



สรรพคุณของเคล*

- มีไฟเบอร์สูง ช่วยลดความเสี่ยง "โรคเบาหวาน"
- ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด ป้องกันโรคความดันสูง
- มีลูทีนและซีแซนทีนสูง ช่วยปกป้องดวงตา
- มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง ป้องกันมะเร็ง
- มีคลอโรฟิลล์สูง ช่วยดักจับสารก่อมะเร็ง
- มีโพแทสเซียม ช่วยส่งเสริมสุขภาพหัวใจ
- ช่วยลดน้ำหนักได้ดีขึ้น
- มีเบต้าแคโรทีนและวิตามินเอ ช่วยบำรุงผิวหนังและเส้นผม

ผักเคล "ราชินีแห่งผักใบเขียว"

ผักเคล หรือที่รู้จักในอีกชื่อว่า คะน้าใบหยิก (CURL LEAF KALE) เป็นที่เลื่องชื่อว่าเป็น ราชินีแห่งผักใบเขียว

- **ลักษณะภายนอกและรสชาติ**
 - ใบ : เขียวเข้ม ขอบใบหยิกฟอย
 - รสชาติ : หวาน กรอบ

รับประทานสดในรูปแบบสลัดและแกเล็มอาหารรสจัด เช่น ยำ และสลัดต่างๆ หรือนำมาผัดกับเนื้อสัตว์ต่างๆ ก็ได้

- **ประเภทของ KALE**
 - GREEN KALE
 - DINOSAUR KALE
 - SIBERIAN KALE

“

Kale @ ปทุม

”

- พื้นที่ปลูก : วิชากิจชุมชนสวนเราเกษตรอินทรีย์ (ลุงพจญ) ต.บึงบา อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี ผลิตภายใต้มาตรฐาน Organic Thailand
- วิชากิจแปรรูป : พงเคลสดกัฒเข้มน้ช้ กายใต้ช้ "THAN" ใต้รับมาตรฐาน GMP HACCP และ สำนัคงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.)



ข้อมูล : วิชากิจชุมชนสวนเราเกษตรอินทรีย์ และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี *กรุงเทพฯ