

Hallo und guten Tag

Nachfolgend wieder einige Infos zum Thema Gesundheit, Lebensführung und Ernährung. Wenn Sie aus der Lektüre unseres Topfruits Gesundheitsbriefes einen Nutzen ziehen können, dann freut uns das sehr.

Kennen Sie jemanden der ebenso Bedarf für die Informationen hat? Dann geben Sie den Topfruits-Gesundheitsbrief auch gerne weiter.

Haben Sie Anregungen, Wünsche, Fragen oder Kritik? Schreiben Sie mir eine Nachricht oder rufen Sie mich an.

Ich wünsche Ihnen noch einen tollen Frühling!

Herzliche Grüsse und bleiben Sie gesund

Ihr
Michael Megerle

Ballaststoffe auch bei Bluthochdruck hilfreich

Ballaststoffe unterstützen nicht nur die Verdauung, sondern senken vermutlich auch den Blutdruck. Daher sollten besonders Menschen mit erhöhten Blutdruckwerten häufiger zu Obst, Gemüse und Vollkornprodukten greifen, empfehlen amerikanische Wissenschaftler von der Tulane Universität in New Orleans. Die Forscher werteten die Daten von 25 klinischen Studien mit insgesamt knapp 1.500 Probanden aus, die über verschiedene Zeiträume unterschiedliche Mengen Ballaststoffe verzehrt hatten. Das Ergebnis: Nahmen die Teilnehmer täglich mindestens sieben Gramm Ballaststoffe mit der Nahrung auf, sank ihr Blutdruck. Bei Bluthochdruck-Patienten und einer langfristigen Ernährungsumstellung war der positive Effekt besonders deutlich.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt, täglich mindestens dreißig Gramm Ballaststoffe aufzunehmen. Sie regen die Darmtätigkeit an und können den Cholesterinspiegel senken sowie vor bestimmten Krebserkrankungen schützen. Daher sollten Vollkorn- und Getreideprodukte wie Brot und Müsli fester Bestandteil des Speiseplans sein. Doch auch Gemüse, Obst, Kartoffeln, Hülsenfrüchte und Trockenobst sind wichtige Ballaststofflieferanten.

Quelle: Journal of Hypertension, Bd. 23, Nr. 3, S. 475

Etwas zum Nachdenken

Der Buddha sagt: >>Wartet nicht, sondern macht den gegenwärtigen Augenblick zum wundervollsten Augenblick eures Lebens.<< Das ist möglich mit Hilfe der Energie der Achtsamkeit.

Einatmend ist das Geschirrspülen wundervoll, denn ich bin am Leben, meine Augen sind gesund, meine Beine sind stark, ich habe ein Dach über dem Kopf. Es gibt so viele Bedingungen für unser Glück – jetzt.

Es ist möglich, im gegenwärtigen Moment glücklich zu sein, dazu müssen wir innehalten und im gegenwärtigen Moment verweilen. Innehalten, statt immer weiter zu rennen. Innehalten ist die grundlegende Bedingung für unser Glück.

Wenn wir darin Stabilität erlangen, wenn wir frei sind, dann können uns die Anhaftungen nichts mehr anhaben, in uns wird keine Angst mehr sein, und wir können jeden Augenblick unseres täglichen Lebens genießen. Diese beiden Energien- Stabilität und Freiheit – sollten wir kultivieren.

Unsere Praxis des Atmens, des Gehens, alles, was wir in Achtsamkeit tun, um in den gegenwärtigen Moment zurückzukehren und uns darin zu gründen – all das hilft uns, Stabilität, Festigkeit und Freiheit zu erlangen. Diese Art von Freiheit ist die Grundlage für unser Glück.

Tipp für die Vitalstoffküche Rapsöl statt Butter oder Margarine

Verwenden Sie zum Backen Rapsöl statt Butter oder Margarine. Rapsöl ist schmackhaft und sehr gesund. An der Rezeptur muss man dabei fast nichts ändern. Einfach die angegebene Fettmenge durch die selbe Menge Rapsöl austauschen. Am Besten geht dies bei Rührkuchen, aber auch bei anderen Backwaren und Süßspeisen. Der Teig wird zwar durch die Verwendung von Rapsöl statt Butter etwas flüssiger, das Backverhalten bleibt jedoch gleich.

