

مقاله ذرت بوکاژ

ذرت چیست؟ یکی از خوشمزه ترین و پر فایده ترین غلات هست که اسم های مختلفی داره از قبیل بلال و جواری. منشا ذرت خوشمزه در آمریکا می باشد و جالبه بدونید که بیشترین مزرعه های کشاورزی دنیا برای تولید ذرت هست که خودش نشان دهنده ی خوشمزه گی و پر طرفدار و پر مصرف بودن این ماده هست .

دانه های ذرت میشه برای موارد مختلف استفاده بشه؛ اولینش همون آرد ذرت هست و بعدش برای اضافه شدن به سوپ ها و یه سری غذا های خاص آمریکایی و مکزیکی و در نهایت درست شدن ذرت مکزیکی و پف و فیل که من فکر میکنم از همش خوشمزه تر باشه.

دانه ای ذرت **بوکاژ** BOOKAJ که در **فروشگاه اینترنتی** این شرکت تولیدی به فروش میرسند برای تولید پفیل در خانه می تونن استفاده بشوند.

ارزش غذایی ذرت بوکاژ: BOOKAJ

100 گرم ذرت پخته شده می تونه شامل:

96 کیلو کالری

73 درصد آب

3.4 گرم پروتئین

1.5 گرم قند

2.4 گرم فیبر

21 گرم کربوهیدرات

1.5 گرم چربی

مهم ترین فایده های ذرت برای بدن ما انسان ها چیست؟؟

خواص ذرت در دوران بارداری: ذرت می تونه فواید خیلی زیادی در دوران حاملگی داشته باشه اونم به خاطر وجود مواد معدنی و ریز مغزی های مفید و لازم هست .

وجود منگنز که یه عنصر کمیاب و نادر در مواد غذایی هست که در میوه خشک های بوکاژ و سبزی خشک ها مثل سبزی خشک آش وجود دارد.

وجود مس و روی: کم بودن میزان مس در بدن می تونه مشکلاتی برای قلب ایجاد کنه و روی یه ماده ی کمیاب هست که در خیلی از غذا ها یافت نمیشه. با اضافه کردن ذرت مکزیکی و چس و فیل به برنامه های غذایی روزانه تون به عنوان میان وعده ایی سالم و مفید از بیماری ها در امان بمانید.

سالم ماندن چشم ها با ذرت: آب مروارید یکی از بیماری های شایع بینایی هست که در خیلی از موارد به راحتی میتونه منجر به نابینایی بشه. اگر یه ماده ایی به نام کاروتنوئید در بدن زیاد باشه احتمال ابتلا به بیماری های چشم رو کمتر میکنه که این ماده در ذرت وجود داره پس میتونید با مصرف ذرت احتمال ابتلا به بیماری های چشم رو کمتر کنه.

پیشگیری از یبوست و ایجاد بواسیر: یکی از مشکلات بسیار دردناک بواسیر هست که در نتیجه ی یبوست طولانی مدت ایجاد میشه. با مصرف ذرت در برنامه های غذایی می تونید تا حد زیادی به حرکت روده ها و گوارش غذا کمک کنید و در نهایت هم از بواسیر و علائم دردناکش دور بمونید.



آنتی اکسیدان بالا: این ماده به شدت برای پوست مفید هست و میتونه باعث شفافیت و سفت شدن پوست بشه. پس اگه می خوای یه پوست صاف و صوف داشته باشی از ذرت غافل نش.

افزایش وزن با ذرت: با توجه به کالری بالای این غلات و کربوهیدرات زیادش می تونه برای وزن گرفتن بسیار کمک کننده باشه خصوصا اگه فرزندی دارین که مشکل کمبود وزن داره میتونید با ذرت مکزیکی و پف و فیل که مورد علاقه ی همه ی بچه ها هم هست بهش کمک کنید تا وزن بگیرند و سلامت باشند .

پیشگیری از سرطان با ذرت مکزیکی و پف و فیل: پیشگیری از سرطان روده بخاطر وجود فیبر فراوان و مبارزه با تومور های سینه و کبد با استفاده از اسید فولیک بالای این ماده

کنترل کننده ی دیابت: فکرش رو هم نمی تونستی داشته باشی که ذرت میتونه در افراد دیابتی مفید باشه و باعث یشه قند خونشون متعادل و نرمال بمونه.

