

Raab Vitalfood

Nahrungsergänzung & Naturkost Bio-Qualität seit 1989

Newsletter Februar 2011



PK



Neu Birkenzucker

- Für eine Blutzucker bewusste Ernährung
- Glykämischer Index 13
- Zahnfreundlich ● Voller Geschmack

Birkenzucker (Xylit) ist ein Zuckeraustauschstoff, welcher in Aussehen, Geschmack und Süßkraft mit üblichem Haushaltszucker vergleichbar ist. Seinen Namen verdankt er seiner Entdeckung in den nährstoffreichen Fasern der Birkenrinde.

Im Gegensatz zu Haushaltszucker verfügt Birkenzucker jedoch über ca. 40% weniger Kalorien. Birkenzucker weist einen geringen glykämischen Index von 13 auf (Haushaltszucker ca. 65) und ist für all diejenigen interessant, die auf einen stabilen Blutzuckerspiegel achten wollen. Außerdem kann Birkenzucker einen wertvollen Beitrag zur Zahngesundheit leisten, weil die Bakterien der Mundflora Xylit (im Gegensatz zu Zucker) nicht verstoffwechseln können.

Natürlicherweise kommt Birkenzucker in vielen Früchten, Beeren und Gemüsepflanzen vor. Zudem wird er in geringen Mengen bei der Verstoffwechslung von Glucose produziert.

Birkenzucker ist zum Backen, Kochen und Süßen von Getränken geeignet. Anzumerken ist, dass Birkenzucker nicht für die Zubereitung von Hefeteig geeignet ist, da er Hefekulturen keinen Nährboden bietet.

Das Besondere an Birkenzucker:

- beeinflusst den Blutzucker- und Insulinspiegel nur geringfügig
- ist für Diabetiker geeignet
- süßt ca. 1:1 wie Haushaltszucker
- hemmt die Vermehrung von Bakterien und Pilzen in der Mundhöhle, die für Infektionen des Innenohrs und des Mittelohrs verantwortlich sind
- verringert das Kariesrisiko, regt die Speichelproduktion an und verhindert das Austrocknen der Schleimhäute im Mund
- fördert die Calciumresorption im Darm und kann helfen Osteoporose vorzubeugen
- ist gentechnikfrei hergestellt



Hinweis: Diese Informationen sind nach bestem Wissen sorgfältig zusammengestellt. Sie stellen gleichzeitig keinen Ersatz für eine medizinische Betreuung jeglicher Art dar. Die Anwendung natürlicher Vitalstoffe ersetzt keineswegs die Inanspruchnahme eines Arztes. Dies trifft auf akute, genauso wie auch auf chronische Leiden zu.