

GOURMAZIA

ASHWAGANDHA ROOT POWDER

(AUTHENTIC AYURVEDIC ADAPTOGEN)



ORIGIN & *Grade*

Sourced from organic ashwagandha (*Withania somnifera*) roots grown in India's fertile soils. Roots are sun-dried at the source and finely milled in small batches to preserve aroma and potency. Certified USDA Organic, non-GMO, and vegan; pure root powder with no fillers or additives.

FLAVOR & AROMA

Earthy, slightly bitter taste with a mild herbal aroma.
Naturally caffeine-free and grounding in flavour.

BREWING & SERVING

Mix 1 teaspoon of powder into smoothies, warm milk, or teas for a calming tonic.
For a traditional Ayurvedic latte, stir 1/2 teaspoon into warm milk; sweeten with honey to taste. Incorporate into baked goods or shakes to enhance nutrition.

HEALTH BENEFITS

Ashwagandha is an adaptogenic herb that may help the body adapt to stress, promoting calm energy and a balanced mood.

Contains compounds that may support immune function and overall vitality.

Naturally caffeine-free, it can be enjoyed morning or night.

USAGE SUGGESTION

Blend into oatmeal or overnight oats for a nutritive breakfast.

Add to herbal tinctures or tonics as part of a wellness routine.

Stir into creamy soups or sauces for an earthy herbal note.

STORAGE

Store in an airtight container in a cool, dry place away from direct sunlight.
Use a dry spoon to avoid introducing moisture and clumping.

ผงรากอชวากันดาออร์แกนิก GOURMAZIA

สมุนไพรอายุรเวท

แหล่งกำเนิดและเกรด

ได้มาจากรากอชวากันดา (Withania somnifera) ที่ปลูกในดินอุดมสมบูรณ์ของอินเดีย รากถูกตากแห้งที่แหล่งผลิตและบดเป็นผงละเอียดเป็นลือตเล็กเพื่อรักษากลิ่นและความเข้มข้นได้รับการรับรอง USDA Organic ปลอด GMO และเป็นผงรากบริสุทธิ์ไม่มีสารเติมแต่ง

รสชาติและกลิ่น

มีรสชาติคล้ายดินเล็กน้อยและกลิ่นสมุนไพรอ่อน ๆ
ไม่มีคาเฟอีนและให้รสชาติที่สงบเป็นธรรมชาติ

วิธีชง

ผสมผง 1 ช้อนชาลงในสมูทตี้ นมอุ่น หรือชาสมุนไพรเพื่อทำเครื่องดื่มสมุนไพรที่ผ่อนคลายสำหรับลาเต้อายุรเวทแบบดั้งเดิม ใส่ผง 1/2 ช้อนชาลงในนมอุ่น เติมน้ำผึ้งตามชอบ ผสมในขนมอบหรือสมูทตี้เพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการ

ประโยชน์ต่อสุขภาพ

อชวากันดาเป็นสมุนไพรอแดปโตเจนที่อาจช่วยให้ร่างกายปรับตัวต่อความเครียด ส่งเสริมพลังงานสงบและอารมณ์สมดุลมีสารประกอบที่อาจช่วยเสริมภูมิคุ้มกันและความมีชีวิตชีวาโดยรวมปราศจากคาเฟอีน จึงสามารถดื่มได้ทั้งตอนเช้าและก่อนนอน

ข้อแนะนำในการบริโภค

ผสมในโจ๊กหรือข้าวโอ๊ตคั่วคั้นสำหรับอาหารเช้าที่มีสารอาหาร
ใส่ในทิงเจอร์สมุนไพรหรือเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
ผสมในซูปครีมหรือซอสเพื่อเพิ่มกลิ่นสมุนไพร

การเก็บรักษา

เก็บในภาชนะปิดสนิทในที่เย็นและแห้ง หลีกเลียงแสงแดดโดยตรง
ใช้ช้อนแห้งเมื่อจะตักเพื่อลดความชื้นและการจับตัวเป็นก้อน

