

نتاج التعاونية النسوية أعشاب  
النعامة هو عضو في شبكة البحر  
الأبيض المتوسط للتنمية و الإقتصاد  
الإجتماعي



125 gr

الورقة التقنية لمنتوج

الكمون



السيدة الغدائية	الفئة
مسحوق الكمون	المكونات
التعاونية الفلاحية أفورار للتنمية تأسست التعاونية في سنة 2011 بعد التدريب الذي به المنظمة الإيطالية شيفا بالتعاون مع مكتب التثمين الزراعي بتنادلة و الدعم القوي للجمعية المحلية بأفورار هكذا قمنا بتوسيع نطاق منتجاتنا مع التخصصات المحلية الأخرى يتم تدريب أعضائنا كفاعلين ومتفاعلين في البيئة المحلية الشيء الذي منح قوة إضافية للإهتمام بجودة المنتجات و البيئة في آن واحد	المنتج 
قرية آيت عزة ، بلدية أ فورار ، إقليم أزيلال ، منطقة بني ملال خنيفرة	مكان الإنتاج
شهادة ONSSA (Office National de Sécurité Sanitaire des produits Alimentaires) على الزيتون والخيار ، نحن في انتظار التوابل التي تتم معالجتها بطريقة طبيعية ، وكذلك المواد الخام من الطبيعة	الشهادات
نحن نصدر بذور الكمون الطبيعية من موردين موثوقين في منطقتنا ، ثم نطحنها بمطحنتنا المحترفة	طريقة وسلسلة الإنتاج
الكمون هو نبات عشبي تستخدم بذوره كتوابل ، وهو أحد مكونات الكاري. بالإضافة إلى كونه مفيداً للأطباق المنكهة ، فإن للكمون العديد من الفوائد الصحية ، دعنا نرى بعضاً منها. غني بالحديد المفيد ضد فقر الدم ومضادات الأكسدة. كما أنه يخفض نسبة الكوليسترول ويحارب مرض السكري. له خصائص مهدئة ومضادة للالتهابات والجهاز الهضمي ، كما أنه يساعد في حالة المغص والتورم. الكمون مناسب تماماً لتتبيل الأطباق الرئيسية من اللحوم والأسماك والخضروات ؛ يفيد في إضافة النكهات لأطباق مثل الدجاج بالكاري والحمص والفلفل وأيضا حساء البقوليات والبطاطا المخبوزة والصلصات والمخللات	نصائح الاستخدام



BP 88 - Timouliit - Province d'Azilal - Maroc +212 (0) 617052221 / + 39 3408068289

boukhbizamohamed@gmail.com www.marocnatureculture.org

Mohamed Rafia Boukhbiza - responsable commerce équitable