



El kuzu es la raíz elaborada de la Pueraria Thumbergiana o Pueraria Hirsuta Matsum empleada, tradicionalmente, con la finalidad de combatir los trastornos intestinales, la fiebre, la debilidad y la fatiga.

DESCRIPCIÓN



Este alimento saludable proviene de la isla de Kyushu, concretamente de la prefectura de Kagoshima, donde se ha cultivado desde hace más de 100 años. Hoy en día, el 90% del kuzu japonés se produce en esta zona. El kuzu ecológico de Mimasa se prepara a partir de raíces de entre 5 y 10 años y de un peso de unos 10kg, unas características idóneas para una producción de la mejor calidad.

Es importante asegurar la pureza del kuzu frente a imitaciones modernas a base de harinas de arrurruz, patata dulce o maíz, que resultan más baratos, pero que no producen los efectos del producto genuino. Nuestro kuzu bio de Mimasa es de gran calidad y textura firme. Además, su pureza y el color blanco intenso son exclusivos de nuestro kuzu ecológico, fruto de la calidad de la raíz y las técnicas tradicionales utilizadas para su elaboración.

Elaboración del kuzu

La preparación del kuzu actual no ha sufrido casi variación desde hace siglos. Las raíces, que pueden llegar hasta dos metros de longitud hundidas en la tierra, se recogen durante el invierno. Una vez se recolectan las raíces de kuzu, se muelen y, posteriormente, se lavan con agua fría diversas veces para limpiarlas de impurezas hasta que el agua sale transparente. Por último, hay que dejar reposar el kuzu un mes y medio.





En resumen, su elaboración consiste en aislar los almidones, eliminando la fibra y las impurezas, y secándolo finalmente al aire libre.

Aplicaciones saludables del kuzu bio

La decocción de kuzu se ha usado, tradicionalmente, para favorecer la transpiración y aliviar la fiebre cuando se está constipado o con gripe. Los niños tienen una naturaleza yang, por lo que el carácter neutro del kuzu es muy adecuado.

Este alimento saludable extrae el exceso de agua de los intestinos y los lubrica. También, favorece un buen nivel de flora intestinal, mejora los síntomas de la diarrea y del estreñimiento, y restaura la fuerza del intestino para que recupere los movimientos peristálticos. Por ese motivo, está especialmente indicado para el estreñimiento del intestino dilatado a causa del exceso de café, azúcar, bebidas artificiales y fruta.

El kuzu procura un gran alivio en casos de gastroenteritis o cuando el estómago no tolera ningún líquido o sólido. En casos de úlcera de estómago, la capa gelatinosa protege las paredes del estómago y ayuda a cicatrizar la úlcera al cabo de unas semanas.

Poder relajante del kuzu ecológico

En Japón, el kuzu se utiliza como relajante muscular y estimulante de la circulación sanguínea, aliviando así la tensión muscular. Este condimento contiene isoflavonoides, por lo que ayuda en problemas relacionados con los vasos sanguíneos cerebrales como el dolor de cabeza, el cansancio ocular, el zumbido en los oídos, la irritación, el insomnio, etc. Además, su consumo contribuye a la estabilización del sistema nervioso vegetativo. El kuzu es también eficaz para disminuir las convulsiones y los espasmos de los niños y la rigidez en los ancianos, puesto que relaja el sistema nervioso parasimpático.

Las isoflavonas del kuzu relajan la tensión de los vasos sanguíneos, lo que conlleva que, consecuentemente, se reduzca la presión arterial. También, es eficaz en la prevención de ataques cardíacos, al relajar la arteria bucle, por un lado, y activar la circulación sanguínea, por otro. Según un estudio de los Proceeds of the National Academy of Science publicado en 1993, el extracto de kuzu es una alternativa natural en el tratamiento de la adicción al alcohol y al tabaco, frenando al consumo de ambos.

Raíces y otras plantas

Las raíces y otras plantas contienen múltiples propiedades beneficiosas para el organismo. Una adecuada preparación de la manera más tradicional garantizará la máxima calidad de estos alimentos.

VALORES NUTRICIONALES



Kuzu Bio 100 g

EAN: 8436032153421 FABRICANTE: MIMASA



- Energía-kJ1433
- Energía (kcal)337
- Grasas (g)0,0
- Hidratos de carbono (g)84,1
- - Azúcares (g)0,0
- Proteínas (g)0,0
- Sodio (g)0,018
- Sal0,04

FORMA DE CONSUMO

El kuzu de Mimasa se prepara diluyendo dos cucharaditas en un vaso de agua fría y luego hirviéndolo durante unos cinco minutos, hasta que adquiere una consistencia gelatinosa, incolora o rosada y casi transparente. Después, se aliña con Tamari ecológico o Tamari-shoyu ecológico. En preparaciones culinarias, se utiliza como espesante natural debido a su sabor insípido. Así, se puede diluir igualmente en agua fría y añadirlo durante los últimos minutos de cocción de sopas, verduras, potajes, tartas de verduras o de pasteles (extendiéndolo por su superficie antes de pasar al horno).

INGREDIENTES

El kuzu es la raíz de Pueraria Thumbergiana y Pueraria Hirsuta Matsum.

