



Tao essence

- » HARMONIZAČNÍ SMOOTHIE PRO OČISTU ORGANISMU PODLE TČM
- » JEMNÁ DETOXIKACE A PODPORA TRÁVENÍ
- » REGENERACE JATER A ŽLUČNÍKU
- » KRVETVORBA
- » ČISTĚ PŘÍRODNÍ, BEZ ADITIV A KONZERVANTŮ





Tao essence je čistě přírodní, harmonizační a biorytmické smoothie sestavené podle principů tradiční čínské medicíny (TČM) podporující očistu těla, krvetvorbu a regeneraci trávicí soustavy, jater i žlučníku. Respektuje nutriční potřeby i klíčové biorytmy organismu a našemu tělu dodává co nejšetrněji připravené a vzájemně sladěné esenciální ingredience. Všechny suroviny jsou pečlivě vybrané s důrazem na kvalitu i způsob zpracování, kdy byla zachována jejich ryzí čistota a živá podstata. Smoothie je naprosto bez chemie, aditiv a konzervantů. Neobsahuje mléko ani přidaný cukr, je veganské.

TAO ESSENCE ÚČINKY A POUŽITÍ

- » Jemně detoxikační a lehké smoothie, vytvořené pro podporu zdravého životního stylu, očistu těla a regeneraci trávicích orgánů.
- » Synergické složení a účinek obsaženého ovoce, bylinek a koření podle TČM působí jako terapeutická strava pro podporu jater a žlučníku.
- » Osvěžuje, ochlazuje oheň jater, podporuje zprůchodňovací funkci jater, vyživuje jin jater a povzbuzuje krvetvorbu.
- » Harmonizuje vztah játra–slezina, podporuje trávení a posiluje čchi ledvin.
- » Obsahuje zdraví prospěšné antioxidanty, polyfenoly, vitaminy a minerály.
- » Významný je vliv na harmonizaci trávení, úpravu vylučování a pročištění těla.



SLOŽENÍ

DATLE SUŠENÉ MLETÉ

Působení dle TČM:

» vyživují a posilují energii, krev a jin

Datle posilují vitalitu, ale zároveň působí i na uklidnění a dobré usínání. Jsou zdrojem přirozeného oslazení a velmi prospěšné vlákniny, jež reguluje a podporuje trávení, zpomaluje vstup sacharidů do krve, a tím pomáhá ke stabilizaci hladiny krevního cukru a inzulinu. Vláknina rovněž vyživuje střevní mikrobiom a podporuje zdravé střevní prostředí i odolnost organismu. Také na sebe váže nežádoucí látky a usnadňuje vyprazdňování.

LYOFILIZOVANÉ JAHODY – PRAŠEK

Působení dle TČM:

» odvádějí vlhko, posilují energii a jin

Celé jahody, lyofilizované aktuálně

nejšetrnější metodou – tzv. IQF, při níž se nepoužívá dusík. Poté jsou pomlety na prášek. V jahodách je tak uchována jejich přirozená chuť, vůně i barva a maximum výživných látek. Obsahují prospěšnou vlákninu, antioxidanty, polyfenoly a vitaminy C, skupiny B, dále železo, draslík, zinek, vápník. Snižují zánět, posilují imunitu a zdraví kardiovaskulárního systému, vyživují kosti, vlasy, oči a podporují krásnou pleť.

GUAROVÁ MOUKA

Působení dle TČM:

» v TČM není běžně používanou surovinou, předpokládá se, že je neutrální povahy a sladké chuti

Guar je přírodní polysacharid, známý svou vysokou viskozitou a zahušťovací schopností. Získává se ze semen bobů guaru (*Cyamopsis tetragonoloba*),

kteří nejsou nijak chemicky upraveny. Guarová mouka nebo také guarová guma je bohatá na rozpustnou vlákninu, podporuje trávení a vyváženou hladinu cukru v krvi. Její gelotvorná povaha na sebe dokáže vázat odpadní látky a toxiny ve střevech a pomáhá je vylučovat z těla ven. Zpomaluje vyprazdňování žaludku a omezuje vstřebávání cukrů a tuků z potravy.

