**ZAČIMBA GALGANT MLETI, BIO**

Galgant ali galanga je ingverju podobna začimba. Gorska galanga, doma v Indoneziji je večja, navadna galanga iz južne Kitajske pa je manjša. Svežo koreniko uporabljajo po vsej jugovzhodni Aziji za pripravo karijev in enolončnic, omak in začimbnih omak (sambal). Na Tajskem je osnovna sestavina karijev v prahu in je celo bolj priljubljen kot ingver. Z galgantom prekrivajo neprijeten vonj rib in morskih sadežev, obogatijo številne pekoče in kisle juhe, najpomembnejši pa je v priljubljeni juhi iz kokosovega mleka in piščančjega mesa (##tom kha kai##). V prah zmleta korenika je del začimbnih mešanic po vsem Bližnjem vzhodu in v severni Afriki. Brez galganta ni maroškega ## ras el hanouta##, pa tudi ne jetrnih klobas in medenjakov v nekaterih evropskih kuhinjah. Rusi z njim začinjajo ##nastojko## (liker, oslajena grenčica z galango), Hildegarda Bingenska, bržkone najslavnejša zdravilka srednjega veka, pa ga je tako cenila, da ga je imenovala kar »rastlina življenja«.

**Sestavine**: galgant\*. \*Iz nadzorovane ekološke pridelave; nadzorno mesto: AT-BIO-301. Kmetijstvo izven EU. Država porekla: Indonezija.

**Povprečna hranilna vrednost na 100 g**:

|  |  |
| --- | --- |
| energijska vrednost | 1.297 kJ (313 kcal) |
| maščobe | 1,0 g |
| od tega nasičene maščobe | 0,4 g |
| ogljikovi hidrati | 32,9 g |
| od tega sladkorji | 4,9 g |
| beljakovine | 5,6 g |
| sol | 0,04 g |

Neto količina: **35 g**

Hranite v suhem in hladnem prostoru.

Proizvaja: Sonnentor GmbH, 3910 Sprögnitz 10, Avstrija