



OPISY SKŁADNIKÓW

Płatki owsiane - zawierają wszystkie podstawowe składniki pokarmowe: węglowodany, białko, tłuszcze, witaminy, błonnik i sole mineralne. Są cennym źródłem witaminy E oraz witamin z grupy B mających wpływ na prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego.

Płatki orkiszowe - są bogate w magnez, potas, wapń, żelazo i witaminy z grupy B, A, E, K i PP. Spożycie płatków wskazane jest dla ludzi po zawale i cukrzycy.

Płatki żytnie - charakteryzują się dużą zawartością błonnika, są źródłem witaminy z grupy B, magnezu, jodu, cynku, boru i magnezu. Spożycie płatków żytnich wspiera perystaltykę jelit i przeciwdziała zaparciom, obniża poziom cholesterolu i stężenie cukru we krwi.

Migdały - zawierają składniki mineralne i sporą ilość witamin z grupy B i E, wapń, magnez, żelazo, fosfor, potas oraz cynk. Mają zbawienny wpływ na pracę serca i układu krążenia, wzmacniają nasze naczynia krwionośne, tym samym obniżają ciśnienie krwi.

Orzechy laskowe - to składnik pożądanym w zdrowej diecie, są doskonałym źródłem witaminy E, A, witamin z grupy B, błonnika oraz potasu. Zapobiegają nadciśnieniu i obniżają poziom złego cholesterolu.

Orzech włoski - jest źródłem wielonienasyconych kwasów tłuszczowych omega-6 oraz kwasu omega-3, aminokwasów, witaminy z grupy B, potasu, fosforu, magnezu, cynku, manganu i jodu. Usprawnia procesy myślowe, wykazują silne właściwości bakteriobójcze.

Orzechy pekan - to jeden z najszlachetniejszych orzechów, drzewo które wydaje te wspaniałe owoce, znane jest pod wieloma nazwami - orzesznik jadalny, orzesznik pekanowy. Naturalnie występuje w Ameryce Północnej. Dostarczają nam wielu cennych składników mineralnych w tym: selenu, wapnia, potasu, miedzi. Witaminy E, błonnika pokarmowego oraz najwięcej z orzechów flawonoidów. Działają pozytywnie na pracę układu nerwowego i hormonów. Podnoszą poziom dobrego cholesterolu oraz obniżają złego cholesterolu.

Orzechy arachidowe - popularne fistaszki, cechuje je wysoka zawartość witamin głównie E, B3 niacyny, B9, kwasu foliowego, potasu, magnezu, cynku, miedzi i żelaza. Mogą zapobiegać miażdżycy, chorobom serca, mają też korzystny wpływ na ciśnienie tętnicze krwi.

Orzechy nerkowca - nerkowce pochodzą z Ameryki Południowej głównie z Brazylii. Zawierają witaminę C, B6, E, K, niacynę, ryboflawinę, tiaminę, kwas foliowy. Minerale: wapń, fosfor, potas, magnez, sód, cynk. Stanowią także źródło wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, przede wszystkim omega 3. Działają pozytywnie na układ nerwowy i odpornościowy, wspomagają pamięć, zwalczają skutki stresu, poprawiają metabolizm, dodają energii, a także wspierają prawidłową produkcję czerwonych ciałek krwi.

Blanszowane orzechy laskowe - Dzięki blanszowaniu pozbawiamy je zewnętrznej skórki. Dłużej zachowują swoją świeżość, są mniej gorzkie, mają delikatnie słodszy smak. Zawierają niemal wszystkie wartości odżywcze, co orzechy laskowe nieblanszowane. Są świetnym dodatkiem w zdrowej diecie.

Migdały blanszowane - Dzięki blanszowaniu pozbawiamy je zewnętrznej ciemnej skórki, mają jasny kremowy kolor, są bardziej intensywne w zapachu i smaku. Zawierają niemal wszystkie wartości odżywcze, co migdały nieblanszowane. Są świetnym dodatkiem w zdrowej diecie.

Płatki migdałów - to pokrojone w plasterki migdały; ich smak nieco różni się od całych migdałów, ponieważ nie posiadają gorzkiej, brązowej otoczki tak jak migdał blanszowany.

