



ఆహార ఉత్పత్తులు

ఆరోగ్యంగా తినండి, ఆరోగ్యంగా జీవించండి



యాంటీ ఆక్సిడెంట్ టీ

అస్సాంలోని గ్రీన్ టీ తోటల నుండి సేకరించిన యాంటీ ఆక్సిడెంట్ టీ ప్రత్యేకంగా సిటీసి టీ ఆకులతో తయారు చేయబడింది. వివిధ ప్రయోజనాలు మరియు యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలతో సమ్మర్థిగా ఉన్న ఈ ఉత్పత్తి అనేక ఆరోగ్య రుగ్మతలను తొలగించడానికి, మిమ్మల్ని ఫిట్లా మరియు చురుకుగా ఉంచడానికి మరియు మీ శరీరాన్ని నిర్విషీకరణ చేయడానికి సహాయపడుతుంది (11, 12). మంచి ఆరోగ్యంతో మీ రోజును ప్రారంభించండి మరియు రోజంతా చురుకుగా ఉండండి..

కావల్సిన పదార్థాలు: అస్సాం టీ ఆకులు.

సూచనలు: వృద్ధాప్యం మరియు దీర్ఘకాలిక వ్యాధులను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. నోటి మరియు దంత ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకుంటారు. రోజంతా మిమ్మల్ని ఫ్రెష్గా, యాక్టివ్ గా ఉంచుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఒక కప్పు వేడినీళ్లు తీసుకోండి. ఆ నీటిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్ టీ వేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని కలపాలి. మంచి ఆరోగ్యాన్ని ఆస్వాదించండి.

నికర పరిమాణం: 250 గ్రా. ఎం ఆర్ పి: ₹145/-

హిమాలయన్ బెర్రీ మరియు మూలికలతో గ్రీన్ టీ

హిమాలయన్ బెర్రీ & హెర్బ్స్ తో గ్రీన్ టీ రుచి, శక్తి, ఆరోగ్యం మరియు నిర్విషీకరణ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. గ్రీన్ టీ ఆకులు, బెర్రీ సీడ్, డాల్చిని, సోంత్, పసుపు ఇతర మూలికా పదార్థాలతో పాటు ప్రధాన పదార్థాలు. ఇది కేవలం రిఫ్రెషింగ్ టీ, దీని ఫలితంగా శక్తివంతమైన మనస్సు మరియు శరీరం ఏర్పడుతుంది. టీ బ్యాగుల్లో ప్యాక్ చేసిన దీన్ని తయారు చేయడం చాలా సులభం. ఇది కేవలం ఉదయం లేదా సాయంత్రం టీ కాదు, ఇది ఆల్ టైమ్ టీ.

కావల్సిన పదార్థాలు: గ్రీన్ టీ ఆకులు, బెర్రీ సీడ్, డాల్చిని, సోంత్.

సూచనలు: హిమాలయన్ బెర్రీ & హెర్బ్స్ తో కూడిన గ్రీన్ టీ మొత్తం ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. దీని మూలికా పదార్థాలు వాత, పిత్తి మరియు కఫాన్ని సమతుల్యం చేయడానికి సహాయపడతాయి. ఇది బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తిని కూడా పెంచడంలో సహాయపడుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఖాళీ కప్పులో టీబ్యాగ్ ఉంచి అందులో మరుగుతున్న నీటిని పోయాలి. టీ బ్యాగ్ మునిగిపోనివ్వండి. ఒక నిమిషం పాటు ముంచి ఉంచండి. రోజుకు రెండుసార్లు లేదా వైద్యుడు సూచించిన విధంగా తీసుకోవచ్చు.

నికర పరిమాణం: 2 గ్రా. x 20 పర్చులు. ఎం ఆర్ పి: ₹200/-



స్వచ్ఛమైన కాఫీ

స్వచ్ఛమైన కాఫీ ఆరోగ్యకరమైనది, పోషకమైనది మరియు రుచికరమైనది. ప్యూర్ కాఫీ యొక్క ప్రతి సిప్ లో శక్తితో మిళితమైన రుచిని అనుభవించండి.

కావల్సిన పదార్థాలు: కాఫీ బీన్స్.

సూచనలు: స్వచ్ఛమైన కాఫీ మీ శారీరక పనితీరును పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది దృష్టి పెట్టడానికి మరియు అప్రమత్తంగా ఉండటానికి మీకు సహాయపడుతుంది. మరో మాటలో చెప్పాలంటే ఇది సోమరితనానికి పరిష్కారం.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఒక కప్పు వేడి పాలు తీసుకోండి. అందులో ప్యూర్ కాఫీ వేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని కలపాలి. మంచి ఆరోగ్యాన్ని ఆస్వాదించండి.

నెట్ క్యూటీ: 50 గ్రా. ఎం ఆర్ పి: ₹175/-



ధనియా పొడర్

వంటగదిలో కీలక పదార్థంగా చేయడం ద్వారా ధనియా పొడర్ తో వంటకాలకు సుగంధ స్పర్శ ఇవ్వండి. ధనియా పొడర్ దాని ప్రత్యేకమైన రుచితో పాలు విలక్షణమైన వాసన మరియు తీవ్రమైన రుచిని కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో సింథటిక్ కలర్ లేదా ప్రెజర్వేటివ్స్ ఉండవు.

కావల్సిన పదార్థాలు: కొత్తిమీర (ధనియా).

