

Tatarský pohankový čaj

Tartary Pohankový čaj nebo Soba Cha (v japonském stylu) je naprosto jedinečný produkt. Obsahuje:

- bílkoviny a sacharidy;
- komplex vitamínů;
- škrob;
- vláknina;
- 18 aminokyselin, z nichž 8 aminokyselin je nenahraditelných (to znamená, že jsou pro lidi nezbytné, ale nejsou vytvářeny naším tělem);
- 13 fenolických kyselin;
- 20 základních mikroživin a makroživin.

Zbývá dodat, že ve srovnání s běžnou pohankou má Tartary pohanka neuvěřitelně příjemnou, živou vůni a chuť.

Je těžké to popsat slovy: něco mezi čerstvě upečeným chlebem a ovesnými vločkami namočenými v mléce.

Pohankový čaj - nápoj s příchutí dětství a komplexu vitamínů

Korejci tomu říkají jídlo pro bohy a Japonci všelék. V čínské medicíně se tatarská pohanka používá již několik tisíc let a dnes zůstává jedním z klíčových produktů, které šetří stovky nemocí. Nejstarší záznamy o tatarské pohance v ajurvédě pocházejí ze 3. století před naším letopočtem. Evropané jej začali používat teprve před třemi sty lety, ale určitě si na něj našli chuť. Za starých časů to bylo pečlivě sebráno, zabaleno v pytlích, které měly zlatou hodnotu.

Dnes si každý, kdo se stará o zdraví a má dost všech druhů „syntetiky“ (od konzervačních látek po barviva a látky zvýrazňující chuť a vůni), může dovolit seznámit se s kouzlem, které obklopuje tatarskou pohanku.

Složení pohankového čaje

Na rozdíl od jiných druhů čajových nápojů se pohankový čaj nevyrábí ze sušených listů čajovníku. Zrna neobvyklé rostliny - tatarská pohanka - jsou pěstována a sbírána pro přípravu tohoto čaje. Navzdory samozřejmému názvu neroste v Tatarstánu, ale na jihozápadě, severu Číny a Tchaj-wanu.

Při výrobě granulí pohankového čaje se mladá semena sbírají, když dosáhnou svého maxima zrání, když je koncentrace živin maximální. K dosažení tohoto cíle se pohanka pěstuje pouze na určitých místech a v daném čase se přísně sbírá.

Příprava:

1 polévkovou nebo 2 čajové lžičky granulátu zalijte v šálku 2dcl horkou vodou a nechte alespoň 10 minut louhovat. Občas můžete zamíchat. Po té můžete pomalu a postupně popíjet. Po vypití můžete

znovu zalít a celý proces opakovat. Celkem můžete zalít 4-5 krát. Minerály, vitamíny a ostatní tělu prospěšné látky se neustále do vody uvolňují. 1 dávka Vám tak vydrží i na celý den.

Po vypití můžete rozměklý granulát zkonzumovat, pro vstřebání všech účinných látek a doplnění zdraví prospěšné vlákniny.

Vitamíny

Díky pečlivě kalibrované technologii je vitamínové složení granulovaného čaje působivé. Zahrnuje vitamíny následujících skupin:

- A (prevence poškození zraku a jeho zlepšení);
- B - B1 (přispívá k produkci bílkovin), B2 (zlepšuje zdraví pokožky) a B6 (chrání před úzkostí);
- C (posílení imunitního systému, zvýšení odolnosti těla proti stresu a patogenním mikrobům, rychlý metabolismus);
- E s antioxidačním účinkem (omlazení, oprava vlasů a nehtů, zvýšení vstřebávání živin pokožkou);
- PP (přeměna tuků na sacharidy - přispívá ke zpracování jídla na energii místo ukládání tuku).

Užitečné látky

Komplex vitamínů je plus. Ale ti, kteří slyšeli něco o zdravých stravovacích návycích, si pravděpodobně pamatují, že k absorpci těchto užitečných látek jsou nutné další produkty. Například hořčík je v metabolickém procesu nepostradatelný. Draslík je také nezbytný, protože srdce začíná kvůli jeho nedostatku fungovat špatně, i když má tělo dostatečnou hladinu vitamínů.

Obě látky lze nalézt v pohance z Tartary a jejich vysoký obsah zůstává v čajových granulích získaných z pohankových zrn. Kromě toho existují také měď, která je nezbytná pro vstřebávání železa, a samotné železo, které se podílí na krvetvorbě a přispívá k nasycení krve kyslíkem.

Zinek obsažený v produktu zlepšuje reprodukční funkci a řídí produkci hormonů. Rovněž stabilizuje hladinu cukru v krvi a předchází diabetické krizi. Nakonec selen podporuje přirozené obranné systémy a zůstává jedním ze základních prvků pro normální výkon srdce. A je také přítomen v tatarské pohance.

