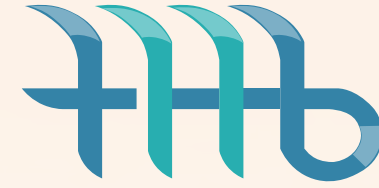


# الفول السوداني

يعتبر السودان واحد من بين أكبر خمسة منتجين للفول السوداني عالميا، ويصدر ٤% من انتاج الفول السوداني العالمي. وتزرع البلاد نوعين رئيسيين، وتشتهر المناطق الغربية بجودة أعلى.



HUSSAIN M. BARAKA & SONS GENERAL TRADING CO LLC



## PEANUTS

Sudan, a top-five global peanut producer, exports 14% of the world's peanuts. The country cultivates two main varieties, with the western regions known for higher quality



**Hussain Mudawi Baraka & Sons  
General Trading Co. LLC**

2301, ETA star's Al Manara Tower,  
Business Bay, Dubai, UAE,

P: +971 4 346 0750 E: info@hmbaraka.net

W: www.hmb-baraka.com

# PEANUTS

## BENEFITS OF PEANUTS

### ✔ HEART AND WEIGHT WELLNESS

Peanuts reduce bad cholesterol, provide antioxidants, aid weight management, and regulate blood sugar

### ✔ MUSCLE AND BONE HEALTH

Peanuts, rich in plant-based protein, support muscle and bone strength.

### ✔ DIGESTIVE HEALTH AND POTENTIAL CANCER BENEFITS

Peanuts promote digestive health with fiber and may offer protection against certain cancers, pending further research

## APPLICATIONS

Direct consumption, Peanut butter, oil, and baking for versatile culinary uses. Versatility extends beyond food, with applications in cosmetics, biofuels, lubricants, animal feed, and soil enhancement

## SPECIFICATIONS

⚖️ COUNT 60 - 80 OUNCE

🧪 OIL CONTENT 40 - 60 %

🥛 PROTEIN 16-28%

💧 MOISTURE CONTENT  
MAX. 5%

🧼 IMPURITIES MAX ½%

🥛 البروتين 16-28%

💧 محتوى الرطوبة  
بحد أقصى 5%

🧼 الشوائب بحد أقصى ½%

# الفول السوداني

## فوائد الفول السوداني

### ✔ صحة القلب والوزن

يقلل الفول السوداني الكوليسترول الضار، ويوفر مضادات الأكسدة، ويساعد في التحكم بالوزن، وينظم نسبة السكر في الدم.

### ✔ صحة العضلات والعظام

الفول السوداني غني بالبروتين النباتي، ويدعم قوة العضلات والعظام.

### ✔ صحة الجهاز الهضمي وفوائد محتملة ضد السرطان

يعزز الفول السوداني صحة الجهاز الهضمي بالألياف وقد يوفر الحماية ضد أنواع معينة من السرطان.

## الاستخدامات

- الاستهلاك المباشر، زبدة الفول السوداني، الزيت، والاستخدامات طهي متنوعة
- تمتد الاستخدامات المتنوعة إلى ما وراء الطعام، مع تطبيقات في مستحضرات التجميل والوقود الحيوي والمواد السخمية والأعلاف الحيوانية وتحسين التربة.

## الاستخدامات

📏 العدد 60 - 80 أوقية

📏 محتوى الزيت 40 - 60%

