

# “ไขปลาคี๊อด BORNHOLMS” ประโยชน์ที่มากกว่า ความอร่อย



หลายท่านที่ชอบทำอาหารทานเองคงเคยเกิดความรู้สึกเบื่อ หมดไอเดียในการคิดหาวัตถุดิบ หาเมนูใหม่ๆ แล้วตั้งคำถามกับตัวเองแทบทุกวันว่า ” วันนี้จะทำอะไรกินดีนี่าาา? ” ซึ่งความคิดที่มาพร้อมกับคำถาม คือสารพัดเงื่อนไขที่จะมาสนองความต้องการ นอกเหนือจากอรรถรสที่จะต้องอร่อยถูกปากแล้วนั้น ประโยชน์ก็ต้องมี และที่สำคัญต้องทำได้หลากหลายเมนูอีกด้วย

เมื่อความต้องการพื้นฐานมีมาก ก็เชื่อว่าสิ่งเหล่านี้จะไม่มีอยู่จริง หากได้ทำความรู้จักกับ “ไขปลาคี๊อด BORNHOLMS” วัตถุดิบที่เต็มไปด้วยคุณประโยชน์มากมายมาในรูปแบบของ.. ไขปลาพร้อมทาน จะเมนูภัตตาคารหรืออาหารก้นครัว ก็สามารถครีเอทได้สารพัดเมนูได้ตั้งใจคุณพ่อครัวแม่ครัวทุกท่านอย่างแน่นอน

เหตุผลที่จะทำให้คุณตกหลุมรัก “ไขปลาคี๊อด BORNHOLMS”

- ความง่าย ที่มาในรูปแบบพร้อมทาน (สุกแล้ว) เปิดฝาก็ทานได้เลย จะนำมาทานกับข้าวเปล่าคู่หน้าพริก หรือจะทำเป็นสเปรดทาขนมปัง/แคร็กเกอร์ ไว้ทานเล่นในวันว่าง ก็แสนจะง่ายดาย
- ความหลากหลาย ในการประกอบอาหาร ถึงแม้จะมาในรูปแบบพร้อมทาน แต่ก็ยังสามารถนำไปประกอบอาหารเมนู ต้ม ผัด แกง ทอด ได้ทั้งไทยและนานาชาติ เปิดกว้างทุกไอเดียคนชอบทำอาหารได้อย่างไม่มีขอบเขต เช่น แกงส้ม ไข่เจียว สปาเกตตี้ ยำ ลาบ ย่าง ทอดกระเทียม สลัด แซนวิช เบอร์เกอร์ เป็นต้น

ชมตัวอย่างเมนู “ยำทะเล ไขปลาคี๊อด”

บริโภคร “ไขปลาคี๊อด BORNHOLMS” เป็นประจำได้อย่างไร ?

ชาวยุโรปนิยมทานไขปลาคี๊อดกันเป็นจำนวนมาก แทบจะทุกครัวเรือนเลย นับว่าเป็นสุดยอดวัตถุดิบปรุงอาหารที่สามารถทานได้ทุกเพศและทุกช่วงวัย แม้แต่ในวัยชราก็ตาม เพราะเป็นแหล่งสารอาหารมีคุณประโยชน์มากมายที่ร่างกายต้องการ ไม่ว่าจะ...

- โปรตีนสูง ช่วยสร้างความแข็งแรงในการทำงานของกระดูก กล้ามเนื้อ และผิวหนัง
- แคลอรีต่ำ เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการพลังงานจากอาหารน้อย หรือมีปัญหาเรื่องน้ำหนัก/ความอ้วน

- อุดมไปด้วยวิตามิน และโอเมก้า 3 ซึ่งช่วยในเรื่องการทำงานของสมอง และความจำ
- เอนไซม์ในไข่ปลาค็อด ช่วยรักษาไข่วัดนกได้
- บำรุงหัวใจให้แข็งแรง และลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจ
- ลดอาการอักเสบหรือบาดเจ็บของเซลล์
- ลดความดันโลหิตสูง

มีไข่ปลาค็อดติดบ้านไว้ เรื่องกินจะเป็นเรื่องง่ายในแบบที่คุณคาดไม่ถึง

และยิ่งกว่าการทำอาหาร ทานแล้วรู้สึกอร่อยถูกปาก ก็ยังสามารถดูแลสุขภาพได้ทั้งตัวเราเองและคนที่เรารัก

ไปพร้อมกับการทาน “ไข่ปลาค็อด BORNHOLMS”

---

มีจำหน่ายที่..

Gourmet Market / Home Fresh Mart

Villa Market

สั่งซื้อออนไลน์ได้ที่..

Line ID : bornholms\_cod\_roe

IG : bornholms\_cod\_roe

FB : <https://www.facebook.com/smuang.thailand>