

Ученые нашли новые полезные свойства черного риса

Ученые из Университета Луизианы (Louisiana State University), США, обнаружили, что в столовой ложке черного риса содержится гораздо больше полезных веществ, чем в так называемых "суперпродуктах", сообщает британское издание The Telegraph.

Исследователи выяснили, что черный рис содержит в себе много антиоксидантов, антоцианов, волокон и витамина Е. "Столовая ложка черного риса содержит гораздо больше антиоксидантов, антоцианов, чем черника. Также в рисе меньше сахара и больше витамина Е", - говорит доктор Чжиминь Сюй (Zhimin Xu), один из ученых, проводивших исследование.

"Если ягоды активно добавляются в продукты, которые считаются полезными для здоровья, почему бы не начать добавлять и отруби черного риса, например, в печенье, завтраки, торты. Ведь в рисе содержится не меньше полезных веществ, чем в ягодах", - рассуждает ученый.

Специалисты уверены: из-за большого содержания антиоксидантов черный рис будет полезен тем, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями, раком и др.

Интересно, что второе название риса - "запрещенный рис". Дело в том, что в древности потреблять его в пищу имели право только состоятельные люди, а для простого народа он был запрещен.

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)