

Helios Agavesirup 330 ml

Helios Agavesirup 330 ml

6020

[Helios \(Norge\)](#);

Naturlig søtningsmiddel, laget av nektar fra økologisk dyrket agave.

Agavesirup

fra Helios er konsentrert agavesaft ? et naturlig søtningsmiddel uten farge. Den er laget av nektar fra økologisk dyrket agave og inneholder ingen tilsetninger.

Agaveplanten stammer fra Mexico, hvor den ble brukt til matlaging allerede for 6500 år siden. Både blomstene, bladene, stilken og plantesaften (sevjen) er spiselig. Når agaveplanten er 6-8 år gammel, er den klar for tapping ? og en enkelt plante kan inneholde så mye som 1200 liter væske. Sevjen fra agave filtreres og varmes forsiktig opp, så den blir til en naturlig konsentrert sirup. Siden agavesirup inneholder en høy andel av fruktose, har den en lav glykemisk indeks (omkring 20 GI, loff = 100) og har liten virkning på blodsukkeret. Den er derfor velegnet både for diabetikere og alle andre som er opptatt av å holde blodsukkeret så stabilt som mulig.

Agavesirup smaker skikkelig søtt. Du trenger derfor mindre

Agavesirup for å oppnå samme søt smak som med vanlig raffinert hvitt sukker. Fordelen er at du også får i deg færre kalorier.

Agavesirup oppløses lett, den kan anvendes både til kalde og varme retter. Den er perfekt til baking, blant annet fordi

Agavesirup holder på fuktigheten og medvirker til at bakverket holder seg bedre. Det er selvsagt også et perfekt søtningsmiddel i smoothies.

I _

[kokebøkene til naturopat Monica Holand](#) er det flere oppskrifter som inneholder **Agavesirup**.

Innhold:

Konsentrert nektar fra økologisk dyrket agave.

Næringsinnhold per 100 ml:

Energi: 1764 kJ / 421 kcal

Protein: 0 g

Karbohydrater: 105 g

herav fruktsukker (fruktose): 101 g

Fett: 0 g

Kostfiber: 0 g

Natrium: 0 g

Agavesirup inneholder dessuten en del mineraler: blant annet jern, kalium, kalsium og magnesium.



Litt om agave

Det finnes over 100 typer av agave ? i forskjellige størrelser, farger og utforminger. Agaveplanten ligner en kaktus, men er en sukkulent i samme familie som blant annet aloe vera. Blå agave er den som dyrkes mest, fordi denne typen er best egnet for å lage både tequila og agavesirup (også kalt agavenektar). Blå agave trives godt i den vulkanske jorden som er typisk for den sørlige delen av Mexico.

Aztekerne brukte agaveplanten allerede for flere tusen år siden, blant annet som en ingrediens i matlagingen. I Mexico brukes fortsatt bladene fra agaveplanten både til mat og til takteking, og av plantefibrene lages det tauverk og matter. Meksikanerne kaller for øvrig agavesirupen for ?agua miel?, som betyr honningvann. Smaken er veldig søt og kan sammenlignes litt med honning, men har ikke den spesielle ettersmaken som honning ofte har.

På grunn av den lave temperaturen som brukes til ekstraheringen av agavesirup, blir dette naturlige søtningsmiddelet også godkjent av rawfood-tilhengerne, og agavenektar defineres dermed som rå mat.



Pris kr 65,00

0,33 liter
Nei