

## Slzovka Sheng, Jobovy slzy, shengyiren, yimi, 100g



Balení obsahuje 100 g slzovky pocelánové - Coicis semen - Jobovy slzy - shengyiren, yiyiren, hatomugi.

~~79,00 Kč~~

Prodejní cena se slevou

CENA (S DPH): 79,00 Kč

Sleva

[Ask a question about this product](#)

Výrobce [PRAGON](#)

**Původ:** Domovinou této jednoleté byliny vysoké až 2 metry je jihovýchodní Asie, tj. Čína a Indie. Ve své domovině roste ve vyšších nadmořských výškách, kde již rýže a kukuřice příliš neprospívá. Nalézá se též v tropické Africe, Brazílii a jižních oblastech USA. Latinský název byliny je *Coix lacryma-jobi* L.

**Čínské názvy:** shengyiren, yiyiren,

**japonské názvy:** juzudama, hatomugi

**Dávkování a balení**

Dle chuti, nejvíce však 10 - 30 g denně.

**Obsah balení** 100 g.

**Účinné látky:** Semena slzovky obsahují škrob, tuk, bílkoviny, aminokyseliny leucin, tyrosin, lysin. Triterpenoidy coixol, coixan, coixenolid a steroly stigmasterol a kampesterol. Protože jsou geneticky bližší spíše kukuřici než pšenici, měly by být bezpečné i pro osoby trpícími alergií na lepek.

**RECEPTY**

Slzovková voda, v Číně známá jako yimishui

Jedná se o nejjednodušší přípravu slzovky do podoby nápoje, který je možno podávat horký či vychládlý. Slzovku před vařením krátce opláchněte a namočte na cca 1 hodinu do vody, na 1 šálek slzovky 15 - 20 šáleků vody. Potom ji v té samé vodě vařte bez pokličky hodinu při mírném varu. A máte hotovo. Kromě pití odvaru můžete pojídat i uvařenou slzovku. Pro osvěžení chuti je možno vymačkat do šálku těsně před podáváním trochu citronu.

Příloha, kaše a polévky

Slzovka má podobné použití jako perlové kroupy, můžeme ji použít jako přílohu, třeba i v kombinaci s rýží, rozvařit ji na kaši či dávat jako přísadek do polévek.

Pokud chceme slzovku jako přílohu, není ji třeba dopředu namáčet, stačí ji jen předem propláchnout. Na 2 díly slzovky dejte 1 díl vody, uveďte do varu, potom na mírném ohni vařte nezakryté 50 - 60 minut, dokud se voda nevyvaří. Slzovku po odstavení promíchejte vařečkou. Jako i jiné zrniny můžeme slzovku buď vařit ve vodě, nebo v páře.

---