



Superaliments verts

complets et nourrissants

« Que ton aliment soit ton seul médicament. »

- Hippocrate

Les superaliments verts vont au-delà des légumes verts. N'étant pas raffinés, ils sont riches en nutriments et phytonutriments fonctionnels. Ils forment un agencement complexe de milliers de composants. Ils contiennent en concentrations élevées et potentes de la chlorophylle, des enzymes bioactives, des protéines de haute qualité, ainsi que beaucoup de vitamines et de minéraux. Les nutriments sont complètement assimilés par le corps humain dans les 20 minutes. Effectivement, ce sont des aliments qui fournissent rapidement de l'énergie. Leur efficacité est démontrée, tant sur le plan nutritionnel que sur le plan médical.

Effets bénéfiques sur la santé

Bien que les maladies soient diverses, toute cure commence par une détoxification.

- détoxification générale du corps
- antioxydant puissant
- renforce le système immunitaire
- soutient la structure cellulaire
- augmentation des niveaux d'énergie et d'endurance
- aide à la perte de poids
- stabilise la glycémie et fait baisser la tension artérielle
- aide à la guérison de blessures
- nourrit et hydrate la peau
- peut aider le corps à se protéger des cancérigènes
- renforce le métabolisme et la digestion
- prévention du vieillissement prématuré

La Chlorophylle - de l'énergie solaire en concentré

Dès qu'il est question des vertus curatives des superaliments verts, le premier nom que l'on entend est celui de la chlorophylle. Les superaliments verts sont l'une des meilleures sources de chlorophylle vivante. Les molécules de chlorophylle sont quasiment identiques aux molécules d'hémoglobine du sang humain. Elle revitalise activement votre sang. Notre santé passe par celle de notre sang, et plus le sang est revivifié, plus le processus du vieillissement ralentit.

On compare également la chlorophylle à « de l'énergie solaire en concentré », parce qu'il s'agit du premier produit de la lumière, et que par conséquent, elle contient plus d'énergie lumineuse que tout autre élément.

Protéines végétales de haute qualité

Chacune de nos cellules contient des protéines, les éléments de base de la construction de notre corps. Les superaliments verts sont une source de protéines végétales facilement assimilables, à faible teneur en lipides, sans cholestérol, et qui contiennent tous les acides aminés essentiels que le corps ne peut pas produire, mais qui sont nécessaires à la synthèse des acides aminés non-essentiels.

Vitamines

Les superaliments verts sont riches en vitamines. Consommés en supplément à votre régime habituel, les superaliments verts vous permettent de booster facilement vos apports alimentaires quotidiens.

Enzymes

Les enzymes sont considérées comme des « étincelles de vie ». Même avec des niveaux adéquats de minéraux, de vitamines, d'acides aminés, d'eau, et autres nutriments, sans enzymes, la vie cesse d'exister. C'est pourquoi on dit que les enzymes possèdent cette force d'énergie vitale. Les superaliments verts sont une source naturelle de beaucoup d'enzymes bioactives bénéfiques. Ils permettent d'augmenter le niveau des enzymes dans nos cellules, facilitant le métabolisme des nutriments et le rajeunissement du corps. Ces enzymes aident à la dissolution des tumeurs. Les superaliments verts sont une source abondante de l'enzyme superoxyde dismutase (SOD), un antioxydant et anti-vieillesse puissant.

Minéraux

Les superaliments verts sont riches en minéraux, avec une concentration élevée pour la plupart des minéraux les plus alcalins : potassium, calcium, magnésium et sodium. Ils contiennent également des oligo-éléments, tels que le fer, le zinc et le sélénium.

Sécurité alimentaire garantie

Les superaliments verts sont 100% naturels et entièrement sûrs, sans aucun effet secondaire connu. Ils peuvent engendrer au départ une « réaction à la détoxification » ou une « crise de guérison », qui est un processus naturel, et important, déclenché par le corps, et qui peut survenir lorsque les toxines accumulées dans le corps sont expulsées.

Utilisation et dosage

2 à 6 g par jour. Chacun peut déterminer la quantité qui lui convient. Démarrez avec une cuillère-mesure (2 g) dans un verre d'eau froide ou tiède, 1 à 3 fois par jour. Ou mélangez avec du jus de citron, ou tout autre jus de fruits ou de légumes, dans la vinaigrette ou avec n'importe quel aliment, pour répondre aux goûts individuels. Pour une meilleure assimilation, évitez de manger une demie-heure avant, et après l'ingestion. Pour une détoxification, certains utilisateurs augmentent leurs dosages.