సూచనలు: ధనియా పొడర్ నా కూరలు, గ్రేవీలు మరియు వంటకాల్లో ముఖ్యమైన పదార్థం. ఇది తేలికపాటి కానీ విలక్షణమైన వాసనను కలిగి ఉంటుంది. ఇది ఆహ్లాదకరమైన రుచిని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది ఆకలిని మెరుగుపరచడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: రుచి మరియు రుచిని పెంచడానికి మరియు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందడానికి ఏదైనా వంటకానికి చిన్న పరిమాణంలో జోడించవచ్చు. చల్లని మరియు పొడి ప్రాంతంలో గాలి చొరబడని జార్లో సరిగ్గా నిల్వ చేయండి.

నికర పరిమాణం.: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹55/-



శనగ మసాలా పొడర్

శనగ మసాలా పొడర్ ను ఎటువంటి పురుగుమందులు, రసాయనాలు, కృత్రిమ ఆహార రంగులు లేదా సారం లేకుండా సహజ ప్రక్రియలలో తయారు చేస్తారు. మిరపకాయలు, దాల్చినచెక్క, కొత్తిమీర, మెంతులు, సోంపు, అల్లం మొదలైనవి ఈ మసాలాను ఏర్పరుస్తాయి. మీరు చేయాల్సిందల్లా, శనగలను ఉడకబెట్టి, అందులో శనగ మసాలా పొడర్ కలపండి, వెంటనే శనగలు సిద్ధంగా ఉంటాయి. దీనికి అదనంగా నెయ్యి, నూనె, ఉప్పు, టమాటా, ఉల్లిపాయ లేదా అల్లం అవసరం లేదు.

కావల్సిన పదార్థాలు: ధనియా, కాళీ మిర్చి, లాల్ మిర్చి మరియు జింజర్.

సూచనలు: ఇది విలక్షణమైన వాసనను కలిగి ఉంటుంది మరియు ఆహ్లాదకరమైన రుచిని ప్రభావితం చేస్తుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: 1 కిలో శనగలు (తెల్ల శనగలు), 200 గ్రాముల కాయధాన్యాలు (పప్పు) 10 గ్రాముల బేకింగ్ సోడాను రెట్టింపు పరిమాణంలో నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టి, ఉదయాన్నే మరిగించాలి. ఉడికించిన శనగలు (తెల్ల శనగలు)లో ఒక ప్యాకెట్ చనా మసాలా పొడర్ జోడించండి. అవసరాన్ని బట్టి ఉడికించి నీరు ఎక్కువగా ఉంతు తక్కువ మంట మీద ఉడికించాలి.

నికర పరిమాణం.: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹115/-



చాట్ మసాలా పొడర్

చాట్ మసాలా పొడర్ అనేది రుచిని పెంచే మూలికల మిశ్రమం, ఇది మీ ఆహారానికి రుచిని జోడిస్తుంది. ఇందులో ఆమ్లూర్, డాల్చిన, జీలకర్ర, కొత్తిమీర, ఎండబెట్టిన అల్లం, ఉప్పు, నల్ల మిరియాలు, మామిడి పొడి, ఆవాలు, మిరపకాయల పొడి ఉంటాయి. చాట్ మసాలా అనేది టిక్కీ, భలే, పావీ, భేల్ పురి లేదా వండ్లు మరియు కూరలు ఏదైనా రుచికరమైన పొడి.

కావల్సిన పదార్థాలు: జీలకర్ర, లవంగం, డాల్చిన మరియు అల్లం.

సూచనలు: ఆహారానికి పోషక విలువలను జోడించి రుచికరంగా చేస్తుంది. త్రిదోష వినాశకుడిగా పనిచేస్తుంది. వాంతులు, గ్యాస్ట్రిక్, జీర్ణ సమస్యలు మరియు ఉబ్బరం కోసం సహాయపడుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: పెరుగు, రైతా, లసీనీ, నిమ్మరసం లేదా జ్యూస్ చల్లాలి. చాట్ మసాలా పొడర్ను వేయించిన లేదా ముడి జున్ను, సలాడ్, ఫ్రూట్ చాట్, బంగాళాదుంప చాట్, బార్బెక్యూ చికెన్, ఫిష్ ఫ్రైడ్, ఉడికించిన గుడ్లు లేదా బ్రెడ్ టోప్పై చల్లవచ్చు. మెరుగైన రుచి కోసం వండిన వంటకాలపై చాట్ మసాలా పొడర్ జోడించండి.

నికర పరిమాణం.: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹105/-





సాబూట్ జీలకర్ర

సబూట్ జీరా భారతీయ వంటకాలకు ఒక అనివార్యమైన ఆహార మసాలా దినుసు. బాగా ఉపయోగించే ఈ కీచెన్ మసాలాలో ఔషధ గుణాలు కూడా ఉన్నాయి.

కావల్సిన పదార్థాలు: మొత్తం జీలకర్ర.

సూచనలు: మొత్తం జీలకర్ర యొక్క యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలు ఆహారం ద్వారా సంక్రమించే అంటువ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. వేడినీటితో తీసుకుంటే జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహించి కడుపునొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. ఆహారంలో నియంత్రిత మొత్తం ఆరోగ్యకరమైన శ్వాసక్రియకు మద్దతు ఇస్తుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: వంట చేసేటప్పుడు కొద్దిగా సాబూట్ జీలకర్ర కలిపితే భోజనం మరింత రుచికరంగా, రుచికరంగా ఉంటుంది. మంచి రుచి కోసం సలాడ్ పై చల్లుకోవచ్చు.