Płatki kokosowe - powstają poprzez krojenie owocu kokosa na cienkie i drobne plastry. Są bogate w błonnik oraz przeciwutleniacze, zawierają: magnez, potas, żelazo, wapń, fosfor oraz witaminy B2, B3, B6, B9 (kwas foliowy). Regulują pracę przewodu pokarmowego, zmniejszają ryzyko rozwoju miażdżycy, a sam kokos uważany jest za naturalny antybiotyk, zwiększający odporność.

Miód wielokwiatowy - do jego wytwarzania pszczoły używają nektaru z wielu kwitnących w tym czasie drzew i kwiatów. Uznany za naturalny antybiotyk, hamuje rozwój bakterii, grzybów i wirusów. Pomaga leczyć katar, alergię, stany zapalne gardła, przeziębienia i choroby serca.

Syrop daktylowy - jest to zagęszczony sok pozyskiwany bezpośrednio z miąższu świeżych owoców palmy daktylowej. Zawiera potas, magnez, wapń oraz przeciwutleniacze, znajdują się w nim także witaminy z grupy B. Zapewnia wsparcie dla układu odpornościowego, wspomaga przemianę materii, działa korzystnie na pracę serca oraz układu nerwowego, spowalnia procesy starzenia i dodaje energii.

Kakao - zawiera kwas oleinowy, linolowy, palmitynowy i stearynowy, przeciwutleniacze, witaminy z grupy B, E oraz A, związki mineralne w tym magnez, żelazo, potas, wapń, fosfor i cynk. Ma bardzo korzystny wpływ na pracę mięśnia sercowego i układu nerwowego; znajduje ważne miejsce w produkcji endorfiny, odpowiedzialnej za nasze dobre samopoczucie i nastrój.

Nibsy kakaowe - pokruszone, prażone ziarno kakaowca, wytwarzane z peruwiańskiego ziarna criollo. Ma identyczne właściwości i skład jak kakao naturalne.

Kasztan jadalny - jest doskonałym źródłem witaminy C, witamin z grupy E, K oraz B, zawiera dużą dawkę minerałów: potasu, wapnia, fosforu, magnezu, żelaza i cynku. Korzystnie wpływa na pracę mózgu, układu odpornościowego i obniża ciśnienie.

Nasiona amarantusa - to prawdziwa kopalnia witamin i minerałów jedno- i wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, a także błonnika i białka, fosforu i magnezu, żelaza, cynku i witaminy C. Wspomaga pracę serca, poprawia przepływ krwi i łagodzi skutki stresu.

Słonecznik - są bogate w aminokwasy i nienasycone kwasy tłuszczowe, są źródłem witaminy E, B, D, cennych antyoksydantów, cynku, żelaza, potasu i wapnia. Pomagają w walce z cholesterolem, chorobami serca i nowotworami.

Siemię lniane - to nasiona lnu zwyczajnego, zawierają wiele cennych składników mineralnych takich jak witaminy z grupy B, wapń, magnez i cynk. Zawarta w nim tyrozyna pozytywnie wpływa na produkcję hormonów tarczycy, pomaga w leczeniu nieżytów żołądka, jelit, a także łagodzi objawy choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy.

Nasiona chia - to jadalne nasiona Salvia, pochodzą z Meksyku i Gwatemali. To wysokiej jakości białko, duża ilość błonnika, kwasów tłuszczowych, magnezu, fosforu, wapnia, potasu, sodu, cynku, przeciwutleniaczy oraz witaminy z grupy B i E. Wpływają korzystnie na pracę układu trawiennego, krwionośnego oraz krążenia.

Maca - to roślina bulwiasta, która pochodzi z górzystych terenów Andów. Znajdujemy w niej związki przeciwutleniające, składniki mineralne: wapń, żelazo, cynk, miedź, witaminy z grupy B i błonnik pokarmowy. Usuwa z organizmu wolne rodniki oraz niweluje ich działanie, zwiększa również libido.