AV SuperGreens

Un assemblage des superaliments verts les plus nutritifs de la nature, composé de spiruline, d'herbe de blé, d'herbe d'orge et d'alfalfa, avec de la stévia comme édulcorant naturel. Ces superaliments verts sont les meilleures sources de nutrition de haute qualité connues, avec un profil nutritionnel comportant des milliers de composants. AV SuperGreens propose une large gamme hautement concentrée, bio-disponible, de chlorophylle, d'enzymes, de protéines de haute qualité, de phyto-nutriments, de vitamines et de minéraux, tous dosés par la nature et plus facilement assimilable que les formules synthétiques.

C'est une ineptie de s'administrer une ou deux vitamines en doses quand on ne sait rien de leurs relations avec cinquante autres facteurs alimentaires.

- Charles F. Schnable

La Spiruline

La Spiruline (*Arthrospira plantensis*) est une minuscule algue bleu-vert en forme de spirale parfaite. D'un point de vue biologique, il s'agit de l'un des plus anciens habitants de la planète. Faisant son apparition il y a 3,6 milliards d'années, elle a été un pont évolutif entre les bactéries et les plantes. Cette plante aquatique s'est renouvelée pendant des milliards d'années et elle a nourri bien des cultures à travers l'histoire, en Afrique, au Moyen-Orient et aux Amériques. La spiruline pousse naturellement dans les lacs alcalins, riches en minéraux, que l'on trouve sur tous les continents, souvent plus près des volcans.

Beaucoup de nutriments essentiels nécessaires pour le corps sont concentrés dans la spiruline. Elle se compose d'au moins 60 % de protéines entièrement végétales, de vitamines essentielles et de phyto-nutriments tels que l'acide gras essentiel rare GLA, la phycocyanine, les sulfolipides, les glycolipides et les polysaccharides.

Le Moringa

Le Moringa (*Moringa oleifera*) est un arbre au bois tendre considéré comme l'une des espèces végétales les plus nutritives au monde. La plupart de ses bienfaits se trouve dans ses petites feuilles vertes. La poudre de feuilles de moringa contient plus de 90 nutriments, dont 40 des antioxydants les plus puissants, ainsi que tous les 8 acides aminés essentiels nécessaires à la synthèse des protéines. Riche en flavonoïdes, c'est une bonne source de protéines, de vitamines, de bêta-carotène et de divers phénoliques.

L'Alfalfa

L'Alfalfa (*Medicago sativa*) est également appelé Lucerne. Cette herbe est largement utilisée dans l'Ayurveda dans le traitement de conditions diverses. Les Arabes lui ont donné le nom d'Al-Fal-Fa, qui signifie, le « Père de tous les aliments ». C'est une des plus riches sources de vitamines et minéraux nécessaires pour être en bonne santé. L'alfalfa étend ses racines jusqu'à 9 m sous terre et absorbe de nombreux minéraux qui ne sont pas présents à la surface, mais qui sont présents dans les couches les plus profondes du sol. Il contient plusieurs vitamines, telles que la vitamine A, la vitamine B1, la vitamine B6, la vitamine C, la vitamine E et la vitamine K, ainsi que du zinc, du carotène, du fer, du calcium et du potassium. Il s'agit également d'une bonne source de protéines. Ces minéraux

et ces vitamines jouent un rôle vital dans la fortification du corps, en particulier en favorisant la croissance des os, ainsi que dans l'accompagnement au traitement de l'arthrite. On utilise l'alfalfa pour faire baisser le taux cholestérol et les niveaux de glycémie, ainsi que pour équilibrer les hormones. Il est utile dans le traitement des problèmes de reins, de vessie et de prostate. Non recommandé pendant la grossesse.

Herbe de blé et Herbe d'orge

L'Herbe de blé (*Triticum aestivum*) et l'Herbe d'orge (*Hordeum vulgare*) proviennent des feuilles des jeunes plantes. On fait germer les grains de blé et d'orge pendant quelques jours, pour ensuite les semer. On peut récolter les jeunes céréales en herbe après environ 8 à 14 jours, au moment où elles forment leur premier noeud, et qu'elles atteignent entre 15 et 25 cm de hauteur. C'est là qu'elles atteignent leur valeur nutritionnelle maximale et contiennent le maximum d'ingrédients médicinaux actifs. Elles contiennent en concentrations élevées et potentes de la chlorophylle, des enzymes bioactives, des protéines de haute qualité, ainsi que beaucoup de vitamines et de minéraux.

Herbe de blé contre Herbe d'orge : Elles ont un contenu nutritionnel très similaire. Certaines personnes préfèrent le goût plus sucré de l'herbe de blé, alors que d'autres lui préfèrent le goût plus amer de l'herbe d'orge.

Ces informations sont fournies à titre informatif uniquement et ne sont pas destinées à se substituer à l'avis que vous donnera votre médecin, ou autre professionnel de santé.