Rapsöl enthält viele wichtige Vitalstoffe, aber kein Cholesterin. Ausserdem bekommt der Teig von Rapsöl eine schöne gelbe Farbe, verursacht durch das im Rapsöl reichlich vorhandene Lutein. Lutein ist ein Antioxidanz und schützt unsere Zellen vor freien Sauerstoffradikalen. Lutein ist ein sekundärer Pflanzenstoff der zu den Carotinoiden gehört.

Unser Rapskernöl Organic wird von der Teutoburger Ölmühle in einem völlig neuartigen, patentierten und umweltbewussten Verfahren produziert. Verwendet wird ausschließlich Raps aus kontrolliert biologischem Anbau. Das besondere daran: Der Raps wird zunächst geschält und erst dann in einem besonders schonenden Kaltpressverfahren aus den Rapskernen zum gold-gelben Raps-Kernöl verarbeitet.

Durch die Schälung wird verhindert, dass unerwünschte Inhaltsstoffe, vor allem Bitterstoffe, in das Öl gelangen, die bei der herkömmlichen Herstellung durch hohe Presstemperaturen entstehen und aus den Rapsschalen abgepresst werden. Aus diesem Grund enthält unser Raps-Kernöl keine unerwünschten Begleitstoffe, die seine geschmackliche Qualität beeinträchtigen. Zudem bleiben gesundheitlich wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe und Vitamine im Öl erhalten. Aufgrund seiner hervorragenden Qualität erhielt das Teutoburger Bio Rapskernöl das Ökotest Urteil "sehr gut"

Linktipp: <http://www.topfruits.de/produkt/rapsael-rapskernoel-organic-kaltgepresst-bio-oekotest-sehr-gut/>

Warum braucht die Nahrungsmittelindustrie so viele Zusatzstoffe?

Grund für viele, in der Nahrungsmittelindustrie benötigte Zusatzstoffe, ist das Bedürfnis des Konsumenten, nach Produkten die immer und überall den selben Geschmack und immer das gleiche Aussehen haben, dabei möglichst so lange haltbar wie ein Backstein. Bedauerlicherweise ist dieses Ansinnen eine Illusion.

Vielmehr muss man sich darüber im Klaren sein, dass um so naturbelassener ein Produkte ist, um so eher treten über die Zeit, Schwankungen in Aussehen und Geschmack auf, selbst wenn die Produkte von der selben Herkunft und vom gleichen Erzeuger sind.

Jeder kennt es von Äpfeln oder anderem Obst, oder von Wein. Mal ist ein Jahrgang süsser, mal saurer, mal ist ein Apfel aromatischer, mal mit viel Farbe mal mit weniger. Dies ist bedingt durch natürliche Einflüsse wie Witterung, Sonnenscheindauer, Niederschlagsmenge etc., welche den Entwicklungsprozess von Naturprodukten beeinflussen.

Ebenso ist dies bei verarbeiteten, wie bspw. getrockneten Produkten, je nach Geschmack und Konsistenz der Rohwaren gibt es Unterschiede beim Fertigprodukt, in Aussehen, Geschmack und Konsistenz.

Was das Bestreben der Obst/Gemüseerzeuger und Nahrungsmittelindustrie bewirkt hat, dem Verbraucher immer gleichförmige Produkte, nach dessen geschmacklichen Vorlieben zu liefern, sei im folgenden skizziert.

Letztlich resultieren in den letzten Jahrzehnten daraus Lebensmittel, die bereits durch Zucht ihrer natürlichen Vitalstoffe beraubt sind. Im weiteren geht durch die vielfach hochgradige Verarbeitung, unter Verwendung von allerlei fragwürdiger Zutaten, noch das letzte Quäntchen Lebensenergie verloren.

Wir haben heute so "tolle" und bei unseren Kindern so beliebte Produkte wie kastrierte Trauben oder Clementinen ohne Kerne, bitterfreie Gurken, Longlife Tomaten, Erdbeerjoghurt ohne Erdbeeren, und viele Naturprodukte die durch Farb- und/oder Konservierungsstoffe verdächtig appetitlich aussehen und schmecken ;-). Die reine Natur kann das leider nicht immer alles bieten, das muss jedem klar sein.