నికర పరిమాణం: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹135/-

సేంద నమక్

సేంతా నమక్ అనేది కేవలం ఉప్పు మాత్రమే కాదు, ఇది నమ్మదగిన ఉప్పు. సేందతో ఆహారాన్ని సీజన్ చేయండి నమక్ దీన్ని రోజువారీ ఆహారంలో ముఖ్యమైన పదార్థంగా చేసుకోండి. ఇందులో సింథటిక్ కలర్ లేదా ప్రజెర్వేటివ్స్ ఉండవు.

కావల్సిన పదార్థాలు: సైంధవ లవణ (రాక్ సాల్ట్)

సూచనలు: సేందా నమక్ ఆహార రుచిని మెరుగుపరుస్తుంది. పవిత్ర నవరాత్రుల సమయంలో ఉపవాస దీక్ష చేసే భక్తులకు ఇది చాలా ఇష్టమైనది. పొటాషియం, మెగ్నీషియం, కాలియం, సల్ఫేట్, ఐరన్, సోడియంతో సహా అనేక ఇతర ఖనిజాలు మరియు పదార్థాల జాడ స్థాయిలను సేంతా నమక్ అందిస్తుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ప్రత్యక్ష వినియోగం కోసం లేదా వివిధ రకాల ఆహారాలకు ఒక పదార్థంగా ఉపయోగించవచ్చు. తెరిచిన తర్వాత, దానిని ఎయిర్-టైట్ కంటైనర్లు, బదిలీ చేయండి.

నికర పరిమాణం: 500 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹95/-



పసుపు పొడర్

పసుపు పొడి రుచికరమైన వంటకాలకు అందమైన పసుపు రంగు మరియు గొప్ప రుచిని ఇస్తుంది. ఇది రుచికరమైన వంటకాలకు అందమైన పసుపు రంగు మరియు గొప్ప రుచిని ఇస్తుంది. ఎలాంటి అదనపు ఆహార రంగులు లేదా రుచులు లేకుండా అద్భుతమైన పరిశుభ్రమైన పరిస్థితులలో ఐఎస్ఐ పసుపు పొడిని తగిన శ్రద్ధతో తీసుకువచ్చింది. యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీ వైరల్, యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ వంటి వైద్యం లక్షణాల యొక్క నమ్మకశక్యం కాని జాబితాలో ఉన్నాయి.

కావల్సిన పదార్థాలు: హల్దీ.

సూచనలు: యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ స్వభావం కలిగి ఉండటం వల్ల, ఇది గాయాలను వేగంగా నయం చేయడానికి సహాయపడుతుంది, జలుబు నుండి నివారిస్తుంది మరియు రోగనిరోధక శక్తిని బలంగా చేస్తుంది. నోచురల్ హెర్బల్ యాంటీసెప్టిక్ గా ఉపయోగించబడుతుంది మరియు చర్మ పునరుద్ధింపనం కోసం ఉభయాల లేదా ఫేస్ వ్యాక్ లలో ఉపయోగించవచ్చు. రక్షశుద్ధికి మంచిది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: మీ ఆహారంలో పరిమాణం మరియు రుచిని బట్టి జోడించండి. రాత్రిపూట పాలతో తాగండి.

నికర పరిమాణం: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹77/-

గరం మసాలా పొడర్

గరం మసాలా పొడర్ను కాఫీ & నఫ్డే మిర్చి, జీలకర్ర, ధనియా, లావాంగ్, దల్చిని, జైఫాల్, అల్లం, పెద్ద ఎలకురి మిరియం తేజ్ పళ్లతో సహా మెజారిటీ మూలికలు మరియు అవసరమైన మసాలా దినుసులను కలపడం ద్వారా తయారు చేస్తారు. వాటిలో ప్రతి ఒక్కటి అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటాయి మరియు ఆహారాన్ని మరింత ప్రామాణికంగా మరియు సువాసనగా మారుస్తాయి. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంపొందించుకోవడానికి, నోపి వాపు, గ్యాస్ట్రో సమస్యలు మరియు గుండె కాలిన గాయాలను స్వీకరించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది వృద్ధాప్య ప్రక్రియను మందగించడానికి మరియు బరువు తగ్గడాన్ని ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడుతుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: కాఫీ మిర్చి మరియు జీరా.

సూచనలు: ఆహారానికి పోషక విలువలను జోడిస్తుంది మరియు దానిని రుచికరంగా మరియు స్పైసీగా చేస్తుంది. త్రిదోష వినాశకుడిగా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇది ఉబకాయాన్ని నివారిస్తుంది మరియు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. గుండెను బలోపేతం చేయడానికి మరియు జ్ఞాపకశక్తిని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఉడికించిన కూరగాయలపై కొద్దిగా గరం మసాలా పొడి చల్లాలి. గరం మసాలా పొడర్ తో వండిన కూరగాయను ఆస్వాదించండి.

నికర పరిమాణం: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹130/-



లాల్ మిర్చి పొడర్

లాల్ మిర్చి పొడర్ను తాజా మరియు వివిధ రకాల ఎర్ర మిరపకాయలతో పూర్తి పరిశుభ్రమైన పద్ధతిలో తయారు చేస్తారు. ఎలాంటి రసాయనాలు, ఎరువులు, ఆహార రుచులు, రంగులు వేసుకోరు. ఏదైనా వంటకానికి లాల్ మిర్చి పొడర్ జోడించండి. ఇది విలక్షణమైన రుచిని, సువాసనను ఇస్తుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: లాల్ మిర్చి.

