Ada Bahaya Dibalik Nikmatny Petai , Gagal Ginjal Menghantui

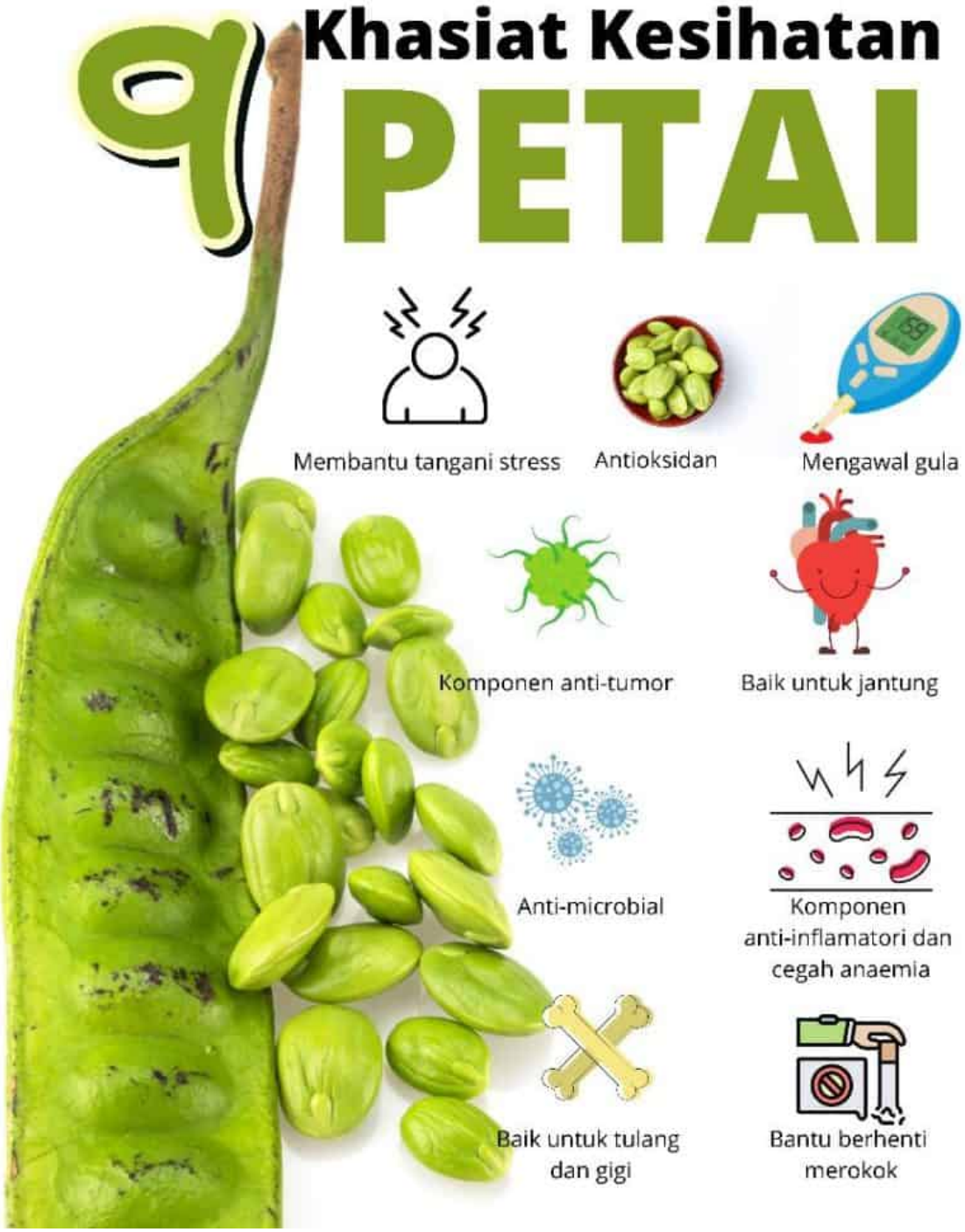
Prolite – Mengonsumsi petai menjadi salah satu penambah nafsu makan untuk beberapa orang namun ada juga yang tidak menyukai makanan ini.

Petai atau yang dikenal dengan nama perkia speciosa terkenal dengan memiliki harum yang khas ketika memakannya.

Makanan ini biasanya di olah dalam sejumlah masakan atau ada juga yang mengonsumsinya langsung dengan menggunakan sambal tanpa di olah kembali.

Baca Juga:Wajib Imunisasi Lengkap Cegah Tertular 6 Jenis Penyakit

Namun tidak banyak juga orang yang malas mengonsumsi makanan yang satu ini, pasalnya ketika selesai memakannya ia mempunyai ciri khas yang membuat mulut seseorang yang mengonsumsinya menjadi bau.


9 Khasiat Kesihatan
PETAI
Membantu tangani stress
Antioksidan
Mengawal gula
Komponen anti-tumor
Baik untuk jantung
Anti-microbial
Komponen anti-inflamatori dan cegah anaemia
Baik untuk tulang dan gigi
Bantu berhenti merokok

ecentral.my

Namun taukah kalian nyatanya petai ini mempunyai manfaat kesehatan dengan kaya vitamin dan mineral dalam kandungannya.

Makanan ini juga memiliki ekstrak dari polong dan biji yang mengandung polifenol, fitosterol, dan flavonoid total yang tinggi, juga kaya akan antioksidan. Manfaatnya, bisa menjaga kadar gula darah hingga melancarkan pencernaan.

Baca Juga:Kasus Influenza A Meningkat, Disdik Kota Bandung Memungkinkan PJJ



Baca Selanjutnya
Pernyataan Tegas NewJeans: Keluar dari ADOR dan HYBE, Berani Perjuangkan Nama