

Маркетинговая информация

Содержание омега-3 ПНЖК (8 суточных норм) делает чиа более ценным продуктом, чем лосось.

Содержание железа превышает все остальные продукты растительного происхождения.

На русскоязычных сайтах представлены данные о высоком содержании витаминов (А и Д).

Семена улучшают работу бронхо-лёгочной системы, лечат простудные заболевания.

Мексиканские виды чиа гораздо полезнее.

Чиа полезна только при смешивании с водой. При использовании в сухом виде или без запаривания бесполезна.

Красные семена наиболее ценны.

Состав уникален, резко выделяется из другого растительного зерна.

Увеличивает концентрацию и внимание у людей разных возрастов.

Растение обладает противораковым действием.

Хорошо удерживает воду.

Реальное положение вещей

Семена содержат растительные омега-3 ПНЖК. Они всасываются на 10-15% от омега-3 животного происхождения.

Нет. Упоминания о высоком содержании железа встречаются только в русскоязычной литературе.

Нет. Это не совпадает с данными USDA.

Нет. Эти свойства хорошо знакомого нам шалфея, а не чиа. Их приписывают растению ошибочно.

Нет. Для еды культивируется чиа белая, содержание полезных веществ в которой отличается в зависимости от сорта (и то незначительно), а не от места произрастания.

Нет. Это заблуждение возникло из обычая американских народов готовить из растения напитки.

Биологически активные вещества находятся в зёрнах и полезны уже в сыром виде.

Нет. Красный цвет зернышек говорит о недостаточной зрелости – такие семена не рекомендованы к употреблению.

Нет. Состав похож на другие семена: амаранта, кунжута, льна и т.д.

Да. Омега-3 действует на повышение внимания вне зависимости от возраста.

Да. Этот эффект омега-3 ПНЖК.

Да. Вес адсорбированной семенем воды выше в 12 раз его собственного веса.