Diese Entwicklung bei unseren Nahrungsmitteln ist für unsere Gesundheit eine Fatale, denn selbst wenn eine Ernährungsweise in manchen Fällen ausgewogen erscheint, ist sie doch oft nur sehr kalorienreich aber bar jeglicher gesundheitlich wertvoller Vitalstoffe, wie Antioxidantien und Enzymen und viel zu ballaststoffarm. Dafür enthält sie in der Regel viele Zusatzstoffe die nicht immer so harmlos sind wie es scheint. Kein Wunder also wenn trotz nationaler Überernährung viele über Allergien, eine schlechte Verdauung und ein schwaches Immunsystem klagen.

Unser Tipp an den aufgeklärten Verbraucher, verlangen Sie ehrliche, ursprünglich und möglichst gering verarbeitete Produkte und seien Sie sich darüber im klaren dass diese nicht immer gleich sein können. Oder ist etwa das Wetter oder Ihre Laune jeden Tag die selbe ;-). In diesem Sinne - bleiben Sie gesund!

Vitamin A schützt möglicherweise vor Hörminderung

Vitamin A – auch Retinol genannt – ist vor allem für seine wichtige Funktion beim Sehvorgang bekannt. Möglicherweise bedeutet ein hoher Serumspiegel dieses fettlöslichen Vitamins und ähnlicher Substanzen aber auch, dass der Hörverlust im Alter gebremst wird.

Ein japanisches Forscherteam kam im Rahmen einer Untersuchung mit 762 Einwohnern von Kurabuchi, die 65 Jahre und älter waren, zu folgendem Ergebnis: Je höher der gemessene Serumgehalt an Retinol (Vitamin A) und Provitamin-A-Carotinoiden im Blut war, desto geringer war die (altersbedingte) Hörverschlechterung bei den Studienteilnehmern. Es ist also von besonderem Vorteil, seinen Vitamin-A-Status über einen hohen Nahrungsanteil von karotinhaltigen Nahrungsmitteln wie Karotten oder Spinat (Vitamin-A-Vorstufen) oder eine gezielte Nahrungsergänzung zu optimieren.

Wichtig, was auch die Grossmutter schon wusste ist dass Provitamin A haltige Nahrungsmittel, als fettlösliches Vitamin, zusammen mit Fett konsumiert werden sollte, am Besten in Form kalt gepresster pflanzlicher Öle. Bei einem Tomaten- oder Karottensalat ist das durch die Marinade ohnehin der Fall, wenn man sich einen Gemüsesaft mixt, gibt man einfach einen Schuss frische Lein- Hanf- oder Rapsöl dazu, damit hat man gleich noch etwas seinen Bedarf an wertvollen Omega 3 Fettsäuren gedeckt.

Linktipp: <http://www.topfruits.de/rubrik/oele-kaltgepresst/>

Vitalstofflieferanten der Extraklasse: Hanfsamen und Hanföle

Hanf und Menschen gehören seit Jahrtausenden zusammen. Zu Beginn grundlegende Rohstoffquelle, später kraftvoller Lebensmittellieferant. Heute besinnt man sich zurück zu den Ursprüngen und lernt die Vorzüge des Hanfes neu zu schätzen. Gerade rohe, geschälte Hanfsamen (auch Hanfnüsse genannt) und kaltgepresstes Hanföl bieten einen Reichtum an Vitalstoffen, wie es ihn nur selten in der Natur zu finden gibt. Hanfsamen und Hanföle dienen dem Menschen seit je her als wichtige Quelle für Proteine, Fette und Vitalstoffe. Bereits im Jahre 3700 vor Christus wurden Hanfsamen im chinesischen Medizinbuch "Pen Tsao", verfasst von Kaiser Chen Nung, als „überlegenes Elixier der Unsterblichkeit“ bezeichnet.

Ayurvedische Heiler verwendeten Hanfsamen schon vor 2000 Jahren, um Krankheiten zu behandeln. Viele alte Kulturen standen den Indern in nichts nach: Araber, Griechen, Juden und andere kulturelle Strömungen weltweit, nutzen Hanfsamen und daraus gewonnene Hanföle im therapeutischen Sinne – sie alle erkannten das gesundheitliche Potenzial der Nutzpflanze.

