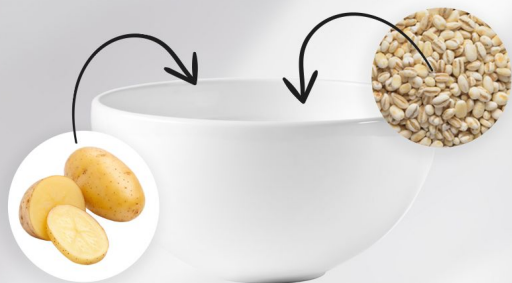


15.01.2025

Statyk



Czy wiesz, **co to za zupa?**



DUSG-2024-00063

copy:

Czy wiesz, że styczeń nosi miano miesiąca zup? Zimowa aura za oknem sprzyja gotowaniu gorących wywarów, na które mamy szczególnie duży apetyt przy niskich temperaturach!

Przygotowaliśmy dla Was małą zagadkę - czy odgadniesz nazwę zupy, która jest szczególnie polecana przy problemach jelitowych? 🤔 By ułatwić Ci jej rozwiązanie, przygotowaliśmy kilka wskazówek. Odgańnij jej nazwę i podziel się nią w komentarzu! Zaczynamy!

- ✓ Zawiera kaszę jęczmienną, która jest źródłem błonnika wspierającego zdrowie jelit.
- ✓ Znajdziesz w niej ziemniaki, lekkostrawne i przyjazne dla układu trawiennego.
- ✓ Jest wzbogacona o natkę pietruszki, która dostarcza witamin i działa przeciwzapalnie.
- ✓ Składniki tej zupy są zgodne z dietą low FODMAP – jest więc idealna dla wrażliwych jelit!

Podpowiedź: to tradycyjna, polska zupa, która rozgrzewa w chłodne dni! Napisz odpowiedź w komentarzu 📌 i daj znać, czy często ją gotujesz! 😊

Źródło:

<https://enel.pl/enelzdrowie/dieta-i-odzywianie/dieta-low-FODMAP-co-mozesz-jesc-a-z-czeg-o-lepiej-zrezygnowac>