Karob - to sproszkowany miąższ owoców drzewa karobowego, które są jadalne. Pochodzi z Syrii i Arabii. Obniża poziom złego cholesterolu, zawiera dużą ilość żelaza, wapnia, potasu, selenu, sodu, baru, magnezu i niklu, witamin z grupy A, D, E, D i witamin z grupy B12.

Wanilia burbon - jest najbardziej znanym rodzajem wanilii; roślina należy do rodziny storczykowatych. Ma działanie rozkurczowe i przeciwzapalne.

Cynamon - otrzymujemy go ze sproszkowanej kory cynamonowca, ma charakterystyczny słodko-korzenny, lekko pachnący smak i zapach. Zawiera dużo witamin: A, C, E, K, B, B6, B9, B1, B3, B2. Obfituje w związki mineralne, takie jak fosfor, potas, cynk i sód. Wyciąg z cynamonu posiada między innymi silne właściwości przeciwnowotworowe, wzmacnia odporność i poprawia trawienie.

Liofilizacja to proces określany również jako suszenie sublimacyjne. Polega na usunięciu wody z zamrożonego wcześniej produktu poprzez sublimację lodu. W tym procesie lód przechodzi bezpośrednio w stan pary wodnej z pominięciem stanu ciekłego. Owoce i warzywa liofilizowane są w pełni naturalne, nie posiadają polepszaczy smaku oraz innych zbędnych składników. Jest to świetna przekąska dla dorosłych i dla dzieci. W przeciwieństwie do tradycyjnych suszonych owoców mają niski indeks glikemiczny i są bezpieczne dla osób z cukrzycą.

Truskawki liofilizowane - dzięki liofilizacji owoce zachowują wartości odżywcze, kształt, barwę; smak i zapach są bardziej wyraźne. Liofilizowane truskawki zawierają 100% owoców truskawki i żadnych dodatków. Są doskonałym źródłem witaminy C, A, E oraz witamin z grupy B. Dodatkowo posiadają niski indeks glikemiczny, poprawiają mikrokrążenie oraz usuwają nadmiar wody z organizmu.

Banan liofilizowany - jest suszony specjalną metodą liofilizacji, dzięki której zachowuje wartości odżywcze, kształt, barwę, a smak i zapach są bardziej intensywne. Liofilizowany banan zawiera 100% owoców i żadnych dodatków. Banany dostarczają dużą ilość potasu, magnezu, wapnia, jodu, fosforu. Witaminy C, B6, A, E i K. Dostarczają nam sporą ilość węglowodanów i łatwo przyswajalnych cukrów, które powodują szybki dopływ energii.

Jabłka liofilizowane - poprzez proces liofilizacji, suszenia jabłko zachowuje swój kolor i nabiera bardziej intensywnego smaku i zapachu. Dostarczają nam wielu witamin, składników mineralnych, w tym witamin z grupy B, E i C, beta-karotenu, fosforu, wapnia, siarki, magnezu i żelaza. Stanowią również bogate źródło błonnika pokarmowego, szczególnie pektyny. Jabłka odgrywają istotną rolę w profilaktyce wielu schorzeń: układu krążenia, cukrzycy, sprzyjają też utrzymaniu prawidłowej wagi ciała.

Pomarańcze liofilizowane - tak jak w innych liofilizowanych owocach pomarańcza zachowuje swój kolor i ma bardziej intensywny smak i zapach. Pomarańcze zawierają w sobie witaminę A, E, B, B1, B2, tiaminę, beta-karoten i ryboflawinę. Pomagają w unormowaniu ciśnienia tętniczego krwi i działają prewencyjnie na choroby układu sercowo-naczyniowego.

Maliny liofilizowane - suszenie metodą liofilizacji pozwala na zachowanie kształtu, koloru, smaku i aromatu, stają się bardziej intensywne. Maliny to skarbnica wartości odżywczych. Mają w swoim składzie cenne minerały i witaminy: C, E, B, B1, B2, B6, naturalne antyoksydanty, kwas foliowy, potas, wapń, fosfor, magnez, żelazo, glukozę, fruktozę i błonnik. Posiadają właściwości antibakteryjne, przeciwbólowe, uspokajające, obniżające ciśnienie krwi, wspomagające leczenie przeziębienia, zapalenie jamy ustnej, gardła i krtani.