

Энергия солнца и Жигулевских гор в каждом зерне



Ростки
пшеничные
и ржаные

ЛУЧШИЙ НАТУРАЛЬНЫЙ ПРОДУКТ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ



Пророщенные зерна пшеницы – бесценный дар природы, источник здоровья и красоты



«Пища должна быть лекарством, лекарство должно быть пищей...»

Гиппократ

Еще за 3000 лет до нашей эры египтяне и китайцы регулярно употребляли в пищу проростки пшеницы. Такими же проростками капитан Кук избавил свою команду от цинги. Существует Легенда: «Однажды город-крепость на берегу Амударьи был осаждён кочевниками. Когда кончились все припасы, старейшины приказали извлечь последние мешки отсыревшей и проросшей пшеницы. Когда защитники города отведали неприглядное на вид варено, они почувствовали

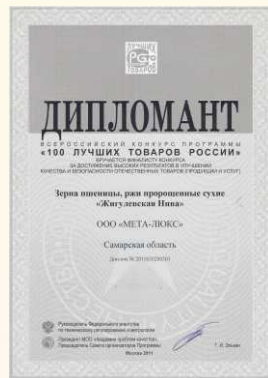
такой прилив сил и с яростью стали отбивать атаки врагов, что те пришли в замешательство и отступили. На земле снова утвердился мир». В наше время во многих европейских странах пророщенные зерна широко используют в различных оздоровительных диетах, они стали привычной частью рациона людей, ведущих здоровый образ жизни.

Ежедневное употребление пророщенных зерен пшеницы позволяют сохранить здоровье и бодрость, что особо важно в экологически неблагоприятных городских условиях и это как раз то, что нужно изголодавшемуся по витаминам организму.



Продукт легко усваивается, содержит огромное количество натуральных витаминов С, Е, А и микроэлементов, а также оптимальное сочетание белков, углеводов и минеральных

веществ. Белок зародыша пшеницы близок по составу к белку мяса. Очень много в пророщенном зерне содержится железа, фосфора, магния и кальция, аминокислот и клетчатки, которая нормализует работу желудочно-кишечного тракта и благотворно влияет на кишечную флору.



Пророщенная пшеница оздоравливает и омолаживает организм в целом:

- стимулирует обмен веществ и способствует снижению избыточного веса;
- очищает кровь от токсинов;
- восстанавливает остроту зрения, координацию движений;
- повышают иммунитет;
- усиливает и повышает мужскую силу, омолаживает мышцы, придает им упругость и способствует деторождению;
- полезен при лечении аллергии и сахарного диабета;
- оздоравливает кровеносную и нервную системы, облегчает последствия стрессов, повышает работоспособность, омолаживает организм.

Главное учесть, что пророщенные зерна пшеницы не следует подвергать термической обработке, чтобы они не потеряли своих полезных свойств. При изготовлении хлопьев применяется уникальная низкотемпературная сушка, которая позволяет сохранить все полезные вещества и витамины пророщенных зерен.

Необходимо ежедневно употреблять в пищу 2–4 столовые ложки проросших зерен. Их можно есть в чистом виде, или в качестве биологически активной добавки в салатах, кашах, тонизирующих напитках. Также у нас можно приобрести другие продукты здорового питания, в состав которых входят пророщенные злаки, такие как квас, каши, мюсли, печенье, сухари и другие кулинарные и кондитерские изделия с добавлением пророщен-



Кулинарные рецепты из пророщенных зерен

- Перемешать 3–4 ст. ложки пшеничных проростков “Жигулевская Нива” с медом, фруктами, орехами и творогом.
- Сухие пшеничные проростки “Жигулевская Нива” – 2–3 ст. ложки залить кефиром 100–150 мл 1–2% жирности, добавить фрукты или овощи по вкусу. Это блюдо на завтрак предпочтительно готовить с вечера или за 1 час до еды.
- Вкусны и сытны лепешки, которые замешивают на воде и выпекают на посыпанном мукой противне. Из 1 ст. ложки сухих пшеничных проростков получается одна лепешка (величиной с овсяное печенье). Это сытная еда на завтрак — с маслом, медом, чаем и т. п.
- 4 ст. ложки сухих пшеничных проростков залить теплым бульоном (40–50°C). Соль и перец добавляется по вкусу. Легкий ужин готов через 5 минут.



*Приобрести можно в каждом магазине:
Покупочка, Меркурий, Пчелка, Элит,
Еда.ru, Лента, Ценорез, Любимый магазин,
Ананас, Миндаль
в интернетной сети "БиоМед"*

www.nivainfo.ru

445359, г. Жигулевск,
ул. Морквашинская, 55а
тел./факс: (848 62) 2-10-70,
7-19-88, 8(937)661-63-87
8(927)7707433
meta.luxe@yandex.ru

109391, г. Москва,
Орехово-Зуевский проезд, д. 10
тел.: (499) 784-41-15, 784-41-
16,
moscow@meta-ru.ru

г. Самара, ул. Матросова,
153, офис 212
тел.: (846) 203-03-95,
8 937 653-10-14
meta-luxe-samara@mail.ru