

Fields of Greens



פרק 3

אספסת, חיטה ופלפלת חריפה. תרכובות תזונתיות המצויות ב"עשב דגנים" הן בטא-קרזין, אנזימים, חומצת אמינו, ויטמינים, כלורופיל וכן סיבים תזונתיים (בכמות גדולה יותר מאשר בסובין). מבט חטוף ברשימת הרכיבים מגלה קרן שפע של אלמנטים תזונתיים, אשר הורכבו לכדי נוסחה המתאימה במיוחד להתמודדות עם חסרונות "האכילה הנוחה".

עשב השעורה - עד שבני האדם למדו להשתמש בחיטה ושיפון, השעורה היתה התבואה העיקרית ששימשה לאפיית לחם באירופה. ידוע שמין צמח השעורה הצעיר, מכיל קוקטייל מינרלים עשיר: אשלגן, סידן, מגנזיום, ברזל, נתרן, נחושת, זרחן, אבץ, מנגן, (וכמו גם תרכובת אנטיאוקסידנטית הידועה בשם 2-0-Glycosylisovitexin 2-0-GI) המצוייה באופן טבעי בעלי שעורה ירוקים. פרופ' שיבמוטו מאוניברסיטת קליפורניה (דוויס) אמר: "2-0-GI היא בעלת עוצמה השווה לכל חומר אנטיאוקסידנט". דר' ריצ'רד גולד ממכללת פסיפיק לרפואה מזרחית כתב על שעורה ירוקה: "ככל שמתמידים בשימוש בחומר זה, כן מתעצמים יתרונותיו הרפייניים".

עשב החיטה - מזון עשיר, שגם הוא מכיל מבחר גדול של ויטמינים, מינרלים ומרכיבי קורט. דר' אן וויגמור טוענת שק"ג אחד של עשב חיטה טרי, שווה בערכו התזונתי ליותר מכ- 20 ק"ג של ירקות טריים.

אספסת - מאחר ושוורשי האספסת מעמיקים לצמח באדמה (עד לעומק של 40 מטר), הם סופגים מינרלים מקרקע עשירה. כך הופך צמח האספסת מקור למזון נוסף, עשיר במינרלים חיוניים לשימוש האדם. מינרלים אלה מאזנים להפליא וקלים לספיגה. אספסת היא גם מקור מצויין לויטמינים A, B6, E, K. היא מורידה רמות של כולסטרול והינה צמח אסטרונגי טבעי.

פלפלת חריפה - משמשת מזה זמן רב כתרופה מסורתית. נמצאה כמשפרת את הולכת הדם ומסייעת בעיכול.

דבש - תכונות הדבש כמקור תזונה ייחודי ידועים היטב כמקור לויטמינים, מינרלים וחומצות אמינו - מקומו של הדבש לשיפור אנרגיה ורפיית בלתי מעורער.

תאור ומטרה

בעברנו בדרכים באביב או בקיץ, מעורר אותנו מראה הירקות הטרשים והתבואה הבשלה המוכנה לקציר. אך בביקורינו במרכולים או חולפים על פני דוכני הירקות ושולפים מן המקררים אוכל מוכן וקל להכנה.



הורינו עודדו אותנו תמיד לאכול "ירקות ירוקים", אך לעיתים קרובות מדי קצב החיים מכתוב את הצורך להעדיף את הדרך המהירה יותר של אכילת אוכל מוכן, על פני היתרונות התזונתיים של אוכל טרי. בכך אנו מחסירים

סימון תזונתי לטבלית		
אנרגיה	2.6	קק"ל
חלבונים	113	מ"ג
פחמימות	438	מ"ג
שומנים סיבים	44	מ"ג
תזונתיים	160	מ"ג

מגופנו את היסודות התזונתיים החיוניים המצויים בירקות ובתבואה בעת איסופם בשדות.

חברת FLP מספקת את התשובה: מקור אספקה נוח ליסודות תזונתיים רבים, המצויים בירקות טריים, אך נעדרים באוכל היומיומי שלנו.

"עשב דגנים" הוא שם נאה לתוסף תזונה מאוזן מיוחד זה. "עשב דגנים" משלב את היתרונות התזונתיים של שעורה ירוקה צעירה,

עשב דגנים

Fields of Greens



פרק 3

רכיבים

- עשב השעורה (אבקת עלים) 120 מ"ג
- עשב חיטה (אבקת עלים) 120 מ"ג
- אספסת (אבקת עלים) 120 מ"ג
- פלפלת חריפה (אבקת פרי) 1.7 מ"ג

רכיבים נוספים

דבש, סורביטול, מגנזיום סטיראט, חומצה סטיארית, צורן.

מכיל

80 טבליות

שימוש מומלץ

טבלית אחת, פעמיים ביום.

חשוב לדעת:

- משמש מקור חלופי למחסור בחומרים חיוניים
- עקב הימנעות מאכילת ירקות טריים.
- מולטי-ויטמין ומולטי-מינרל מצוין לשימוש כללי.
- עשיר במינרלים.
- כלורופיל עוזר בהגנה נגד השפעות קרינה.
- למהדרין.
- מוצר מס' 68.