

Usos y Beneficios

Moringa Oleífera

Concentración de minerales y vitaminas en hojas de Moringa

Constituyente químico	Hojas
Calcio (%)	2.40
Fósforo (%)	0.60
Magnesio (%)	0.30
Sodio (mg/100g)	0.05
Potasio (mg/100g)	0.30
Cobre (ppm)	11.70
Hierro (ppm)	225.0
Zinc (ppm)	17.50
Manganeso (ppm)	50.20
Vitamina A (μg)	29.0
Vitamina B1 ($\mu\text{g/g}$)	247.0
Vitamina B2 ($\mu\text{g/g}$)	94.0
Vitamina B6 ($\mu\text{g/g}$)	300
Niacina ($\mu\text{g/g}$)	162.0
β - Caroteno ($\mu\text{g}/100\text{g}$)	6780
Vitamina C (mg)	362

Composición de aminoácidos en hojas de Moringa

Aminoácidos	Hojas (g 16 g N ⁻¹)	Hojas (g kg ⁻¹ DM)	Referencias FAO (16 g N ⁻¹)
Lisina	5.60	14.06	5.80
Leucina	8.70	21.84	6.60
Isoleucina	4.50	11.30	2.80
Metionina	1.98	4.97	2.50
Cistina	1.35	3.39	2.50
Fenilalanina	6.18	15.51	6.30
Tirosina	3.87	9.71	6.30
Valina	5.68	14.26	3.50
Histidina	2.99	7.50	1.90
Treonina	4.66	11.70	3.40
Serina	4.12	10.34	nd
Ácido glutámico	10.22	25.65	nd
Acido aspártico	8.83	22.16	nd
Prolina	5.43	13.63	nd
Glicina	5.47	13.73	nd
Alanina	7.32	18.37	nd
Arginina	6.23	15.64	nd

Usos de la Moringa:

Alimento Humano

Alimento animal

Clarificador de agua

Mejorador de suelos

Fertilizantes

Cercas Vivas

Medicinal

Melifero

Partes comestibles de la Moringa:

Frutos, o Vainas Verdes, inmaduros: Se consumen cocidos. Saben como judías verdes o habichuelas.

Semillas de las Vainas Maduras: cocidas, con un poco de sal, por algunos minutos. Se abre la vaina y se extraen las semillas ya listas para comer. El sabor es parecido al de los garbanzos. También se pueden consumir tostadas, muy nutritivas.

Hojas tiernas: Se preparan hervidas, sirven para potajes y otros platos variados. Crudas se consumen en ensaladas. El sabor es ligeramente picante, intermedio entre el berro y el rábano.

Raíces: Las raíces de los árboles muy jóvenes son tuberosas, el sabor es picante, parecido al de los rábanos.

Flores: También comestibles en ensalada.

Usos Medicinales de la Moringa

LA MORINGA CURA 300 ENFERMEDADES: MALESTAR ESTOMACAL, CATARROS, CANCER, ULCERAS GASTRICAS, LAS ENFERMEDADES DE LA PIEL, BAJA DE AZUCAR EN LA SANGRE, AUMENTA LA DENSIDAD OSEA, ESTADOS NERVIOSOS, DIABETES, FATIGA, AUMENTO DE LA LACTANCIA, LA FIEBRE DEL HENO, IMPOTENCIA, ADEMÁS CALAMBRES, HEMORROIDES, DOLORES DE CABEZA, DOLOR EN LAS ENCIAS, FORTALECE LOS OJOS, CEREBRO, APARATO DIGESTIVO, SISTEMA RESPIRATORIO, ES UN CONSTRUCTOR Y LIMPIADOR DE LA SANGRE EXCEPCIONAL EXELENTE PARA EL TRATAMIENTO DEL VIH SIDA, ADEMÁS DE MUCHOS OTROS MALES DEL ORGANISMO. ESTA PLANTA ES CAPAZ DE ATACARLOS EN GRAN CONSIDERACION O POR COMPLETO.