సూచనలు: ఆహారానికి పోషక విలువలను జోడిస్తుంది మరియు దానిని రుచికరంగా మరియు స్పైసీగా చేస్తుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: కూరగాయలు వండేటప్పుడు లాల్ మిర్చి పొడర్ చల్లండి. లాల్ మిర్చి పొడర్ తో మీ వండిన కూరగాయను ఆస్వాదించండి.

నికర పరిమాణం: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹105/-



కిచెన్ కింగ్ పొడర్

సుగంధ వంటగది కింగ్ పొడర్ రుచి, రుచిని జోడిస్తుంది మరియు ఆహారం యొక్క తాజాదనాన్ని నిలుపుకుంటుంది. ఇది మంట నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది మరియు రక్త ప్రసరణను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది ఎటువంటి పురుగుమందులు, రసాయనాలు, కృత్రిమ ఆహార రంగులు లేదా నారం లేకుండా సహజ ప్రక్రియలలో తయారవుతుంది. ఈ మసాలా వంటకాల్లో అద్భుతమైన సువాసన మరియు అద్భుతమైన రుచిని జోడిస్తుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: నల్ల మిరియాలు, ఎండు అల్లం, మెంతులు, జాజికాయ, లవంగాలు, కాసియా, దాల్చినచెక్కెన, సోంపు, కారవే, ఆవాలు, నల్ల యాలకులు, ఆవాలు, వైట్ సాల్ట్, కొత్తిమీర, జీలకర్ర, మిరపకాయలు, పసుపు, పప్పు.

సూచనలు: చాలా మంచి ఆకలి మరియు మంచి ఉద్దీపన. ఆహారానికి సువాసనను ఇస్తుంది మరియు దానిని రంగురంగులు మరియు రుచికరమైనదిగా చేస్తుంది. జీర్ణక్రియ, రక్త ప్రసరణ, ఒత్తిడి నిర్వహణలో కూడా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. జీవక్రియ, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: మీడియం టెంపరేచర్ మీద నూనె వేడి చేయాలి. సోజిన్ వచ్చే వరకు రుచిని అనుగుణంగా కూరగాయలు మరియు ఉప్పు జోడించండి. మీరు 1 కిలోలో 25 గ్రా కిచెన్ కింగ్ పొడర్ జోడించవచ్చు. కూరగాయలు కొన్ని నిమిషాలు ఉడికించాలి. పాపాపనీర్, మిక్స్డ్ వెజిటబుల్స్ వంటి వంటకాలకు తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇతర మసాలా దినుసులు వాడకూడదు.

నికర పరిమాణం: 100 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹110/-





మిక్స్ బెర్రీ జామ్

పండ్లతో నిండిన మిక్స్ బెర్రీ జామ్ కేవలం రొట్టెతో తీసుకోవడానికి రుచికరమైన పదార్థం కాదు, ఇది పండ్ల యొక్క మంచి పదార్థం. మిక్స్ బెర్రీ జామ్ రుచికరమైనది మరియు ఆరోగ్యకరమైనది. రొట్టెలు రుచికరంగా ఉండాలంటే పండ్లలోని సుగుణాలు మళ్ళీ మళ్ళీ రుచి చూడటానికి ఇష్టపడతారు. నిజమైన అర్థంలో ఇది రుచికరమైనది.

కావల్సిన పదార్థాలు: స్ట్రాబెర్రీ, కేప్ గూస్బెర్రీ, క్రాన్బెర్రీ, మల్యరీ.

సూచనలు: మిక్స్ బెర్రీ జామ్ దాని అధిక-నాణ్యత తయారీ మరియు ఆరోగ్యకరమైన పదార్థాల కారణంగా రొట్టెను రుచికరంగా చేస్తుంది. మరో మాటలో చెప్పాలంటే, మీరు మిక్స్ బెర్రీ జామ్ ఆకారంలో ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకుంటున్నారు. ఇది రుచితో పాటు ఆనందాన్ని ఇస్తుంది. ఇది నిజంగా ప్రకృతి రుచి.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఫుడ్లమైన మరియు పొడి చెంచా లేదా కత్తితో జామ్ను తీయండి. ఇది రొట్టెపై వ్యాప్తి చెందడంతో పాటు కేక్ పారల మధ్య కూడా వ్యాప్తి చెందుతుంది.

నికర పరిమాణం.: 300 గ్రా. ఎమ్ ఆర్ పి: ₹135/-

మామిడి పచ్చడి

కలబంద మరియు సీ బక్లెట్ లతో సమ్మిడిగా ఉన్న మామిడి పచ్చడి విత్తనరహితంగా ఉంటుంది. ఇందులో ఉల్లి, వెల్లుల్లి ఉండవు. మ్యాంగో ఊరగాయ ఖచ్చితంగా భోజనాన్ని రుచికరంగా చేస్తుంది ఎందుకంటే ఇది ఖచ్చితమైన రుచితో కూడిన ఖచ్చితమైన ఊరగాయ. దాని రుచి ఇంద్రియాలను తాకుతుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: మామిడి, రాతి ఉప్పు, మెంతులు, నిగల్లా విత్తనాలు.

