

TEA FLAVORS

Τσαγιού γεύσεις

Τσάι - Βότανα - Αξεσουάρ τσαγιού
Νέα Μοναστηρίου 17 - Θεσ/νίκη 2313 044947
www.teaflavors.gr e-mail: teaflavors@yahoo.gr

Moringa – Μορίγγκα: ενισχυτικό ενέργειας χωρίς καφεΐνη, με αντιοξειδωτικά, βιταμίνες, μέταλλα και αμινοξέα.



Το δέντρο *Moringa oleifera*, επίσης γνωστό ως το δέντρο θαύμα, ως «drumstick tree» (επειδή οι καρποί του μοιάζουν με μπαγκέτες τυμπάνου), δέντρο χρένου ή benzolive tree, drumstick tree, δέντρο χρένου ή benzolive tree συναντάται σε ορισμένα μέρη της Ασίας και της Αφρικής.

Τα φύλλα Μορίγγκα έχουν χρησιμοποιηθεί στην Αγιουβερεδική ιατρική τόσο για τα πλούσια θρεπτικά συστατικά του όσο και τα ποικίλα οφέλη του στην υγεία.

Με ένα μοναδικό και πλούσιο συνδυασμό αντιοξειδωτικών, βιταμινών, μετάλλων και αμινοξέων που ενισχύουν την ενέργεια, αποτελούν το ιδανικό «Τονωτικό Ενέργειας» χωρίς την ανάγκη για καφεΐνη. Πρώιμες μελέτες εμφανίζουν ελπιδοφόρα οφέλη για την υγεία, και αποκαλούν το φύλλο Μορίγγκα μια ιδανική «Βόμβα Ενέργειας» χωρίς καφεΐνη.

Τα φύλλα Μορίγγκα είναι από τα πιο πλούσια σε θρεπτικά συστατικά εδώδιμα φυτά που έχουν μελετηθεί ως τώρα και ανά γραμμάριο περιέχουν:

- 24X το σίδηρο που περιέχεται στο σπανάκι
- 16X το ασβέστιο που περιέχεται στο γάλα
- 15X το κάλιο που περιέχεται στις μπανάνες
- 9X φορές τη βιταμίνη Α που περιέχεται στα καρότα

Το φύλλο Μορίγγκα περιέχει επίσης ένα ευρύ φάσμα θρεπτικών συστατικών που περιλαμβάνουν:

- 46 ισχυρά αντιοξειδωτικά
- 15 Βιταμίνες: (Βιταμίνη Α (Άλφα και Βήτα-Καροτίνη), Β, Β1, Β2, Β3, Β5, Β6, Β12, C, D, E, Κ, Φυλλικό οξύ (Φολικό οξύ), Βιοτίνη)
- 14 μεταλλικά στοιχεία: (Ασβέστιο, Χρώμιο, Χαλκό, Φθόριο, Σίδηρο, Μαγγάνιο, Μαγνήσιο, Μολυβδαίνιο, Φώσφορο, Κάλιο, Νάτριο, Σελήνιο, Θείο, Ψευδάργυρο)
- Βασικά και μη-βασικά αμινοξέα (Ισολευκίνη, Λευκίνη, Λυσίνη, Μεθειονίνη, Φαινυλαλανίνη, Θρεονίνη, Τρυπτοφάνη, Βαλίνη, Αλανίνη, Αργινίνη, Ασπαρτικό οξύ, Κυστίνη, Γλουταμίνη, Γλυκίνη, Ιστιδίνη, Προλίνη, Σερίνη, Τυροσίνη)

Μορίγγκα και ενέργεια

Η έλλειψη σε βιταμίνες και μέταλλα είναι μια κοινή αιτία κόπωσης και έλλειψης ενέργειας, ιδιαίτερα όταν πρόκειται για έλλειψη σιδήρου. Το φύλλο Μορίγγκα είναι πλούσιο σε σίδηρο και είναι επίσης γεμάτο με βιταμίνες, μέταλλα και αμινοξέα, τα οποία μπορούν να βοηθήσουν στη μείωση των κοινών αιτιών του αισθήματος κόπωσης.

Μορίγγκα και υγεία

Τα φύλλα Μορίγγκα έχουν χρησιμοποιηθεί στην παραδοσιακή και την Αγιουβερεδική ιατρική για το μεγάλο εύρος των θεραπευτικών τους ιδιοτήτων και πρώιμες μελέτες μεταξύ των οποίων και μια έρευνα από τη σχολή ιατρικής John Hopkins έχουν αρχίσει να βρίσκουν επιστημονικά στοιχεία που το επιβεβαιώνουν.