Sowohl Omega-3 als auch Omega-6 Fettsäuren sind essentielle Fettsäuren. Essentiell zum einen, weil sie sehr wichtig für die Gesundheit sind, zum anderen, weil der Körper sie nicht selbst erzeugen kann. Sie müssen über die Nahrung zugeführt werden.

Omega-3 Fettsäuren können etwa koronaren Herzkrankheiten vorbeugen, den Cholesterinspiegel senken, sind gut gegen Arthritis, wirken präventiv gegen Schlaganfälle und kognitive Erkrankungen. Auch Omega 6 Fettsäuren sind sehr wichtig für Gesundheit. Jedoch ist das Verhältnis zwischen beiden Fettsäuren entscheidend.

Die westliche Ernährungsweise ist sehr einseitig und stark Omega-6 lastig. Das große Ungleichgewicht im Fettsäuren-Haushalt des modernen Menschen wird mit vielen Zivilisationskrankheiten in Verbindung gebracht. In Hanfsamen liegt ein optimales Verhältnis von Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren - also von 3 zu 1 - vor. Samen und Öl der Nutzpflanze eignen sich hervorragend, um das Gleichgewicht der essentiellen Fette im Körper zu optimieren.

Hanfnüsse (Hanfsamen) enthalten 19 Aminosäuren, inklusive der 9 essentiellen Aminosäuren die vom Körper selbst nicht erzeugt werden können.

Mit 35 % Ölgehalt, sind Hanfsamen die reichste Quelle an essentiellen Fettsäuren im ganzen Pflanzenreich. Auch was die Proteine angeht sind sie oben auf – mit 25 % Proteinanteil und einem hohen Gehalt an hochwertigen Aminosäuren, sind Hanfsamen nicht nur für Vegetarier und Veganer eine hervorragende Alternative zu tierischen Eiweißen. Hinzu kommt, dass Hanfprotein äußerst leicht verdaulich ist.

In Hanfsamen sind die meisten, der lebenswichtigen Mineralien enthalten. Mit dabei: Kalzium, Magnesium, Zink, Eisen, Silizium, Phosphor, Schwefel und Kalium. Auch ihr Vitamingehalt weiß zu glänzen, sie enthalten: Vitamin C, E, B1, B2, B3 und B6. Hanfsamen sind auch eine reichhaltige Quelle an sekundären Pflanzenstoffen; schützende Substanzen, die Pflanzen vor Krankheiten und Umwelteinflüssen bewahren. Beim Menschen wirken diese Stoffe u.a. entzündungshemmend, verdauungsanregend, sie können das Immunsystem stärken und den Blutdruck senken.

Worin liegt der Unterschied zwischen zum Verzehr geeigneten Hanf und Marihuana? Sowohl Hanf als auch Marihuana entwachsen der gleichen Spezies, variieren jedoch in ihrer Ausprägung.

Marihuana Samen sind reich an THC; einem Stoff, der bewusstseinsweiternd wirkt. bei den zum Verzehr angebauten Sorten sind in den Hanfsamen nur verschwindend geringe Mengen an THC enthalten. Zugleich enthalten sie Substanzen, die der Wirkung von THC entgegenwirken. Für die Nahrung genutzter Hanf, bewirkt also das Gegenteil - er ist absolut unbedenklich.

Bei der Wahl der Hanfsamen/ Hanföls ist besonders darauf zu achten, dass es sich im naturbelassene, qualitativ hochwertige Produkte handelt. Ein Erhitzen des Hanfes – ob Öl oder Samen - lässt ihn oxidieren. Sprich: das Fett wird ranzig. Auch zu langes Aussetzen an Licht und Luft, kann dazu führen, dass er ranzig wird, und somit seine gesundheitsfördernde Wirkung nicht entfalten kann.

Anwendungstipp: Geben Sie Hanfsamen über Salate oder ins Müsli und verwenden Sie Hanföl an Stelle Ihres herkömmlichen Salatöls.

Linktipp: http://www.topfruits.de/advanced_search_result.php?keywords=hanf&x=0&y=0

Kunden fragen Topfruits antwortet

Frage:

Ich bin Kunde bei Ihnen und beziehe in regelmäßigen Abständen bei Ihnen "Granatapfel-Elixier" von Dr. Jacobs. Zu dem Produkt habe ich folgende Frage: Können Sie mir sagen, ob dieses Granatapfel-Elixier "sauer" im Körper verarbeitet wird oder "basisch" wirkt.

