

## Лиофилизация

Дребните плодове са може би сред най-богатите на хранителни вещества плодове, но начинът, по който тези хранителни вещества се запазват, също е от огромно значение. Много от тези плодове са най-зрели само в определени периоди на годината и затова е необходимо точно тогава да се събират и съхраняват. Лиофилизацията (сушене чрез замразяване) позволява на хранителните вещества да бъдат съхранени и така да могат да се ползват през цялата година. Всъщност е доказано, че нивата на лиофилизираните хранителни вещества в една порция замразени дребни плодове дори могат да бъдат по-високи от тези в пресните (*изследване на ягоди, проведено от Отдела по здравеопазване в окръг Монтгомъри, Кларксвил, Тенеси, САЩ, юни 2010 г.*).

## За кого може да е полезен

Доказателствата сочат, че за оптимизиране на доброто здраве е полезно към храната да се включват и богати на антиоксиданти храни и особено дребни плодове. Продуктът Плодова Енергия на AquaSource е препоръчителен за всички над 5-годишна възраст като отличен начин за включване на тази полезна група храни към ежедневната диета. Той осигурява широка гама дребни плодове, добити от екологично чисти региони из цял свят. Препоръчителен е, особено в комбинация със Супер Антиоксидант, за тези, които имат динамичен и напрегнат начин на живот, както и за тези, които ежедневно изпитват физически натоварвания.

Продуктът съдържа следните плодове в прахообразна форма: **органични, лиофилизирани макуй бери и акай бери; смес от органични, лиофилизирани горски плодове** (диви черни и червени боровинки, касис, арония, нар, диво дребно черно грозде, кисели череша, плодове от див бъз, червени и черни малини) **и плодове от морски зърнастец.**

Подходящо и за пълни вегетарианци. Започнете с 3 капсули дневно. Дозата може да се увеличи до 6 капсули дневно, при необходимост. За деца над 5 години – по 1 капсула дневно.



# AQUASOURCE ПЛОДОВА ЕНЕРГИЯ



„АкваСорс” ЕООД

Ул. „Костенски водопад” № 47, вх. А, ет. 1  
ж.к. „Гоце Делчев” • 1404 София  
Тел.: (02) 858 16 46; 859 70 04  
Факс: (02) 859 31 69 • Моб.: 088/743 71 67  
info@aquasource.bg • www.aquasource.net

©AquaSource Algae Group Plc 2010



BGFLY024



Акай бери

## Голямата сила и синергия на малките плодове

Ползите от дребните плодове като необходим елемент от ежедневната хранителна порция са добре описани. Държавният университет на Оклахома заяви, че “данните подкрепят препоръката дребните плодове да бъдат приети като основна група плодове за здравословна за сърцето диета” (март 2010 г.).

Причината, поради която тези плодове се смятат за изключително полезни е по-скоро в хранителната синергия на целите плодове, отколкото само в потенциалните ползи от самите антиоксиданти, въпреки че, може би, точно те са най-добре познатите предимства.

Всички знаем, че здравето ни зависи от приема на разнообразна и балансирана храна. Световната здравна организация призовава да се ядат различни плодове и зеленчуци, тъй като всички те съдържат различни комбинации от растителни влакна, витамини, минерали и други хранителни вещества. Това важи и за отделните храни, каквито са горските плодове. Продуктът Плодова Енергия на AquaSource съдържа голямо разнообразие от горски плодове, които доказано притежават високи хранителни стойности и осигуряват различни жизненоважни хранителни вещества.

# AQUASOURCE ПЛОДОВА ЕНЕРГИЯ

с макуй бери и акай бери



## Антиоксидантната сила на плодовете

Смята се, че антиоксидантите подпомагат защитната система на организма, като му помагат да се справи с оксидиращите молекули, известни като свободни радикали. Когато те са в излишък, могат да доведат до увреждане на клетките и тъканите в организма. Светът наоколо е изпълнен с потенциално опасните свободни радикали: прекомерно излагане на слънце, замърсена околна среда, цигарен дим, нашата (претоплена и преработена) храна, алкохол, дори собствените ни органи ежедневно ги произвеждат. Въпреки, че организмът произвежда различни антиоксидантни ензими, за да обезвреди свободните радикали, осигуряването на ежедневен прием на антиоксидантни хранителни вещества може да допринесе за подпомагането на защитните му сили.

Според проучване, проведено неотдавна във Финландия, приемът на дребни плодове, богати на антиоксиданти, може да удвои нивата на полифенолите (антиоксидантите) в кръвта.

Тези впечатляващи резултати ни предоставят изследвания, проведени с истински хора, а не просто в епруветки; дължат се на бионаличността на хранителните вещества в тези плодове (Raika Koli et al, *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, януари 2010 г.). Също така е отчетено, че голяма част от антиоксидантните свойства на дребните плодове (по отношение на акай) може би се дължат на все още неидентифицирани съединения (Lichtenthaler et al, *Int J Food Sci Nutr.*, февруари 2005 г.). Изглежда тези плодове могат да добавят дори още повече хранителни вещества и ползи, отколкото си мислим



Макуй бери

## Хранително съдържание на органичните растения

Нашите плодове се добиват изключително от органично поникнали и израснали местни растения (с изключение на морския зърнастец). Доказано е, че растения, виреещи по този начин, имат дори двойно по-високо съдържание на естествени минерали, в сравнение с натурализираните видове (Maria A et al, *Минерално съдържание на шест диви вида плодове, виреещи в Аржентина - на север от Андите и Патагония*, май 2008 г.)