

GERSTENGRAS

PRODUKTCHECK

NÄHRSTOFFREICH (1)

- enthält Vitamin A, C, E und die wichtigen B-Vitamine
- reich an Mineralien wie Kalzium, Magnesium, Eisen und Kalium

ENZYMREICH (1)

- fördert die Verdauung
- unterstützt den Stoffwechsel

PRÄBIOTISCHE BALLASTSTOFFE (3)

- fördert die Verdauung
- unterstützt eine gesundes Mikrobiom

ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN (1), (2):

- Übersäuerung und oxidativer Stress
- Regeneration
- Diabetes
- gestörter Fettstoffwechsel
- Darmbeschwerden, Verstopfung, Colitis ulcerosa
- Hautunreinheiten und Akne
- Fasten- und Basenkuren
- rheumatoide Arthritis
- hämatologische Erkrankungen
- chemotherapeutisch-bedingte Nebenwirkungen

FAZIT:

Gerstengraspulver in Rohkostqualität ist eine herausragende Ergänzung für eine gesunde Ernährung. Es liefert eine Fülle an Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen und Chlorophyll, die alle zur Gesundheit und zum Wohlbefinden beitragen können. Die Studie aus 2018, "[Preventive and Therapeutic Role of Functional Ingredients of Barley Grass for Chronic Diseases in Human Beings](#)," belegt eindeutig die präventiven und therapeutischen Eigenschaften bei chronischen Erkrankungen. Insgesamt ist Gerstengraspulver eine Zutat für jeden, der seine Ernährung auf einfache Weise bereichern und seine Gesundheit fördern möchte.

Basisches Nährstoffwunder

Das Superfood Gerstengraspulver in Rohkostqualität ist eine basische Nahrungsmittelergänzung, die aus getrocknetem und gemahlenem jungen Gerstengras hergestellt wird. Dieses Pulver enthält viele Nährstoffe, Vitamine, Mineralstoffe, Enzyme und Chlorophyll.

BASISCH WIRKEND (1)

- unterstützt das Säure-Basen-Gleichgewicht im Körper
- hilft Übersäuerung zu vermeiden

ENTZÜNDUNGHEMMEND (1)

- hilft Entzündungen im Körper zu reduzieren
- unterstützt die allgemeine Gesundheit

CHLOROPHYLLHALTIG (1)

- hilft bei der Entgiftung des Körpers
- unterstützt die Bildung von roten Blutkörperchen

Autoren:

Claudia Grell Freie Redakteurin und Studentin der Ernährungswissenschaften
Oliver Weiß Selbstständiger Heilpraktiker und Geokulturcoach

Beachte bitte: Der Artikel ersetzt nicht den/die Mediziner/in oder Therapeuten/in

[Noch mehr Infos findest du hier!](#)