ČERVENÁ ŘEPA – PRAŠEK

Působení dle TČM:

» posiluje krev a energii, odvádí vlhko, rozproudí stagnace

Sušená dřeň bulvy červené řepy, pomletá na prášek. Červená řepa je velmi hodnotná potravina, která obsahuje spoustu prospěšné vlákniny, vitaminy C, skupiny B, minerály jako sodík, draslík, vápník, hořčík. Dále obrovské množství organických kyselin,



polyfenolické látky a betain, který brání kornatění tepen a posiluje činnost jater. Červená řepa aktivuje tvorbu červených krvinek a zpevňuje cévní stěny. Je močopudná, podporuje vylučování soli z těla, povzbuzuje činnost žaludku a tvorbu žluči, pomáhá při zácpě. Má velmi pozitivní vliv na zrak, pružnost a lesk pleti, vlasů i nehtů.

ZÁZVOR LÉKAŘSKÝ SUŠENÝ

Působení dle TČM:

- » rozproudí stagnace čchi
- » podporuje jang a čchi sleziny, zahřívá trávení
- » posiluje plíce

Sušený, jemně mletý kořen zázvoru krásně prohřívá žaludek, a vyvažuje tak přirozeně chladnou a osvěžující povahu ovoce. Jedna z pouček TČM praví: „V zimě jezte ředkev, v létě zázvor – doktor pak nemusí dávat

pozor.“ Nejen proto by zázvor měl být součástí pokrmů či nápojů i v létě. Zázvor je účinný při léčbě kašle, nachlazení, žaludečních a trávicích potíží, eliminaci nežádoucích bakterií v trávicím traktu, snižuje nevolnosti a podporuje metabolismus a imunitní systém celkově. Obsahuje velké množství antioxidantů a látek s protizánětlivými vlastnostmi, dále draslík, hořčík, vápník, vitaminy A, C, E, skupiny B aj.

MLADÁ ZELENÁ PŠENICE

– PRÁŠEK

Působení dle TČM:

- » podporuje harmonizaci jater
- » pomáhá při stagnaci jaterní čchi (snižování bolesti hlavy, pocitů nervozity a přepětí)
- » podporuje krev a jin jater, posiluje a vyživuje organismus, podporuje trávení

Mladá zelená pšenice je nezralá tráva, posečená dřívě, než vykvetě. Je přirozeně bezlepková (lepek se nachází až ve zralých zrnech) a nutričně velmi bohatá, obsahuje živiny, které přispívají k obohacení krve a zlepšení její kvality. Také obrovské množství antioxidantů a dalších bioaktivních látek jako chlorofyl, flavonoidy, enzymy. K tomu vitaminy C, E, K, skupiny B, betakaroten, železo, hořčík, vápník, draslík, zinek, selen. Rovněž nabízí poměrně bohatý zdroj aminokyselin (základních stavebních jednotek bílkovin).

SMETÁNKA LÉKAŘSKÁ (LIST)

– PRÁŠEK

Působení dle TČM:

- » hlavním účinkem je podpora zprůchodňovací funkce jater a pomoc při jejich harmonizaci včetně stagnací jaterní čchi



- » ochlazuje horkost, pomáhá při horkosti žaludku a následném pálení žáhy
- » má jemné diuretické účinky, odstraňuje vlhkost a toxiny, posiluje čchi ledvin

Pampeliška je známá svými mocnými detoxikačními účinky a podporou celého trávení. Listy pampelišky obsahují vitaminy A, skupiny B, C, E a K, dále betakaroten, křemík, draslík, vápník a železo. Je bohatá na antioxidanty, hořčiny a chlorofyl.