Ich bin aus folgendem Grunde interessiert: Ich bin Anwender von AFA-Algen, die absolut basisch ausgelegt sind und möchte vermeiden, dass bei einer Kombination von Algen und Granatapfel-Elixier dieser basische Effekt neutralisiert wird.

Antwort:

Granatapfel-Elixier wirkt basisch (wird basisch verstoffwechselt), da es viel natürliches Citrat und Citronensäure enthält.

Hinweis: Stellen auch Sie uns Ihre spezielle Frage zu Vitalstoffthemen. Wir helfen Ihnen, wo möglich, gerne weiter.

Je mehr etwas offiziell bekämpft wird umso mehr ist meist an einer Sache dran

Weltweit erkranken jährlich rund zwölf Millionen Menschen an Krebs. Allein in Deutschland sind es mehr als 400.000 neue Patienten jedes Jahr. Knapp zwei Drittel davon sterben. Trotz Milliarden an Forschungsgeldern ist es der Schulmedizin bis heute nicht gelungen, ein erfolgreiches Krebsheilmittel zu entwickeln.

Stattdessen werden die Patienten mit Chemotherapie und Bestrahlung traktiert, obwohl beide Behandlungsmethoden bis heute keine nachgewiesene und reproduzierbare Heilwirkung bei Krebs haben. Der Grund? Die Chemotherapie ist ein Milliardengeschäft. Allein im vergangenen Jahr wurden mit Krebsmedikamenten 48 Mrd. Dollar umgesetzt. Nach offiziellen Schätzungen sollen es 2012 bereits 75 Mrd. Dollar sein. Um diesen lukrativen Markt nicht zu gefährden, werden von der Pharmalobby alle alternativen Ansätze zur Heilung von Krebs bekämpft.

Bereits vor 50 Jahren entdeckte der amerikanische Arzt Ernst Theodor Krebs, dass Krebs eine »Mangelkrankung« ist. Unserer modernen Ernährung fehlt das Vitamin B17 (auch Laetril oder Amygdalin genannt). Bereits in den 1970er-Jahren behandelte Dr. Richardson zahlreiche Patienten in der Richardson Cancer Clinic mit Vitamin B17. Viele von ihnen kamen erst zu Dr. Richardson, als sie bereits als »austherapiert« galten und die Schulmediziner sie zum Sterben nach Hause geschickt hatten. Nicht allen konnte Dr. Richardson mehr helfen, vielen allerdings doch.

Das Buch Laetril im Kampf gegen Krebs schildert anhand vieler Krankengeschichten die erstaunlichen Heilerfolge bei den unterschiedlichsten Krebsarten und es dokumentiert den Kampf eines unerschrockenen Mediziners gegen Pharmakartell und Politik. Unbedingt lesenswert.

Linktipp: <http://www.topfruits.de/produkt/laetril-im-kampf-gegen-krebs-von-john-a-richardson-patricia-irving-griffin-b17>

Weisheit

Ein einziger Grundsatz wird dir Mut geben, nämlich der, dass kein Übel ewig währt. (Epikur)

Hinweise zu neuen und bekannten Topfruits Services

Einige neue Services in unserem Online Shop finden Sie erklärt auf der Seite <http://www.topfruits.de/info/shopfunktionen> . Werfen Sie mal einen kurzen Blick drauf.

Die neuesten Features:

Abo Benachrichtigung: Wenn Sie am Shop angemeldet sind, können Sie in Ihren Kontoeinstellungen Abo Benachrichtigungen für beliebige Artikel konfigurieren. Wie das aussieht sehen Sie auf diesem Screenshot http://topfruits.de/images/produktabo_screenshot.jpg.

Dies ist besonders praktisch, wenn Sie jeden Sie bspw. jeden Monat eine Tüte Müsli, oder ein eine bestimmte Nahrungsergänzung bestellen möchten. Sie können sich dann mit dieser Funktion für ein beliebiges Produkt Startdatum und Erinnerungsintervall konfigurieren. Sie bekommen dann automatisch zum gewünschten Zeitpunkt eine Benachrichtigung. Ideal geeignet ist diese Funktion auch damit Sie keine Saison oder neue Ernte eines Produktes mehr verpassen. Einfach ein Jahresintervall zu einem Produkt eintragen und pünktlich im September o. Oktober werden Sie bspw. an den Start der neuen Saison für Cranberries erinnert.