Aminokyseliny a flavonoidy

Obsah aminokyselin, užitečných flavonoidů, fenolových kyselin v pohankovém čaji je mnohem vyšší než v rýži nebo pšenici. A myslet si, že obiloviny jsou doporučovány pro výživu ve vzdělávacích a jiných zařízeních dětí právě kvůli vysokému obsahu těchto látek v nich. Obsah těchto látek v tatarské pohance je mnohem vyšší. Jejich komplex je navíc poměrně vyvážený:

- lysin posiluje pohybový aparát - vazy, šlachy, chrupavky;
- kyselina olejová (esenciální omega-9) reguluje obsah cholesterolu a přispívá k rychlé eliminaci jeho přebytku (čistí krev a zlepšuje vaskulární propustnost);
- kyselina linolová stimuluje přirozený růstový proces (proto je pohankový čaj pro děti tak prospěšný);
- lipidy posilují svaly, urychlují nervové impulsy, stimulují aktivitu enzymů, „urychlují“ metabolické procesy;

- rutin - jeden z 26 flavonoidů - omlazuje pokožku, posiluje cévní systém, předchází krevním a srdečním chorobám;
- aminokyseliny vanilkové, gallové, ferulové a kávové přispívají k produkci kolagenu, který omlazuje a napíná pokožku, má protizánětlivý účinek a snižuje riziko vzniku krevních sraženin.

Výhody pravidelné konzumace čaje Soba

Krása pohankového čaje spočívá v tom, že poskytuje nejen rychlý účinek (vitalita, svalový tonus, dobrá nálada, zdravá pleť), ale také tento účinek zvyšuje v procesu pravidelné konzumace. Nápoj je vhodný jak k prevenci nemocí, tak k pravidelnému čištění těla a jako podpora při léčbě onemocnění srdce, jater, ledvin a orgánů gastrointestinálního traktu.

Jeho celkové výhody jsou následující a jsou spojené zejména s odkyselením organismu, v důsledku doplnění organických minerálů

- dekongestující a protizánětlivý účinek (zmírňuje pocit tíhy a otoků v nohou po celodenním „běhání“ na vysokých podpatcích);
- celkové zlepšení zdraví v případě anémie;
- zrychlení metabolismu;
- normalizace hladin glukózy (můžete zapomenout na onemocnění 21. století, tj. Syndrom chronické únavy);
- odstranění špatného cholesterolu;
- posílení imunity;
- normalizace hmotnosti.

Posílení imunity

26 flavonoidů, včetně neaktivnějších rutinů a kvercetinu, představuje celou „armádu“ antioxidantů chránících lidské zdraví. I v chladném období je velmi nepravděpodobné, že chytíte ARVI, když máte takovou podporu. Po tisíce let používají Asiaté pohankový čaj k léčbě sezónních onemocnění a navzdory mutacím různých nemocí zůstávají játry planety.

Prevence cukrovky

V Číně a jižní Evropě bylo provedeno více než tucet studií, které potvrdily, že pravidelná konzumace tatarského pohankového čaje:

- pomáhá udržovat normální hladinu glukózy v krvi u zdravých lidí;
- snižuje riziko vzniku cukrovky i u těch, jejichž dědičnost nezanechává žádnou nebo žádnou šanci na život bez injekcí inzulínu;
- významně zmírňuje příznaky u diabetických pacientů s jakoukoli diagnózou (typ I, II).

Boj proti obezitě

Tartary Pohankový čaj, který má nízký obsah kalorií, je vynikajícím prostředkem k potlačení žízně a poskytuje příjemný pocit plnosti (dlouhotrvající). Kromě toho obsahuje arginin, který zabraňuje růstu tělesného tuku. Vysoká koncentrace vitamínů PP přispívá k přeměně tuků na uhlohydráty a poskytuje vám příjemnou sytost.

Studie prokázaly, že pití pohankového čaje během přísné diety snižuje hladinu stresu těla téměř desetkrát (je to stres, který přispívá k „poruchám“ a přibírání na váze). Právě v roce 2019 byly dokončeny některé studie ve Spojených státech, které ukázaly, že nahrazení obvyklých nápojů pohankovým čajem pouze 1–2krát denně přispělo ke ztrátě až 2 kg týdně.

