

Amiért érdemes fogyasztani a júdásfülgombát (*Auricularia auricula-judae* s. lato) figyelembe véve a véralvadásgátló hatását is

Ásványi anyagokban (Ca, K, Mg, Fe, Zn) gazdag, kiváló forrása a biológiailag aktív poliszacharidoknak (rákellenes hatás) és az esszenciális aminosavaknak, valamint nem utolsósorban kalóriában szegény, diétás ételkészítmény.

/Forrás: Journal of Food and Nutrition Research, 2015, Vol. 3, No. 8, 478-482 - Chemical Composition and Nutritional Value of the Mushroom *Auricularia auricula-judae*; Research Journal of Biotechnology Vol. 7 (2) May (2012) - Effect of Medicinal Mushroom, *Auricularia auricula-judae*, polysaccharides against EAC cell lines/



Vrba György – Gnomonika, 2017. május 20.