Topfruits auf Twitter folgen und immer top informiert sein

Wir wollen Twitter künftig für schnelle, aktuelle und nützliche Nachrichten und Informationen verwenden.

Wenn Sie unter <http://twitter.com/Topfruits> verpassen Sie bspw. keine Info mehr wenn Produkte wieder aus neuer Ernte zur verfügbar sind.

Ausserdem wird es jeden Tag einen Gesundheitstip, ein Motto des Tages, einen Rezepttip oder ähnliches geben, das Ihnen einen Nutzen bringt. Probieren Sie´s aus. Ihr Topfruits Team :-)

Neue Produkte bei Topfruits

Alle neuen Produkte finden Sie unter dem folgenden Link <http://www.topfruits.de/artikel/neu>

Türkischer Bergtee (Sideritis dichotoma) (kontr. ökol.Anbau)

Der Bergtee ist eine Pflanze mit viel Aroma (zitronig-erdig). Bergtee können Sie den ganzen Tag bis zum Abend geniessen. Ein Tip für Aromafreunde: Während Sie kochendes Wasser über den Bergtee gießen, riechen Sie einen Augenblick lang die duftende Maccia, wo er herkommt. Zubereitung: 1 Rispe für ca. 1/2 l Wasser. Mit kochendem Wasser überbrühen und nach ca. 2 - 3 Minuten (höchstens) abseihen. Bitte nicht auf Vorrat zubereiten, sondern immer frisch. Durch den Gerbsäuregehalt wird der Tee sonst leicht bitter. Der Bergtee ist sehr leicht und sehr ergiebig.

<http://www.topfruits.de/produkt/bergtee-natur-sideritis-dichotoma-bio-kba/>

Enzymtabletten (KaRazym®) mit optimaler proteolytische Gesamtaktivität von 1.800 FIP pro Tablette

In Bezug auf den Gehalt an Papain und Bromelain, sowie die proteolytische Gesamtaktivität mit 1.800 FIP pro Enzym-Tablette ist Karazym deutliche besser dosiert und hat damit ein ganz hervorragendes Preis-Leistungsverhältnis. Man kann so erforderlichenfalls auch höhere Dosierungen bequem einnehmen, ohne dass es zu unangenehmen Begleiterscheinungen bei der Verdauung, verursacht durch viele Füllstoffe, kommt.

<http://www.topfruits.de/produkt/enzymtabletten-karazym-gute-proteolytische-gesamtaktivitaet-1800-fip-pro-tablette/?cPath=211>

Eine erfolgreiche Arznei - und Ernährungsbehandlung gut- und bösartiger Geschwülste - Dr. Johannes Kuhl (Nachdruck)

Dr. Johannes Kuhl hatte bereits in den 50er Jahren mit seiner Ernährungsbehandlung, basierend auf der regelmäßigen Verwendung von pflanzlichen Milchsäure-Gährungsprodukten, erstaunliche Erfolge in der Behandlung von Tumorerkrankungen erzielt. Über mehr als zwei Jahrzehnte hat Kuhl mit seiner einfachen Methode, tausenden von unheilbar Krebskranken geholfen und hat dabei eine umfangreiche Beweisführung seiner Thesen aufgebaut. Zu seiner Zeit wurde er von seinen orthodoxen, gleichwohl erfolglosen Kollegen verlacht und bekämpft. So wie das auch heute vielen Medizinern passiert, die sich erdreisten Alternativen oder Ergänzungen in der Krebstherapie aufzuzeigen.

Basierend auf den Erkenntnissen von Nobelpreisträger Warburg, hervorragende Beobachtung und eine Vielzahl praktischer Erfahrung, formuliert Kuhl seine ganzheitliche Ernährungstherapie mit Schwerpunkt auf dem Wert der pflanzlichen Milchsäure. An Patientengeschichten zeigt Kuhl den grossen Wert seiner einfachen Kostform und gibt dem Krebskranken Möglichkeiten an die Hand, wie er durch seine Ernährungsweise selbst positives für seine Gesundheit bewirken kann.

