



Bio-Acerola

Für eine natürliche Ergänzung der Nahrung

- mit dem besonders hohen Gehalt von 17% an natürlichem Vitamin C

Die Acerolakirsche (*Malpighia glabra*) gehört zur Familie der Malpighiengewächse, deren häufigste und bekannteste Vertreter die Lianen sind. Sie wird auch als Antillenkirsche, Puerto Rico-Kirsche oder Westindische Kirsche bezeichnet. Sie ist nicht mit unserer heimischen Kirsche verwandt. Die Malpighiengewächse (Malpighiaceae) stammen aus dem tropischen Südamerika. Die Acerolakirsche stammt vermutlich ursprünglich von der mexikanischen Halbinsel Yukatan.

Die Acerolapflanze ist ein Strauch von bis zu 3m Höhe. Die Acerolafrucht ist 1 bis 3cm gross und hat eine gelborange bis rote, dünne Haut. Das saftige weiche Fruchtfleisch hat den höchsten bekannten Gehalt an Vitamin C. Die Acerolakirsche zu exportieren, ist durch das sehr weiche Fruchtfleisch fast unmöglich, daher erfolgt der Export nur als Saft oder in getrockneter Form als Pulver.

Die Acerolafrucht hat den höchsten bekannten Gehalt an natürlichem Vitamin C. Vitamin C ist eine sehr empfindliche Substanz. Es kann leicht durch Licht, Luft und Hitze zerstört werden. So gehen beim Kochen von Gemüse beispielsweise 80% des Vitamin C verloren. In Zeiten eines erhöhten Vitaminbedarfs wie bei nasskaltem Wetter, besonderer körperlicher und geistiger Belastung, Stress, Rauchen, starkem Alkoholkonsum, während Schwangerschaft und Stillzeit, im Alter oder bei Krankheit und Frühjahrsmüdigkeit ist es günstig, dem Körper zusätzlich zur normalen Nahrung Vitamin C zuzuführen.

Die Funktionen von Vitamin C oder Ascorbinsäure sind äusserst vielfältig. Vitamin C ist in seiner Hauptwirkung ein Antioxidans. In zahlreichen Studien konnte belegt werden, dass höhere Dosen von Vitamin C durch Einwirkung auf die zelluläre Immunfunktion vor Erkältungskrankheiten schützen sowie eine bereits eingetretene Erkältung oder Infektion abschwächen können.

Die toxischen Wirkungen einer Schwermetallbelastung, insbesondere durch Quecksilber, Blei und Cadmium, können durch Vitamin C verringert werden.

Auf eine mögliche Rolle von Vitamin C bei der Krebsprophylaxe weisen Ergebnisse der Grundlagenforschung hin (Hemmung der Nitrosaminbildung).

Auch bei der Vorbeugung der Arteriosklerose scheint Vitamin C eine wesentliche Rolle zu spielen. Eine niedrige Versorgung mit Vitamin C (und Vitamin E) konnte mit einem verstärkten Auftreten von ischämischen Herzerkrankungen und Herzinfarkten in Verbindung gebracht werden.

Vitamin C wird auch immer wieder in Verbindung gebracht mit dem Auftreten von psychischen Störungen, insbesondere Depressionen und dem hirnorganischen Psychosyndrom (Beteiligung an der Biosynthese von Neurotransmittern im Gehirn). So sind die Anfangsstadien von Skorbut -beispielsweise durch das Auftreten von -Depressionen gekennzeichnet. Desweiteren spielt Vitamin C eine Rolle bei der Eisenresorption und auch im Fettstoffwechsel.



Bio-Acerola

Der empfohlene Tagesbedarf an Vitamin C beträgt 60 mg (RDA, europäische Richtlinie) bzw. 75 mg nach den Richtlinien der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung). Für Raucher wird eine um 40 mg/Tag höhere Zufuhr empfohlen.

Unser Bio-Acerola ist ein Trockenextrakt der Acerola-Frucht. In dieser Form kann ein Vitamin C Gehalt von mindestens 17% gewährleistet werden. Zum Vergleich: Orangen enthalten etwa 0,05% Vitamin C. Neben dem hohen Gehalt an natürlichem Vitamin C enthält der Extrakt auch alle anderen natürlichen Bestandteile der Acerola-Kirsche, sogenannte sekundäre Pflanzenstoffe und Bioflavonoide. Durch sie kommt es zu einer besseren Verwertbarkeit und Haltbarkeit des Vitamin C.

Die für das Produkt verwendeten Acerolakirschen stammen aus kontrolliert biologischem Anbau. Ein BIO-Zertifikat einer unabhängigen Kontrollstelle der Schweiz nach EG-Verordnung liegt vor.

Das Produkt wird ohne den sonst üblichen Zusatz von künstlichem Vitamin C, Zucker oder sonstigen Substanzen hergestellt. Lediglich Maltodextrin (Maisstärke) wird als Trägersubstanz für die bessere Verarbeitung zugesetzt.

Verzehrempfehlung:

Wir empfehlen den Verzehr von 1/2 Teelöffel Bio-Acerolapulver (ca. 1g) pro Tag, der in ein Getränk oder eine Speise eingerührt werden kann. Dies entspricht der empfohlenen Tagesdosis von 280% an Vitamin C nach der europäischen Richtlinie RDA (Recommended Daily Allowance).