عنوان چاشنی در انواع غذاها، سوپ‌ها، سس‌ها و خوراک‌ها استفاده می‌شود.

Seasoning in Dishes: Green cumin is used as a seasoning in stews, soups, sauces, and various dishes.

تهیه پودر زیره سبز: این محصول می‌تواند به صورت پودر نیز استفاده شود و برای طعم‌دهی به برنج، پلو، و انواع غذاهای گوشتی کاربرد دارد.

Make Green Cumin Powder: Can be used as a powder to flavor rice, pilaf, and various meat dishes.

استفاده در نان‌ها و محصولات پخته: از زیره سبز در پخت نان‌ها و شیرینی‌ها برای طعمی منحصر به فرد می‌توان استفاده کرد.

Use in Breads & Baked Goods: Green cumin can be used in baking breads and pastries for a unique flavor.

افزودن به سالادها: این ادویه می‌تواند به عنوان یک چاشنی خوش طعم برای سالادها و غذاهای سرد استفاده شود.

Add to Salads: Green cumin is perfect as a seasoning for salads and cold dishes.

اطلاعات تغذیه‌ای (در هر ۵ گرم) | Nutritional Information (Per 5g)

انرژی: ۱۸ کالری | Energy: 18 kcal

پروتئین: ۰.۹ گرم | Protein: 0.9 g

چربی: ۰.۹ گرم | Fat: 0.9 g

کربوهیدرات: ۲.۷ گرم | Carbohydrates: 2.7 g

فیبر: ۱.۲ گرم | Fiber: 1.2 g

نمک: ۰.۰۳ گرم | Salt: 0.03 g

Storage Recommendations | توصیه‌های نگهداری

در جای خشک و خنک، دور از نور مستقیم خورشید نگهداری شود.

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

پس از هر بار استفاده، درب بسته‌بندی را محکم ببندید.

Seal the packaging tightly after each use to maintain freshness .