సూచనలు: లిప్ స్కాకింగ్ మ్యాంగో ఊరగాయ భోజనంతో తీసుకునేటప్పుడు రుచిగా ఉంటుంది. రుచిని అందించడమే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. ఇది శరీరవ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తుంది. అయోడైజ్డ్ ఉప్పు, రాతి ఉప్పు, నల్ల మిరియాలు, జీలకర్ర వంటి పదార్థాలు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. మామిడి పచ్చడిలో పోషకమైన కంటెంట్ ను భద్రపరుస్తారు.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: మ్యాంగో ఊరగాయతో ఆహారాన్ని సైక్ చేయండి. అన్నం లేదా పరాంత లేదా చపాతి ఏదైనా భోజనంతో తినవచ్చు. ఉపయోగించే ముందు బాగా కదిలించండి.

నికర పరిమాణం.: 250 గ్రా. ఎమ్ ఆర్ పి: ₹120/-



పచ్చిమిర్చి పచ్చడి

వెల్లుల్లి లేదా మరియు ఉల్లిపాయ లేదా, కలబంద మరియు సీ బక్లెట్ సమ్మిడిగా ఉంటుంది, పచ్చిమిర్చి పచ్చడి రుచి మొగ్గలను ఉత్తేజపరుస్తుంది. ఖచ్చితంగా ఇంట్లో తయారుచేసిన మాదిరిగానే, ఇది రుచికరంగా ఉంటుంది. ఇది రుచికరంగా ఉండటమే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు చేస్తుంది ఎందుకంటే ఇది ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: కారం, అయోడైజ్డ్ ఉప్పు, ఆవనూనె, కలబంద.

సూచనలు: పచ్చిమిర్చి పచ్చడిలో పోషకాలు, డైటరీ ఫైబర్ వున్నట్లుగా ఉంటాయి. ఇది మెరుగైన జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది మరియు సహాయపడుతుంది. పచ్చిమిర్చి విటమిన్లు మరియు ఇనుము యొక్క సహజ మూలం కాబట్టి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంగా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఉపయోగించే ముందు బాగా కదిలించండి. భోజనంతో పాటు తక్కువ పరిమాణంలో పచ్చిమిర్చి ఊరగాయ తీసుకోవడం ద్వారా ఆహారం యొక్క అదనపు రుచిని ఆస్వాదించండి.

నికర పరిమాణం.: 250 గ్రా. ఎమ్ ఆర్ పి: ₹120/-



హెర్బల్ మిక్స్ వెజ్ సూప్

కేవలం రుచి కోసం సూప్ మాత్రమే కాదు, హెర్బల్ మిక్స్ వెజ్ సూప్ ఒక నేచురల్ సప్లిమెంట్, ఇది శక్తి మరియు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. పోషకాలతో నిండిన హెర్బల్ మిక్స్ వెజ్ సూప్ రుచికరమైన మరియు ఆరోగ్యకరమైన రహస్యాలతో నిండి ఉంటుంది. ఇది అలసటతో పోరాడుతుంది మరియు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. నిజంగా ఇది ఆరోగ్య స్పృహ ఉన్నవారికి ఆరోగ్యకరమైన సూప్.

కావల్సిన పదార్థాలు: క్యాబేజీ, క్యారెట్, బచ్చలికూర మరియు క్యాప్సికమ్.

సూచనలు: హెర్బల్ మిక్స్ వెజ్ సూప్ లో పోషక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి మరియు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. ఇది పోషకాల యొక్క పవర్ఫుల్ మరియు ప్రైబర్, విటమిన్లు మరియు ఖనిజాల యొక్క గొప్ప మూలం. ఇది జీర్ణక్రియ మరియు గుండె పనితీరును ప్రోత్సహిస్తుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: హెర్బల్ మిక్స్ వెజ్ సూప్ మిశ్రమాన్ని 150 మిల్లీలీటర్ల మరుగుతున్న నీటిలో పోయాలి. మెత్తగా కదిలించు మరియు సూప్ సిద్ధంగా ఉంది. ఆరోగ్యకరమైన మరియు రోగనిరోధక బూస్టర్ హెర్బల్ మిక్స్ వెజ్ సూప్ ను ఆస్వాదించండి.



నికర పరిమాణం: 10జిఎంఎక్స్10 పౌచెస్ ఎం ఆర్ పి: ₹165/-

అలో ఆమ్లా క్యాండ్

వివిధ ప్రభావవంతమైన సహజ పదార్థాలతో సమృద్ధిగా ఉన్న కలబంద ఉసిరికాయ క్యాండ్ గొంతు నొప్పి, జలుబు, మలబద్ధకం, జ్వరం, విరేచనాలు మరియు విరేచనాలు వంటి ఆరోగ్య సమస్యలకు సహాయపడుతుంది. కలబంద ఆమ్లా క్యాండ్ రోగనిరోధక మరియు జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరచడానికి, గుండె, కాలేయం, దంతాలు మరియు ఎముకలను బలోపేతం చేయడానికి, రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడానికి, కొలెస్ట్రాల్ను నిర్మూలించడానికి, కంటి చూపును పెంచడానికి మరియు జాబ్బు పెరుగుదలను ప్రోత్సహించడానికి సహాయపడే ఉత్పత్తి. ఇది 4 విభిన్న రుచులలో వస్తుంది: కలబంద ఉసిరి తీపి మిఠాయి, కలబంద ఆమ్లా స్ట్రైప్ మిఠాయి, కలబంద ఉసిరికాయ (పాన్) రుచిగల మిఠాయి మరియు అలో ఆమ్లా బ్లూకెరెంట్ ఫ్లేవర్ మిఠాయి.

