

# GOURMAZIA ORGANIC TURMERIC ROOT POWDER

SUN-DRIED CURCUMA LONGA



## ORIGIN & *Quality*

Made from organic *Curcuma longa* rhizomes grown in South Asia and sun-dried at the source to lock in colour and potency. Single-origin harvests are finely milled in small batches; certified USDA Organic, non-GMO and ethically sourced.

## Ingredients

100 % organic turmeric root powder.

No fillers, additives, preservatives or artificial colours; naturally gluten-free and vegan.

## FLAVOR & AROMA

Warm, earthy and mildly peppery with a hint of citrus, delivering a golden glow and gentle heat to dishes. Vibrant golden-orange powder with a fresh, aromatic scent

## USAGE & SERVING

Use ½–1 teaspoon while cooking curries, stews, soups, rice and lentils to impart colour and depth of flavour. Whisk into warm milk or plant milk for a soothing golden latte; blend into smoothies, juices or sprinkle into marinades, dry rubs and baked goods.

### HEALTH BENEFITS

Contains curcumin and other curcuminoids—potent antioxidants that may help reduce inflammation and support joint and digestive health.

A caffeine-free spice that may aid immune function and provide natural warmth during cool seasons.

Pairs well with black pepper to enhance curcumin absorption and maximize benefits

### USAGE SUGGESTION

Make turmeric tea with lemon, honey and a pinch of black pepper for a comforting wellness drink.

Sprinkle over roasted vegetables, scrambled eggs or rice bowls; mix with ginger and cinnamon in wellness shots or salad dressings.

## STORAGE

Store turmeric powder in an airtight container away from light, heat and moisture to preserve its colour and flavour. Use a dry spoon and keep in a cool, dry place for optimal freshness.

# ผงขมิ้นชันออร์แกนิก

## ขมิ้นชันตากแห้ง

### แหล่งกำเนิดและคุณภาพ

ผลิตจากเหง้าพืช Curcuma longa อินทรีย์ ปลูกในเอเชียใต้และตากแห้งที่แหล่งปลูก เพื่อรักษาสีและความเข้มข้น คัดสรรจากแหล่งเดียวและบดเป็นขุดเล็ก ได้รับการรับรอง USDA Organic ปราศจาก GMO และมาจากแหล่งที่มีจริยธรรม

### ส่วนประกอบ

ผงเหง้าขมิ้นชันออร์แกนิก 100 %

ไม่มีสารเติมเต็ม สารกันเสีย หรือสีสังเคราะห์ เป็นธรรมชาติ โดยปลอดกลูเตนและเหมาะสำหรับวีแกน



### รสชาติและกลิ่น

มีรสอุ่น กลิ่นดิน และเผ็ดเล็กน้อย พร้อมโน้ตส้มอ่อน ให้สีทองและความร้อนนุ่มนวลแก่เมนู ผงสีทองสดใส มีกลิ่นหอมสดใหม่

### วิธีใช้และการเสิร์ฟ

ใช้ 1/2–1 ช้อนชา ขณะปรุงแกง สตู ซุป ข้าว หรือถั่ว เพื่อเพิ่มสีและรสชาติ ผสมในนมอุ่นหรือนมพืช เพื่อทำลาเต้ทองคำ; ผสมในสมูทตี้ น้ำผลไม้ หรือโรยในน้ำหมัก เครื่องปรุงแห้ง และขนมอบ

### ประโยชน์ต่อสุขภาพ

อุดมด้วยเคอร์คูมินและเคอร์คูมินอยด์อื่น ๆ ซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่อาจช่วยลดการอักเสบและสนับสนุนสุขภาพข้อและการย่อยอาหารเป็นเครื่องเทศปราศจากคาเฟอีนที่อาจช่วยเสริมระบบภูมิคุ้มกันและให้ความอบอุ่นตามธรรมชาติในฤดูหนาว ควรทานคู่กับพริกไทยดำ เพื่อช่วยให้ร่างกายดูดซึมเคอร์คูมินได้ดีขึ้น

### ข้อแนะนำในการใช้

ทำชาขมิ้นด้วยมะนาว น้ำผึ้ง และพริกไทยดำเล็กน้อย เพื่อเป็นเครื่องดื่มบำรุง โรยบนผักอบ ไช้คน หรือข้าว; ผสมกับขิงและอบเชยในช็อตสุขภาพหรือน้ำสลัด

### การเก็บรักษา

เก็บผงขมิ้นในภาชนะปิดสนิท ห่างจากแสง ความร้อน และความชื้น เพื่อรักษาสีและกลิ่น ใช้ช้อนแห้งตัก และเก็บในที่เย็นและแห้ง เพื่อความสดใหม่