

## دقيق الجاودار المحمر

غرام أو 1 كيلو 500



السيدة الغذائية	<b>تصنيف</b>
الجاودار	<b>المكونات</b>
<p><b>تعاونية أفوس لمشتقات الحبوب</b>          أنشأتنا التعاونية في 25 أبريل 2007 في حي بام في قرية تيموليت من قبل تسع نساء. كان النشاط الرئيسي للتعاونية في البداية هو إنتاج مشتقات الحبوب وتسويقها وبعد بضع سنوات أضفنا إنتاج الحلويات والبسكويت. نشارك في المعارض المحلية والإقليمية والوطنية بفضل شركائنا "مؤسسة محمد الخامس للتضامن" و "المبادرة الوطنية للتنمية البشرية</p>	<p><b>المنتج</b></p>
قرية حي بام ، بلدية تيموللت ، إقليم أزيلال ، إقليم بني ملال خنيفرة	<b>مكان الإنتاج</b>
لا شيء في الوقت الحالي ، حيث أن المكان لم يصل بعد إلى المستوى المطلوب. ومع ذلك ، فإن المنتجات طبيعية 100%	<b>الشهادات</b>
نأخذ الجاودار من مزارع في القرية يزرعه بشكل طبيعي ، ونغسله ونتركه يجف ونختاره للحصول على أفضل الحبوب. ثم نأخذها إلى مطحنة القرية لطحنها إلى دقيق. بمجرد إعادتها إلى التعاونية ، نقوم بوضع فوق النار لتحميصها ببطء في طبق	<b>الطريقة وسلسلة الإنتاج</b>
اختر دقيق الجاودار الكامل إذا كنت ترغب في إثراء نظامك الغذائي بالألياف. تساهم الألياف النباتية في الشعور بالشبع وتساعد الجسم على طرد السموم وتسمح للسيطرة على الكوليسترول في الدم. ميزة أخرى لدقيق الجاودار تتعلق بمؤشر نسبة السكر في الدم المنخفض ، مما يجعله غذاءً مناسباً لمرضى السكر. يساعد الجاودار أيضاً في الحفاظ على مستويات السكر في الدم تحت السيطرة. يُعرف استخدام دقيق الجاودار بإعداد الخبز الأسود. يمكنك أيضاً استخدامه لإعداد الكعك والبسكويت ، على الرغم من أن استخدامه أكثر شيوعاً في الاستعدادات اللذيذة ، مثل الفطائر واللفائف والمعكرونة الطازجة والخبز	<b>نصائح للاستخدام</b>