కావల్సిన పదార్థాలు: కలబంద, ఉసిరి, పిప్పలి మరియు నిమ్మకాయ.

సూచనలు: జలుబు, గొంతునొప్పి, జ్వరం, విరేచనాలు వంటి అనేక ఆరోగ్య వ్యాధులతో పోరాడటానికి సహాయపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తిని, జీర్ణ వ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె, కాలేయం, దంతాలు, ఎముకలను బలోపేతం చేస్తుంది. రక్తాన్ని శుద్ధి చేసి కొలెస్ట్రాల్ ను నిర్మూలిస్తుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది మరియు జాబ్బు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ప్రతిరోజూ 25 గ్రాముల కలబంద ఆమ్లా క్యాండ్ తీసుకోండి.

నికర పరిమాణం: 200 గ్రా. ఎమ్ ఆర్ పి: ₹140/-

ఆహార



బాదం-ఇ-ఖీర్

బాదం-ఇ-ఖీర్ అనేది చాలా అభివృద్ధి చెయ్యబడిన రిడి-టు-ఈట్ రైస్ పుడ్డింగ్ ఏదీ లేకుండా, సింథటిక్ రంగులు లేదా ప్రీజర్వేటివ్స్, ఇది శరీరానికి వివిధ అవసరమైన పోషకాలను అందిస్తుంది, అదే సమయంలో ఇంట్లో వండినంత రుచిగా ఉంటుంది. బాదం, ఎలకుచి మరియు ఇతర మూలికలు మరియు అనేక ఇతర సహజ పదార్థాలను గుణాత్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది, దాని ప్రతికూలు ఆరోగ్యకరమైన రుచిని కలిగి ఉంటుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: కలబంద, బాదం, బియ్యం మరియు ఎలకులు.

సూచనలు: రుచిలో రుచిగా ఉంటుంది. సులభంగా ఉడికించవచ్చు. అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటుంది. సింథటిక్ రంగులు లేదా ప్రీజర్వేటివ్ లు జోడించబడవు.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: బాదం-ఇ-ఖీర్ ప్యాకెట్ తెరిచి, 1 కిలో మరుగుతున్న పాలలో కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని 20 నిమిషాల పాటు తక్కువ మంటపై ఉంచాలి. దీన్ని చల్లార్చి ఫ్రీజ్ లో పెట్టాలి. చల్లారిన తర్వాత, వంటకాన్ని బయటకు తీసి ఆరోగ్యకరమైన మరియు రుచికరమైన బాదం-ఇ-ఖీర్ను ఆస్వాదించండి.

నికర పరిమాణం.: 140 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹120/-



కేసర్ కుల్చీ ఫలూడా

సహజ మూలికలతో సమృద్ధిగా ఉన్న కేసర్ కుల్చీ ఫలూడా డెజర్స్ తినడానికి అద్భుతంగా అభివృద్ధి చెయ్యబడింది. ఈ అద్భుతమైన ఆహార ఉత్పత్తి, దాని గొప్ప రుచి మరియు కార్బోహైడ్రేట్లతో లోడి చెయ్యబడింది, తక్షణ శక్తిని అందిస్తుంది. కేసర్, బాదం మరియు అనేక ఇతర సహజ పదార్థాలతో సమృద్ధిగా ఉన్న ఇది రుచి మరియు ఆరోగ్యం యొక్క సరైన కలయిక.

కావల్సిన పదార్థాలు: బాదం, పిస్తా, కుంకుమపువ్వు, సబ్బ సిడ్స్, అలోవెరా ఎక్స్ట్రా, అర్రున ఎక్స్ట్రా, బ్రాహ్మీ ఎక్స్ట్రా, మరియు అశ్వగంధ ఎక్స్ట్రా.

సూచనలు: రుచికరమైన, ఆరోగ్యకరమైన, తాజా మరియు తయారు చేయడం సులభం. సహజ పదార్థాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది, ఇది శక్తి స్థాయిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: 1 కిలో కాచిన పాలలో 180 గ్రాముల కేసర్ కుల్చీ ఫలూడా కలపాలి. తక్కువ మంట మీద 20 నిమిషాలు బాగా కలియబెట్టాలి. దీన్ని చల్లార్చి 20 నిమిషాల పాటు ఫ్రీజ్ లో ఉంచాలి. దీన్ని బయటకు తీసి మీ రుచికరమైన ఆరోగ్యకరమైన ఫలూడా సర్వీస్ చెయ్యడానికి సిద్ధంగా ఉంది.

నికర పరిమాణం.: 180 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹120/-



టామాటో కెచప్

మీరు మీ ఆహారానికి ఉత్తమమైన సహాయం కోసం చూస్తున్నట్లయితే, ఫ్రెంచ్ డ్రెస్, హాట్ డాగ్స్, పకోడీలు, సమోసాలు, నూడుల్స్, సుండి లైన్ వరకు మీ ఫ్లేట్ ను మరింత రుచికరంగా చేయాలనుకుంటున్నారా, ఆపై టామాటో కెచప్ వైపు మళ్లండి. మీరు ఖచ్చితంగా ఆహారాన్ని తినడానికి ఆకర్షితులవుతారు.