Ochrana a posílení kardiovaskulárního systému

Srdce - naše výkonné čerpadlo - je v moderních podmínkách vystaveno neustálému namáhání. A potřebuje komplexní podporu, vysoce kvalitní preventivní péči. Nechte to všechno na pohankový čaj a výsledky vás překvapí. Není zde však nic překvapivého, tento nápoj bohatý na flavonoidy:

- posiluje stěny cév;
- snižuje kapilární propustnost;
- normalizuje krevní tlak;
- nasycuje krev železem, což přispívá ke zrychlené krvevorbě a normalizaci hemoglobinu.

V Číně byla provedena rozsáhlá studie, která potvrdila, že pohankový čaj zvyšoval účinek tradičních léků předepsaných na vysoký krevní tlak. Evropští vědci zase

prokázal, že pravidelný příjem tohoto čaje 2krát zrychlil zotavení pacientů, kteří prodělali infarkt myokardu.

Ochrana jater

Pohankový čaj, který obsahuje tolik vitamínů, aminokyselin, enzymů, které přispívají k celkovému čištění těla, se stává nepostradatelným pomocníkem jater, který je hlavním filtrem našeho těla. Jeho hepatoprotektivní vlastnosti zvyšuje rutin a kyselina ferulová.

„Očkování“ proti rakovině (odkyseluje)

Na rozdíl od většiny léků proti rakovině je pohankový čaj zcela neškodný. Navíc byl opakovaně potvrzen jeho protinádorový účinek (a to nejen v tomto století). Pravidelné pití tohoto nápoje snižuje riziko rakoviny prsu a zažívacího traktu. A díky svému bohatému složení, které zvyšuje odolnost těla proti stresu a podporuje jeho přirozenou regeneraci, se nápoj stává vynikajícím prostředkem ochrany proti jakýmkoli rakovinovým onemocněním.

Kondice těla

Vitamíny skupiny B přítomné v zrnkách pohanky přispívají nejen k celkovému posílení imunitního systému; jsou také zodpovědní za výkon nervového systému. To znamená, že zvyšují celkový tón těla, zlepšují paměť, reakce a zvyšují aktivitu. Pohankový čaj, mluvený v jazyce ajurvedy (nejstarší z lékařských systémů), je jak mozkové tonikum, tak elixír energie v jedné lahvičce.

Čištění těla

Všechny druhy detoxikačních programů se v posledních letech staly neuvěřitelně populární. Jen pár lidí ví, že pohankový čaj se má stát jejich středobodem. Aktivuje procesy krvetvorby, čistí ledviny a játra, urychluje průtok krve a metabolické procesy, pomáhá vylučovat z těla všechny druhy toxinů, odpadů a dalších škodlivých látek.

Praxe ukazuje, že účinek (nejen z hlediska blahobytu, ale také vnějšího) lze pozorovat po 2 týdnech konzumace Soba Cha pouze dvakrát denně. Navíc je to příjemné a mohou jej konzumovat všichni členové rodiny bez ohledu na věk.

Čaj mládí

Věčné mládí - kdo o tom nesní. Můžete hledat tajný elixír po celá desetiletí, nebo můžete jednou ochutnat pohankový čaj a navždy se zamilovat do jeho úžasné chuti. A za okamžik znovu omladněš. Koneckonců, tento nápoj:

- zvyšuje produkci kolagenu (a obsahuje kyselinu káвовou, která ji také obsahuje);
- napíná svaly, vazy a šlachy;
- pomáhá vyhladit vrásky;
- aktivuje produkci hormonů (včetně těch, které jsou zodpovědné za mládí a vitalitu);
- opravuje pokožku, vlasy a nehty.

Celý komplex antioxidantů činí tento čaj skutečně omlazujícím. V Evropě byla dokonce provedena studie, která prokázala svou účinnost a překročila účinek proti stárnutí moderních profesionálních kosmetických produktů.

