



PORTO MUIÑOS to rodzinna, hiszpańska firma, która od 1998 roku zajmuje się sprzedażą ekologicznych wodorostów. Firma została założona przez małżeństwo - Antoniego Muinos i Rosę Miras. Przez pierwsze kilka lat działalności, oferta ograniczała się wyłącznie do sprzedaży alg - suszonych i w puszkach. Obecnie firma PORTO MUIÑOS jest światowym dystrybutorem różnego rodzaju świeżych wodorostów pochodzących z najczystszych rejonów Oceanu Atlantyckiego.

Antonio i Rosa swój sukces zawdzięczają wieloletnim badaniom nad właściwościami wodorostów prowadzonym przy wsparciu zespołu współpracowników naukowych oraz szefów kuchni, m.in.: Ferran Adria, Oriol Castro, Eduard Xatruch, Joaquin Felipe, Andoni Aduriz, Joan Roca i Montse Estruch.

Zapytaj o produkt w swoim ulubionym sklepie eko:

Pieczątka sklepu

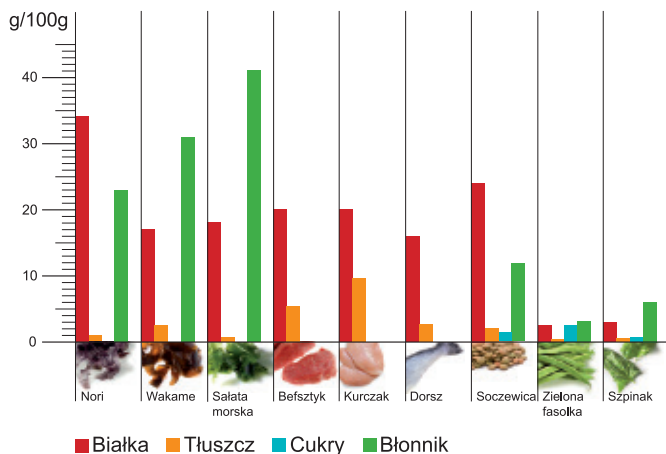


Wodorosty  
potęga oceanu w  
Twojej codziennej diecie!



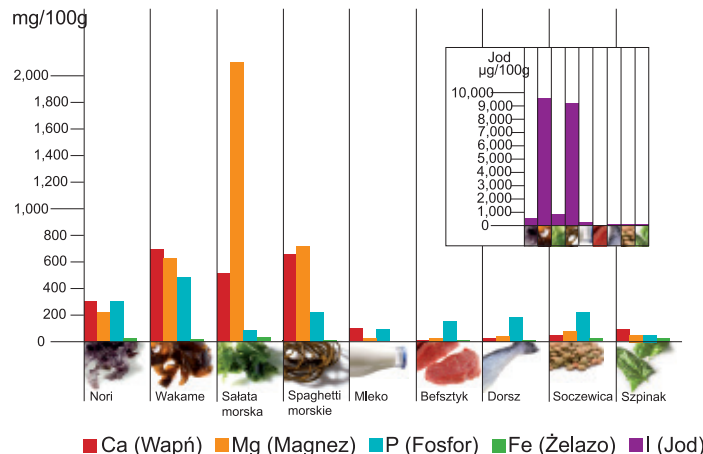
## Składniki odżywcze

Wodorosty są szczególnie polecane w diecie vegetariańskiej. Bogate w białko i błonnik, wspierają odchudzanie i zmniejszają łaknienie. Charakteryzują się niską zawartością tłuszczu i cukrów.



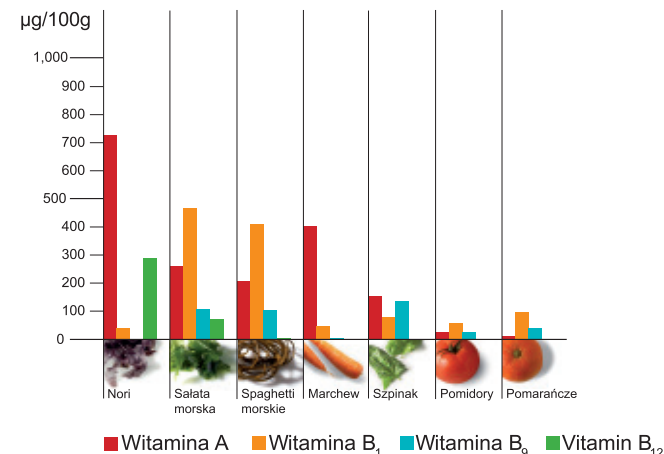
## Składniki mineralne

Wodorosty to bogate źródło składników odżywczych. Wystarczy niewielka ilość glonów, aby uzupełnić codzienną dawkę żelaza, magnezu, fosforu, potasu i jodu.



## Witaminy

Wodorosty zawierają mnóstwo witamin A i E oraz witaminy z grupy B, są jednym z nielicznych źródeł witaminy B<sub>12</sub> (ma to szczególne znaczenie w diecie vegetariańskiej).



Ekologiczne wodorosty PORTO-MUINOS pochodzą z najczystszych wód Oceanu Atlantyckiego. W procesie produkcji poddawane są wyłącznie prostym zabiegom, co zapewnia zachowanie ich pierwotnych właściwości odżywczych. Zaletą tych „morskich warzyw” jest wszechstronność. Z powodzeniem funkcjonują obok składników tradycyjnej kuchni, oferując jednocześnie nowe możliwości kuchni dla osób poszukujących ciekawych smaków, kolorów i faktur. Oto kilka najbardziej znanych rodzajów wodorostów:

**WAKAME** - popularny gatunek. Po namoczeniu i ugotowaniu (gotować przez ok. 45 min.) idealnie sprawdza się jako składnik zup, sałatek, pieczonych warzyw, gulaszu i past.

**KOMBU** - liście kombu można posiekać, pociąć, smażyć i piec w piekarniku. Smakują wyśmienicie jako dodatek do warzywnych potraw i sałatek.

**NORI** - znane jako prasowane, długie płaty. Najpopularniejsze japońskie danie z wykorzystaniem wodorostów Nori to sushi, które właśnie dzięki wodorostom Nori posiada tak wyjątkowy, wyrazisty smak.

**SALAŁA LUB TRAWA MORSKA** - czyli tzw. wodorosty zielone. Można je spożywać na surowo. Wspaniale sprawdzają się jako składnik sałatek oraz dodatek do wszelkiego rodzaju zup.