కావల్సిన పదార్థాలు: కలబంద, హిమాలయన్ బెర్రీ, బ్రహ్మీ ఎక్స్ట్రాక్ట్ మరియు అశ్వగంధ ఎక్స్ట్రాక్ట్.

సూచనలు: కేవలం పెదవి విరిచే రుచి మాత్రమే కాదు, టామాటో కెచప్ లో పోషక గుణాలున్నాయి. టామాటో కెచప్ తక్కువ కేలరీల ఆరోగ్య స్నేహపూర్వక ఉత్పత్తి మరియు ఏదైనా ఆహార పదార్థానికి విలక్షణమైన టిస్ట్స్. టామాటో కెచప్ ను జోడించడంతో ప్రతి వంటకం రుచికరంగా మారుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: సింపుల్ గా బాటిల్ ఓపెన్ చేయండి. దాని మృదువైన ఆకృతితో, టామాటో కెచప్ ఆహారంతో పాటు సులభంగా వ్యాప్తి చెందుతుంది. కేవలం తిండి తినడం, ఆనందించడం.



నికర పరిమాణం.: 600 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹160/-

మూలికలతో చింతపండు మరియు ఖజూర్ చట్నీ

చింతపండు మరియు ఖజూర్ యొక్క పరిపూర్ణ మిశ్రమాన్ని రుచి చూడండి! ఇది స్పైస్, స్వీట్ & టాంగ్. ఇది ఆరోగ్యకరమైనది, పోషకమైనది మరియు రుచికరమైనది. దానిని డిప్ చేయండి లేదా స్పైడ్ చేయండి, మీరు పోషకమైన మరియు రుచికరమైనదాన్ని రుచి చూస్తారు.

కావల్సిన పదార్థాలు: చింతపండు గుఱ్ఱ, ఖర్జూరాలు, అర్జున ఎక్స్ట్రాక్ట్, అశ్వగంధ ఎక్స్ట్రాక్ట్.

సూచనలు: మూలికా పదార్థాలను కలిగి ఉన్న ఈ ఉత్పత్తి రుచికరమైనది మాత్రమే కాదు, ఆరోగ్యానికి స్నేహపూర్వక లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. చింతపండులో యాంటీఆక్సిడెంట్ మరియు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఖర్జూరాలు అద్భుతమైన పోషకమైన మరియు ఆరోగ్యకరమైన ఫ్రాప్టెల్ కలిగి ఉంటాయి.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: చింతపండు మరియు ఖజూర్ చట్నీని విలక్షణమైన భారతీయ శైలి కూరగా లేదా శాండిచ్ బూస్టర్ లేదా కెచప్ ఉపయోగించవచ్చు. ప్రత్యక్ష వేడి మరియు సూర్యరశ్మి నుండి దూరంగా ఉంచండి. ఎజిఆర్ ఓపెనింగ్ ఒక నెలలోపు దానిని వినియోగిస్తుంది.

నికర పరిమాణం.: 200 గ్రా. ఎమ్ఆర్పి: ₹120/-



హెర్బల్ తేనె బాదం మల్టీగ్రయిన్ కుకీలు

హెర్బల్ హనీ ఆల్మండ్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలతో రుచికరమైన విందును ఆస్వాదించండి. తేనె యొక్క తీపి మరియు బాదం పోషణ కలయిక ఈ ఉత్పత్తిని విలక్షణమైనదిగా చేస్తుంది. అల్పాహారం లేదా రాత్రి భోజనం సమయంలో మాత్రమే కాదు, మీరు ఎప్పుడైనా ఈ కుకీలను ఆస్వాదించవచ్చు.

కావల్సిన పదార్థాలు: బాదం, తేనె.

సూచనలు: ఎటువంటి మైదా లేని ఈ కుకీలు పోషకమైన బాదం మరియు ఆరోగ్య స్నేహపూర్వక తేనెతో సముద్ధిగా ఉంటాయి.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ప్యాక్ విప్పి బయటకు తీసి హెర్బల్ హనీ ఆల్మండ్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీస్ ను తినండి.



నికర పరిమాణం.: 75 గ్రా. ఎం ఆర్ పి: ₹70/-

హెర్బల్ పీనట్ ఖతాయ్ బెసన్ కుకీలు

వనమూలికల సుగుణాలతో తయారు చేసిన, కలబంద, అశ్వగంధ, బ్రాహ్మీ, శంఖుపుష్పి మరియు ఇతర సహజ పదార్థాలు, హెర్బల్ పీనట్ ఖతాయ్ బెసన్ కుకీలు పోషక విలువలను కలిగి ఉంటాయి. మైదా లేకుండా తయారు చేసిన ఈ కుకీలు నిజంగా తీపి విందు.

కావల్సిన పదార్థాలు: శనగ పిండి, సర్కారా, గోధుమ పిండి, కొబ్బరి పొడి, జ్వారీ పిండి, మిల్క్ పౌడర్, కలబంద ఎక్స్ట్రా, అశ్వగంధ ఎక్స్ట్రా, బ్రాహ్మీ ఎక్స్ట్రా, శంఖుపుష్పి ఎక్స్ట్రా.

సూచనలు: తక్షణ శక్తిని అందించడంలో సహాయపడుతుంది. మూలికా పదార్థాలు సాధారణ బలహీనతకు ఉపయోగపడతాయి.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: ఖాళీ కడుపుతో 2-4 కుకీలు తీసుకోండి లేదా తెల్లగా ఆకలిగా లేదా బలహీనంగా అనిపిస్తుంది.



