



Bio maca sproszkowany korzeń 250 g.

Nr katalogowy: DEFC-75710

Producent: Sanct Bernhard

Czas wysyłki: 3 dni

Cena

66,00 PLN

Opis produktu

Bio maca sproszkowany korzeń 250 g

Maca (*Lepidium meyenii*)

Fizyczny i umysłowy fitness

Maca jest odporną wieloletnią rośliną uprawianą w Andach, na wysokości od 3300 - 4500 m. n.p.m. Do użytkowych części rośliny należy korzeń bulwiasty, który wygląda jak duża rzodkiew (do 8 cm średnicy).

W przeciwieństwie do innych roślin bulwiastych, maca wyrasta z nasion. Rośnie w strefie zwanej "suni" oraz "puna", w których niskie temperatury i silne wiatry nie pozwalają na wzrost większości innych roślin.

Maca zawiera: alkaloidy, aminokwasy, beta-ekdyzon, węglowodany, kwasy tłuszczowe, glukozynolany, p-metoksybenzyl izotiocyjanianu, białko, saponiny, sitosterole, stigmasterol, garbniki, witamina A, witamina B1, witamina B2, witamina B6, witamina C, witamina E oraz minerały: żelazo, magnez, potas, wapń, sód, fosfor, jod, cynk.

Polecamy 3 do 5g (od 1/2 łyżeczki do 1 łyżeczki) macy jako dodatek do deserów, koktajli lub jogurtu.

Zawartość netto: 250 g

Kraj pochodzenia: Peru

Spośród witamin obecnych w mace wymienić należy następujące:

- witamina A - ok. 0,07 mg/100 g,
- witamina B1 - ok. 0,15 mg/100 g,
- witamina B2
- witamina B6 - ok. 0,31 mg/100 g,
- witamina C - ok. 3,1 mg/100 g,
- witamina E

Sole mineralne, jakie zawiera korzeń macy to:

- wapń - ok. 260 mg/100 g,
- żelazo - ok. 17 mg/100 g,
- miedź - ok. 6 mg/100 g,
- cynk - ok. 4 mg/100 g,
- mangan - ok. 1 mg/100 g,
- potas - ponad 2 g /100 g.

Kronthaler, jeden z najsłynniejszych austriackich alpinistów zdobywca Nanga Parbat (8125 m), najdalej na zachód wysuniętego ośmiotysięcznika twierdzi: „by sprostać nadludzkim wymaganiom, a dokładniej - skłonić się do wysiłku, całkowicie polegałem na macy, którą regularnie przyjmowałem. Byłem zupełnie przekonany o jej skuteczności”.