استفاده از ذرت برای موارد آرایشی و پوستی: امروزه علم بسیار پیشرفت کرده و خیلی از دانشمندان به دنبال استفاده از مواد گیاهی برای درمان های پوستی و مواد آرایشی هستند. ذرت یکی از اون غلات هست که میتونه برای درمان های موضعی تحریکات و حساسیت های پوستی به کار بره.

مضرات بیش از حد مصرف کردن ذرت چیست؟؟XX

ذرت هم مثل هر ماده ی دیگه ایی اگه بیش از حد مصرف بشه باعث به وجود آمدن مشکلاتی میشه .

آلرژی و حساسیت را بودن این ماده: خارش پوست و یا حالت تهوع از موارد زیادی خوردن ذرت میتونه باشه.

ایجاد نفخ و باد شکم:اگه به مقدار زیادی غلات ذرت رو مصرف کنید ممکنه دچار نفخ بشین که اذیت کننده و دردسرسازه. **ناراحتی معده با زیادی خوردن پف و فیل:**حواستون باشه درسته گفتیم ذرت بسیار مفیده و یه غذای سالم برای بچه ها می تونه باشه اما حتما به اندازه و درست باید مصرف بشه. **پوسیدگی دندان:**با توجه به چسبندگی بالای ذرت با دندان ها به راحتی از دندان ها جدا نمیشن پس باید حتما مسواک زدن پس از خوردن ذرت مکزیکی رو فراموش نکنیم □. یکی دیگر از مواردی که در رابطه با پوسیدگی دندان در مصرف ذرت مطرح میشه وجود قند در این غلات هست که باز هم حتما مسواک زدن و نخ دندان کشیدن رو فراموش نکنید. **بی حالی و بی انرژی بودن:**با توجه به نشاسته ی بالای این ماده ممکنه باعث حالت خواب آلودگی و بی حالی پس از مصرف زیادش بشه. همیشه تعادل رو در مصرف این ماده خوشمزه رعایت کنید. برای اطلاعات بیشتر در رابطه با نشاسته مقاله ی [نیشاسته](#) از بوکاژ را که همین اواخر منتشر شده مطالعه فرمایید. **پلاگر:**با مصرف بیش از حد ذرت می تونی به بیماری پلاگر مبتلا بشی.

قیمت روز ذرت در مشهد:

برای اینکه قیمت های روز دانه های ذرت رو بدونی می تونی به وبسایت بوکاژ مراجعه کنی و با خیال راحت بهترین کیفیت و با مناسب ترین قیمت ببینی. قیمت این غلات در مشهد و شهر های دیگه ی ایران برای بوکاژ تفاوتی ندارد و تنها تفاوت اندک مربوط به هزینه ی پست می باشد.

چرا خرید از بوکاژ:

صنایع غذایی تولید کننده ی بوکاژ بهترین کیفیت رو بهتون پیشنهاد میده. ما در تیم بوکاژ تمامی موارد بهداشتی رو طبق استاندارد های وزارت بهداشت رعایت می کنیم تا شما با خیال راحت خرید کنید. مزیت دیگر خرید اینترنتی ذرت در مشهد و شهر های دیگه ی ایران از بوکاژ، امکان بازگشت محصول در صورت وجود نامرغوب بودن محصول هست که کمتر شرکت تولیدی اینو بهتون پیشنهاد میده.

فروش عمده B2B



می تونی نماینده فروش محصولات بوکاژ بشی

B2B Selling

مشاهده محصولات

فروش کلی و عمده از بوکاژ:

ما در بوکاژ بسته های 700 و 900 گرمی را در بسته بندی سلفونی ارایه می دهیم. اما اگر قصد خرید عمده از بوکاژ یا همان همکاری B2B را دارید فقط کافیست با واتساپ ما در ارتباط باشید تا بهترین قیمت رو بهتون پیشنهاد بدیم.

اخذ نمایندگی از بوکاژ:

برای راه اندازی یک کسب و کار مفید و سالم در شهر خودتون می تونید با ما در واتساپ در ارتباط باشید تا بیشتر در جریان قوانین و شرایط قرار بگیرید.

مقاله ی ذرت از بوکاژ: WWW.BOOKAJ.COM

1401/07/14 پنجشنبه