

Ein Heilgeschenk der Natur:

BUCHWEIZEN

Was bewirkt Buchweizen:

- **vermindert den Abbau von Hyaluronsäure im Bindegewebe**. Das Rutin des Buchweizenkrauts hemmt diesen Abbau nachweislich, infolgedessen es zu einer Abdichtung der Gefäßwände kommt. Dadurch wird die Wiederherstellung von gesundem Gewebe auch nach Entzündungen begünstigt. Zusätzlich können hierdurch selbst die kleinsten Blutgefäße ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden, sodass alle umliegenden Gewebe Nährstoffe erhalten, die sie für die Aufrechterhaltung ihrer gesunden Funktion benötigen.
- **liefert hochwertiges Eiweiß**- Buchweizen hat alle acht essentiellen Aminosäuren in einem günstigeren Aminosäureprofil als Getreide
- **reicher an hochwertigen Nähr- und Vitalstoffen** als unsere üblichen Getreidearten. Während der Keimung explodiert der Vitalstoffgehalt des Körnchens, seine Mineralstoffe (Eisen, Magnesium, Zink etc.) erreichen eine höhere Bioverfügbarkeit und seine Proteine werden leicht verdaulich. Gekeimter Buchweizen ist besonders reich an Bioflavonoiden und Coenzym Q10. Er enthält alle Vitamine des B-Komplexes, Magnesium, Mangan und Selen sowie viele andere gesundheitsfördernde Bestandteile.
- **senkt den Blutzuckerspiegel** (durch den Inhaltsstoff Chiro-Inositol)
- **senkt den Blutdruck** durch den Inhaltsstoff Rutin- dazu bietet sich ein Extrakt aus gekeimtem Buchweizen an, der unter anderem auch einen sehr hohen Gehalt an Vitamin B12 enthält. Gekeimter Buchweizen reduziert oxidative Schäden in den Blutgefäßwänden und reduziert infolgedessen bestehenden Bluthochdruck.

Buchweizen gegen Krampfadern. Rutin ist auch ein Wirkstoff für Menschen die an Krampfadern oder verhärteten Arterien leiden. Es stärkt die Blutgefäßwände und somit auch die Kapillarwände zur Vorbeugung von Krampfadern und Hämorrhoiden. (ideal unser Buchweizen Honig in Kombination mit dem Buchweizen Teepulver)

Buchweizen reguliert den Cholesterinspiegel. Buchweizen liefert darüber hinaus einerseits Ballaststoffe und andererseits große Mengen an Lezithin. Beides hilft bei der Regulierung des Cholesterinspiegels. Lezithin hemmt den Mechanismus, der für die Resorption des Cholesterins durch die Darmschleimhaut verantwortlich ist. Auf diese Weise wird das Cholesterin einfach wieder ausgeschieden und belastet einen hohen Cholesterinspiegel nicht noch weiter.

Buchweizen schützt die Leber. Lezithin ist auch ein wichtiger Nährstoff für Leberzellen. Fehlt Lezithin in der Nahrung, dann arbeiten Leberzellen nicht mehr mit voller Kraft und können ihrer Hauptaufgabe, der Entgiftung des Körpers, nicht mehr ordnungsgemäß nachkommen. Buchweizen hilft der Leber, gesund und leistungsfähig zu bleiben.

Buchweizen fürs Gehirn und bei Depressionen. Da unser Gehirn zu 20 bis 25 Prozent aus Phospholipiden besteht, wie sie auch im Lezithin enthalten sind, kann Buchweizen – besonders gekeimter Buchweizen – die Hirnaktivität steigern. Man vermutet, dass der regelmäßige Verzehr von lezithinhaltigen Nahrungsmitteln möglicherweise vorbeugend gegen Angstgefühle, Depressionen und mentale Erschöpfung helfen sowie die geistigen Fähigkeiten verbessern könne.

Der Anteil an Kupfer im Buchweizen wird für die Produktion von roten Blutzellen benötigt und das ebenso enthaltende Magnesium entspannt die Blutgefäße des Gehirns und hat eine heilende Wirkung auf Depressionen und Kopfschmerzen.

Buchweizen ist unter anderem entzündungshemmend bei Darmerkrankungen.

Welche Produkte aus dem Buchweizen sind bei uns verfügbar:

- Buchweizen gekeimt
- Buchweizen Tee
- Buchweizengetreide, -Grütze, Buchweizen geröstet (Kascha)
- Buchweizenmehl
- Buchweizen gepufft
- Buchweizen Honig

Mit uns bleiben Sie gesund!