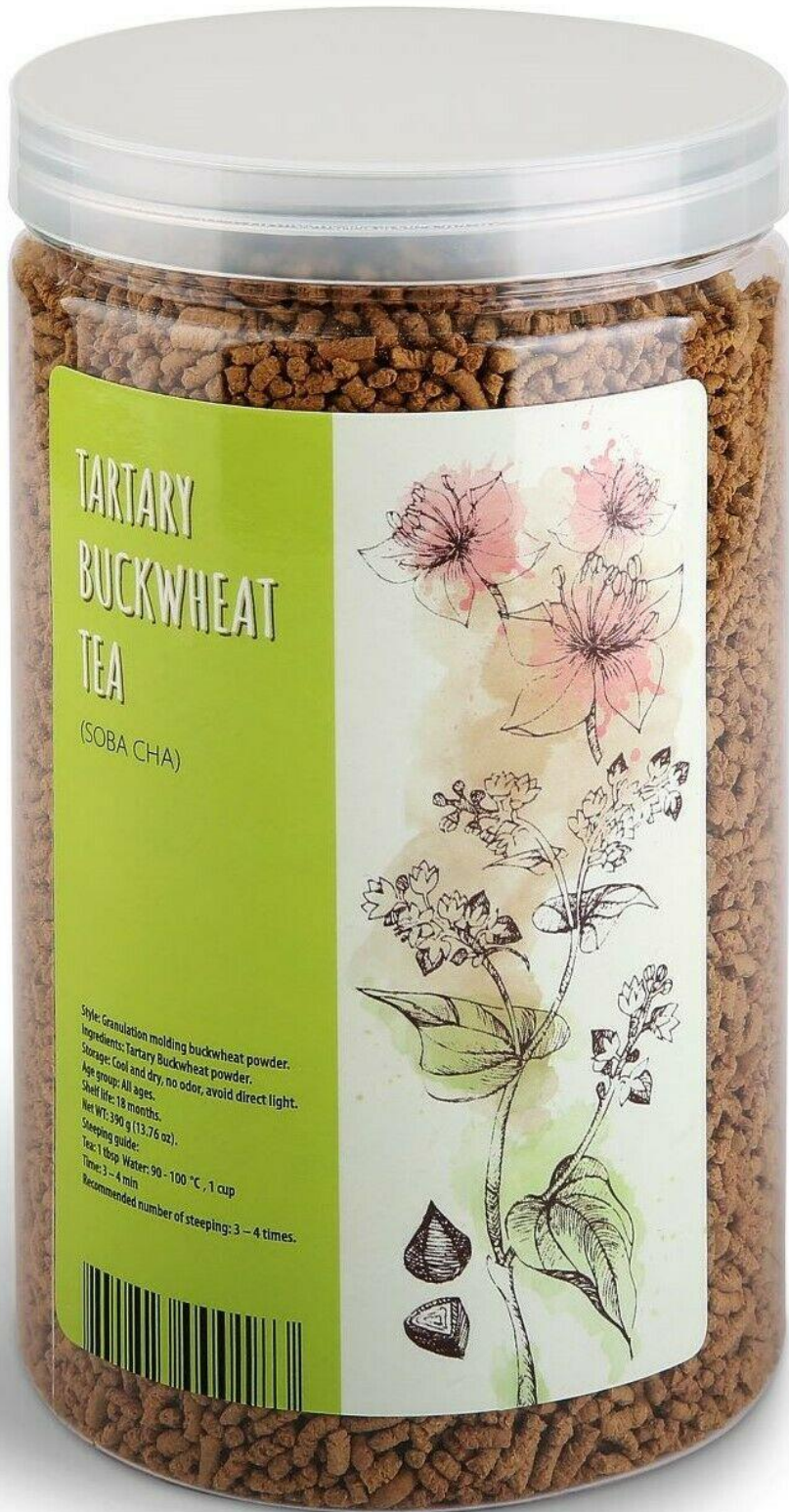
Pohankový čaj během těhotenství

Skvělá zpráva pro nastávající matky:

S příznaky toxikózy lze a mělo by se bojovat bez sebemenší újmy (naopak s přínosem) pro dítě. K tomu stačí každé ráno uvařit granule Tartary Pohankového čaje a užít si jeho úžasnou chuť. Tartary pohanka již má vše, co je nutné pro normální vývoj dítěte - nejsou potřeba žádné další vitamíny. Nápoj navíc posiluje zdraví matky, s výjimkou:

- vrozená vadnost nebo kosterní vady dítěte spojené s nachlazením během těhotenství;
- rychlý rozpad zubů nastávající matky v důsledku prudké ztráty vápníku (na rozdíl od čínského zeleného čaje Soba Cha vápník nevymyje z těla);
- otoky nohou během pozdního těhotenství;
- slzavé nálady v báječné době čekání na zázrak narození (čaj uklidňuje a podporuje nervový systém);
- nekonečné pálení žáhy, které je u těhotných žen tak časté.

Pohankový čaj je zdrojem vitamínů a základních látek; proto se nejen doporučuje, ale také indikuje pití během těhotenství. Pomáhá chránit zdraví ženy a přispívá ke správnému fyzickému a duševnímu vývoji jejího dítěte.



TARTARY BUCKWHEAT TEA

(SOBA CHA)

Style: Granulation molding buckwheat powder.
Ingredients: Tartary Buckwheat powder.
Storage: Cool and dry, no odor, avoid direct light.
Age group: All ages.
Shelf life: 18 months.
Net WT: 390 g (13.76 oz).
Steeping guide:
Tea: 1 tsp. Water: 90 - 100 °C, 1 cup
Time: 3 - 4 min.
Recommended number of steeping: 3 - 4 times.