<http://www.topfruits.de/produkt/eine-erfolgreiche-arznei-und-ernaehrungsbehandlung-gut-und-boesartiger-geschwuelste-dr-johannes-kuhl-nachdruck/?cPath=-2>

Kakaopulver 100%, bio kbA, Rohkostqualität

Dieses Kakopulver hat mit industriell hergestelltem Kakopulver nichts zu tun. Rohkakaopulver das ist 100% Kakao aus besten kolumbianischen Kakao-Bohnen, geschält, entölt und gemahlen. Das bedeutet pu-

rer, herber Kakaogenuß für den Vitalstoffjunkie, mit einem ausgesprochen hohen Anteil wertvoller Radikalfänger (Poyphenole). Kakao macht glücklich! Die Kakaobohnen wurden nur fermentiert und getrocknet und eignen sich deshalb auch für eine Rohkosternährung. Vielfältige Verwendungsmöglichkeiten zur Herstellung von Shakes, roher Schokolade, oder gemischt beispielsweise mit getrockneten Cranberries. Interessante Infos zum besonderen Wert der Vitalstoffe in Kakao finden Sie in dem Bestseller von Prof. Dr. med. Richard Beliveau - "Krebszellen mögen keine Himbeeren"

100% naturreiner Bio-Granatapfelsaft

Direktsaft aus vollreifen Bio-Granatäpfeln, ohne Zusatz von Zucker. Auch für Diabetiker geeignet. Hervorragendes Preis-Leistungsverhältnisse für hochwertige Erzeuger Erstabfüllung. In der 1L Glasflasche. <http://www.topfruits.de/produkt/bio-granatapfelsaft-100-direktsaft-aus-vollreifen-granataepfeln-1-liter>

Beeren-Mix, natur, Vitalbeerenmischung ohne Farb- oder Konservierungsstoffe

Aus der Schatzkammer von Mutter Natur. Eine kraftvolle und schmackhafte Knabber-Mischung aus ganz besonderen Beeren, voller antioxidativer Power. Alle Früchte sind 100% Natur, ohne Farb- oder Konservierungsstoffe.

Manche Beeren, wie die Aroniabeere sind aufgrund ihres Gerbsäuregehaltes bei den Kunden zum Knabbern nicht so beliebt, obwohl sie gesundheitlich sehr wertvoll sind. Mit unserem Beerenmix haben wir eine Mischung aus gesundheitlich wertvollen Beerenfrüchten, die sich auch geschmacklich hervorragend ergänzen. Jeder Kunde der die Mischung bisher probiert hat war begeistert.

Zutaten : Aroniabeeren, Kapstachelbeeren (Physalis), Cranberries, Goji Beeren, Maulbeeren, blaue Weinbeeren.

<http://www.topfruits.de/produkt/beeren-mix-natur-vitalbeerenmischung-ohne-farb-oder-konservierungsstoffe>

Cranberry Vegi-Kapseln 120 St. mit einem 1:25 Extrakt.

Ihre Beliebtheit verdankt die Cranberry ihrem Gehalt an natürlichen Antioxidantien und sekundären Pflanzenstoffen. Inhaltsstoffe aus der Cranberry gelten als hilfreich für die Gesundheit von Harnweg und Blase.

Durch den regelmäßigen Verzehr von Cranberries kann der Anteil der sekundären Pflanzenstoffe in der Nahrung in wünschenswerter Weise erhöht werden.

<http://www.topfruits.de/produkt/cranberry-kapseln-120-stueck-vegicaps-je-400mg-125-cranberry-extrakt>

Konjakmehl - Konjakwurzel getrocknet, gemahlen

Die gemahlene Konjakknolle wird in der asiatischen/japanischen Küche verwendet. Angerührt mit Wasser bekommt das Pulver eine geleeartiger Konsistenz, dabei ist es fast geschmacksneutral. Konjak ist ein Nahrungsmittel welches zu 75% aus unverdaulichen Kohlehydraten besteht, es hat deshalb eine sehr niedriger Energiedichte und wenig Kalorien. Das Mehl wird eher wegen seiner volumen-erzeugenden Eigenschaften geschätzt, als wegen seines Geschmacks.