నికర పరిమాణం.: 75 గ్రా. ఎం ఆర్ పి: ₹70/-

హెర్బల్ జీరా-అజ్వైన్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీస్

హెర్బల్ జీరా-అజ్వైన్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలు: మిమ్మల్ని ఆశ్చర్యపరిచే రుచి! మూలికలు జీరా- అజ్వైన్ కుకీలు కుటుంబం, స్నేహితులు మరియు అతిథులతో టీ లేదా కాఫీ ద్వారా తీసుకోవడానికి సరైన స్నాక్. నిజంగా రాత్రి భోజన సమయంలో టీ లేదా కాఫీతో ఒక అనువైన చిరుతిండి.

కావల్సిన పదార్థాలు: శనగపిండి, కేరమ్ గింజలు, జవారీ పిండి, జీలకర్ర.

సూచనలు: రుచిలో చాలా రుచికరమైనది. హెర్బల్ జీరా- అజ్వైన్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలలో మైదా అనే శుద్ధి చేసిన గోధుమ పిండి ఉండదు. జీలకర్ర గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది మరియు అజ్వైన్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: విలక్షణమైన రుచికరమైన ఈ కుకీని టీ లేదా కాఫీ నిప్ప తో పాలు తీసిండి. ప్రత్యేకమైన రుచిని ఆస్వాదించండి.



నికర పరిమాణం.: 75 గ్రా. ఎం ఆర్ పి: ₹70/-

హెర్బల్ చోకో చిప్స్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలు

హెర్బల్ చోకో చిప్స్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీస్: ప్రతి సీజన్ కు ఉద్దేశించినది! హెర్బల్ చోకో చిప్స్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలు ఆరోగ్యానికి అనుకూలమైనవి, సోగ్, నమలడం మరియు కొద్దిగా పిండి కుకీలు. ప్రతి కాటు రుచికరమైన రుచిని అందిస్తుంది.

కావల్సిన పదార్థాలు: కలబంద ఎక్స్ట్రా, అశ్వగంధ ఎక్స్ట్రా, బ్రాహ్మీ ఎక్స్ట్రా, శంఖుపుష్పి ఎక్స్ట్రా.

సూచనలు: మంచి రుచితో పాలు, హెర్బల్ చోకో చిప్స్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలు అధిక పోషక విలువలను కలిగి ఉంటాయి. ఈ కుకీలు శరీరాన్ని శక్తివంతంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. ఈ రుచికరమైన ఉత్పత్తిలో శుద్ధి చేసిన గోధుమ పిండి లేదు, అది మైదా.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: హెర్బల్ చోకో చిప్స్ మల్టీగ్రయిన్ కుకీలను విప్పి బయటకు తీయండి మరియు ఆకలిని తీర్చండి.



నికర పరిమాణం.: 75 గ్రా. ఎం ఆర్ పి: ₹70/-

రైస్ (రైస్ బ్రాన్ ఆయిల్)

ఒరిజినాల్ మరియు ఇతర సహజ యాంటీఆక్సిడెంట్లను నిలుపుకోవడం కొరకు తాజా మరియు అవార్డు గెలుచుకున్న ఫిజికల్ రిఫైనింగ్ టెక్నాలజీతో ప్రాసెస్ చేయబడింది విటమిన్లు, ఈ నూనెలో మీ రోజువారీ ఆహారాన్ని ఆరోగ్యకరమైనదిగా మార్చే అన్ని లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇది బయోయాక్టివ్ పోషకాలను కలిగి ఉంటుంది, ఒరిజినాల్, టోకోఫెరోల్స్, టోకోట్రీయోనాల్స్ మరియు స్టెరాల్స్, మరియు అన్ని రకాల వంటలకు అనువైనది మరియు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గించడంలో, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నిర్వహించడంలో, కాలేయం మరియు నాడీ వ్యవస్థను రక్షించడంలో మరియు అన్ని ముఖ్యమైన పోషకాలతో శరీరాన్ని తిరిగి నింపడంలో చాలా సహాయపడుతుంది. రైస్ సహజంగా వివిధ యాంటీఆక్సిడెంట్లతో పాటు విటమిన్ ఇ (టోకోఫెరోల్స్ టోకోట్రీయోనాల్స్) పుష్కలంగా ఉంటుంది మరియు ఇది విటమిన్ ఎ మరియు విటమిన్ డి 2 తో కూడా బలపడుతుంది. మీ ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరమైన లిగ్ ను రైస్ ఆయిల్ తో ఇవ్వండి మరియు ఈ రోజు ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని ప్రారంభించండి.

కావల్సిన పదార్థాలు: రైస్నాన్, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ డి2, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్.

సూచనలు: ఇది శోధ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంది మరియు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నిర్వహించడం, కాలేయం మరియు నాడీ వ్యవస్థను రక్షించడం మరియు జీర్ణశయాంతర రుగ్మతలను ఎదుర్కోవడం వంటి అనేక ఇతర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలతో పాటు ఆరోగ్యకరమైన కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నిర్ధారించడంలో సహాయపడుతుంది.

ఉపయోగం కోసం సూచనలు: వంటకు సాధారణ వంటనూనెగా వాడండి.

నికర పరిమాణం: 1 లీటర్. **ఎం ఆర్ పి:** ₹250/-

