

TOP 5 DER HERZGESUNDEN NÜSSE

Kleine Helden für die Herzgesundheit

(1) WALNÜSSE

- Liefern wertvolle Omega-3-Fettsäuren
- Tragen zur Elastizität der Blutgefäße bei
- Tragen zur Senkung des Cholesterinspiegels bei
- Mineralstoffreich: Kalium, Calcium, Magnesium
- Wertvolle Mikronährstoffe: Selen, B-Vitamine, Folsäure
- Sekundäre Pflanzenstoffe → Antioxidativer Schutz



(2) KÜRBISKERNE

- Tragen zur Funktion des Immunsystems bei
- Tragen zur Senkung des Blutzuckerspiegels bei
- Liefern wertvolle ungesättigte Fettsäuren
- Mineralstoffe & Spurenelemente: Zink, Magnesium, Kalium, Phosphor & Mangan, Eisen
- Sekundäre Pflanzenstoffe wirken antioxidativ und entzündungsfördernd
- Unterstützen eine positive Stimmung und einen guten Schlaf

(3) PEKANNÜSSE

- Stimulieren das Immunsystem
- Wirken blutdrucksenkend
- Senken den LDL-Cholesterinwert
- Liefern reichlich wertvolle ungesättigte Fettsäuren
- Mineralstoffe & Spurenelemente: Zink, Magnesium, Kalium & Phosphor
- Sekundäre Pflanzenstoffe wirken antioxidativ und entzündungsfördernd



(4) PARANÜSSE

- Liefern energiegelandes Magnesium & Phosphor
- Sekundäre Pflanzenstoffe wirken antioxidativ und entzündungsfördernd
- Stärken das Immunsystem mit wertvollem Zink und Selen
- Fördern die körpereigene Entgiftung, z.B. von Quecksilber
- Schutz für Herz, Kreislauf, Gefäße
- Gut für die Muskelregeneration und bei entzündlichen Erkrankungen

(5) HASELNÜSSE

- Liefern viel antioxidativ wirkendes Vitamin E
- Viel Calcium & Phosphor
- B-Vitamine und Magnesium
- Unterstützen Muskeln & gesunde Knochen
- Schutz vor freien Radikalen

