

Radhika Malhotra | Boxhagener Strasse 111 | 10245 Berlin | Germany | Tel.: +49 (0) 30 71 55 07 51
E-Mail: mail@thestatedivine.com | www.thestatedivine.com

Superfoods

Der englische Begriff Superfoods beschreibt Nahrungsmittel, die durch ihren ausserordentlich hohen Gehalt an Nährstoffen vorteilhaft für die Gesundheit sind. Die hohe synergetisch wirkende Zusammensetzung von Nährstoffen wirkt ausgewogen und ganzheitlich auf den Körper.

Unsere moderne Nahrungsmittelproduktion führt dazu, dass Lebensmittel durch Wachstumszusätze, zu frühe Ernte, Lagerung und Transport an Nährwert verlieren. Dem geringen Nährwert unserer Lebensmittel tritt wiederum unser durch umwelt- und lebensweisebedingte Stressfaktoren gesteigener Bedarf an Vitalstoffen entgegen. Aus diesen Grund erkennen immer mehr Menschen die Notwendigkeit ihre Ernährung und Lebensweise zu verbessern und auf naturbelassene Nahrung und Superfoods zurück zu greifen.

Superfoods sind altbewährte Naturprodukte, die ein Vielfaches mehr an Vitaminen, Protein, essenziellen Fettsäuren, Enzymen, Mineralstoffen, Antioxidantien und Aminosäuren bieten, als unser herkömmliches Obst und Gemüse. Zudem haben sie oft eine lange Tradition in verschiedensten Kulturen und sich über Jahrhunderte, teils Jahrtausende bewährt.

Die empfohlene Tagesdosis von Superfoods liegt bei Erwachsenen bei einem Teelöffel pro Tag.

Einnahmen die die Tagesdosis weit überschreiten, da man in der Annahme ist, mehr ist besser, können zu Beschwerden wie Übelkeit etc. führen. Der hohe Nährstoffgehalt der Superfoods sollte vielmehr unter dem Leitsatz „Weniger ist mehr“ betrachtet werden, da man durch eine regelmässige Einnahme in kleiner Dosierung die Nährstoffe optimal für sich nutzen kann. Zudem sollten Sie darauf achten, dass Sie Ihre Superfoods nicht in Mahlzeiten oder Getränken nutzen, die wärmer als 40 Grad sind, da viele der wertvollen Nährstoffe sonst verloren gehen.

Wie bei allen Lebensmittel können auch bei Superfoods allergische Reaktionen auftreten. Ich empfehle Ihnen Ihr Produkt über zwei bis drei Tage in kleinster Menge, eine Messerspitze, möglichst pur einzunehmen, um allergische Reaktionen auszuschliessen. Sollten allergische Reaktionen auftreten, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt.

Unsere Produkte sind sorgfältig und für Kinder und Tiere unzugänglich, sowie kühl und trocken aufzubewahren.