

# **Dinja za detoksikaciju organizma: Gastronomad, nova epizoda u sredu, 13. oktobra, u 13:30, na RTS 1**

Dinja pripada istoj porodici kao lubenica, bundeva i krastavac. Sadrži obilje vitamina C, B, beta karotena, kao i kalcijuma, kalijuma, magnezijuma, fosfora, gvožđa i bakra. Dokazano je da voda iz dinje stimulira rad bubrega, regulira krvni pritisak, a visok nivo vlakana pomaže varenje. Idealna za detoksikaciju organizma i pomaže protiv nadimanja organizma. Poreklo dinje nije poznato. Istraživanje je otkrilo da je njeno seme bilo jedna od roba kojom se trgovalo duž karavanskih staza drevnog sveta.

U gastronomiji se koristi i u slatkim i u slanim jelima, a u novoj epizodi Gastronomada, Katarina Petrović Kaja naučiće nas kako da pripremimo dinju u omotu od pršute, salatu od dinje, paradajza i pršute i voćnu salatu sa dinjom, malinama i pomorandžom.

**Gastronomad, nova epizoda u sredu, 13. oktobra, u 13:30, na RTS 1.**