Es eignet sich deshalb gut als nahezu kalorienfreies Verdickungsmittel. Bekannt ist Konjakmehl auch aus Schlankheitsprodukten, da die enorme Quellwirkung für ein lange anhaltendes Sättigungsgefühl sorgt.

<http://www.topfruits.de/produkt/konjakmehl-konjakwurzel-getrocknet-gemahlen-amorphophallus-konjac-teufelszunge/>

Grünlipp Muschelkonzentrat 120 Vegikapseln a 500mg

Grünlipp Muschelkonzentrat ist eine Nahrungsergänzung zur Unterstützung der Vitalität von Knorpel und Gelenken.

Starke Belastbarkeit der Gelenke durch Übergewicht, berufliche Belastung sowie altersbedingter Verschleiß erhöhen den Bedarf an speziellen Vitalstoffen die unser Körper als Reparaturstoffe für die Regeneration benötigt.

<http://www.topfruits.de/produkt/gruenlipp-muschelkonzentrat-120-vegikapseln-a-500mg>

Das Buch Ihres Lebens – 97-seitige umfangreiche astrologische Auswertung

Für Sie selbst oder als erstaunliches und überraschendes Geschenk. Viele haben erst dadurch dieses Dokument ihr eigentliches Ich entdeckt. Sie werden erstaunt sein über das was Sie lesen werden, vermutlich geht es Ihnen dabei genau so wie mir.

Das Horoskop ist ein Abbild des Sternenhimmels im Augenblick der Geburt des Menschen. Aus vielen hundert einzelnen Elementen werden die verschiedenen Deutungsmerkmale herangezogen, welche für Sie entscheidend sind. Die Astrologie hat in den letzten Jahren das Interesse der Menschen in Bewegung gebracht. Wer die Zeit erkannt hat, der weiß, daß der Mensch selbst etwas tun muß, das ihn weiterbringt. Der Kluge hat erkannt, daß er für die Evolution selbst zuständig ist. Wenn Sie mit der Astrologie in die Urtiefen Ihres Seins vordringen, erleben Sie mit Freude, wie wirkungsvoll Sie an Ihrer Evolution arbeiten und so selbst handeln können.

Ich bin sicher, Sie werden genauso erstaunt sein, wie ich es war (mm), als ich mein Exemplar gelesen habe. Ideal auch geeignet als Geschenk für einen Angehörigen den man mal verblüffen möchte.

<http://www.topfruits.astro-book.info>

Lecitinpulver aus Raps - der Tipp für Vegetarier

Lecitin Pulver ist ein aus Raps hergestelltes Lecitin, geprüfte Qualität, ohne Gentechnik, frei von Farb - Konservierungs- oder Aromastoffen. Meist wird Lecitin das zur Nahrungsergänzung angeboten wird, aus Soja gewonnen, was aus unterschiedlichen Gründen für uns nicht in Frage kommt!

Vegetarier, bzw. Veganer müssen besonders auf eine ausreichende Versorgung mit Lecitin achten. Bei einer Lecitinunterversorgung kann der zusätzliche Verzehr von 10g Lecitin am Tag, die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit fördern. Darüber hinaus verkürzt Lecithin die Erholungszeit nach sportlicher Betätigung.

Die Inhaltsstoffe, wie Phospholipide, Cholin oder Inositol, sind wichtige Bestandteile unserer Gehirn - und Nervenzellen. Weiterhin fördert Lecitin in besonderer Weise den Leberstoffwechsel und hat schützende Eigenschaften auf Magen und Darm.

<http://www.topfruits.de/produkt/lecitin-leciflor-lecitinpulver-aus-raps>

Wenn Sie Fragen zu diesem Newsletter oder zu unseren Produkten haben so rufen Sie uns bitte gerne an oder schreiben Sie uns eine Mail. Unsere kostenfreie Bestell- und Servicehotline nutzen Sie unter 0800-1828300

Optimieren Sie Ihre tägliche Ernährung und gewinnen Sie dadurch mehr Vitalität und Lebenskraft ! Besuchen Sie uns unter <http://www.topfruits.de> und entdecken Sie viele Produkte für ein gesundes Leben zu fairen Preisen, verbunden mit dem erstklassigen und weithin bekannten Topfruits Service

<http://www.topfruits.de/info/kundenmeinungen>