POPENEC BŘEČTANOVITÝ (NAŤ) – PRÁŠEK

Působení dle TČM:

- » odstraňuje přebytečnou horkost, harmonizuje trávení a podporuje vylučování toxinů
- » zlepšuje oběh čchi, pomáhá odstraňovat blokády, pocity

- stagnace a bolesti
- » řeší příznaky horkosti plic, zmírňuje kašel a podporuje vylučování hlenu

Popenec břechtanovitý je všestranná bylina, která má protizánětlivé a dezinfekční účinky a harmonizuje tělo jak z pohledu TČM, tak moderní medicíny. Je ideální pro detoxikaci, podporu trávení a zklidnění dýchacího systému. Působí příznivě na žlučník a močové ústrojí, zklidňuje játra a má hojivé účinky při kožních potížích. Obsahuje obrovské množství antioxidantů, esenciálních olejů, hořčin, tříslovin, vitaminů a minerálních látek, především betakaroten, vitaminy C a K, draslík, železo, vápník.

CITRON SUŠENÝ – PRÁŠEK

Působení dle TČM:

- » podporuje cirkulaci energie čchi i krve

- » čistí horko i vlhko, odstraňuje hlen

Čistý prášek ze sušené kůry včetně dužiny ekologicky pěstovaného citronu, bez aditiv. Podporuje trávení – stimulaci žaludečních šťáv a celkově i chuť k jídlu.

Obsahuje vitaminy A, skupiny B, C, D, dále draslík, vápník, fosfor. Zlepšuje vstřebávání železa.

Předchází zánětům a infekcím, díky projímavým vlastnostem pomáhá ulevit při zácpě.

NERAFINOVANÁ MOŘSKÁ SŮL

Působení dle TČM:

- » v malém množství tonizuje ledviny a podporuje trávení

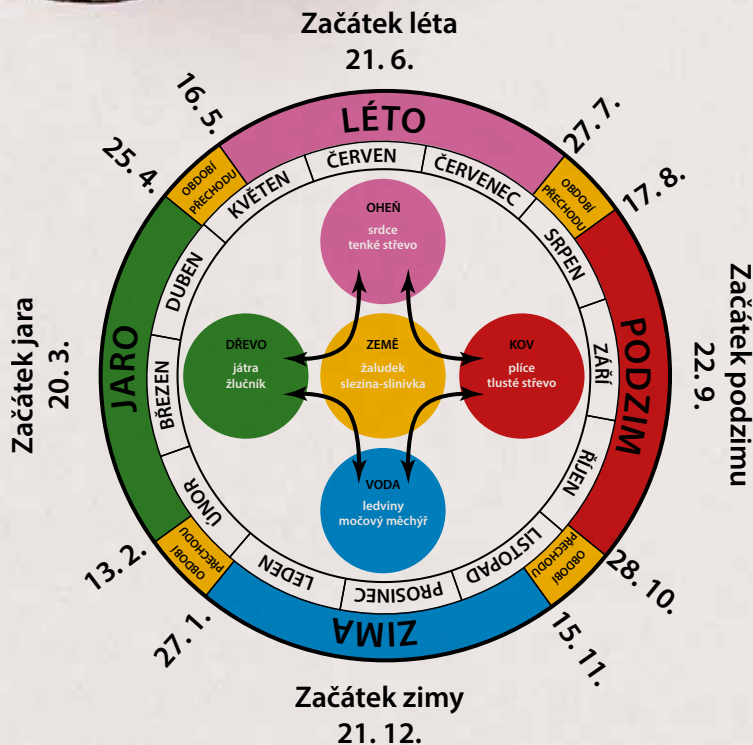
Nerafinovaná mořská sůl je plná přirozených minerálů, především jódu, kterého je v půdě okolo nás nedostatek.



Smoothie Tao essence je součástí dvou unikátních konceptů: terapeutické výživy podle pěti prvků tradiční čínské medicíny a Regenerace v Pentagramu® Energy. Smoothie náleží k elementu Dřeva a orgánům játra a žlučník, které vyživuje, posiluje a harmonizuje.

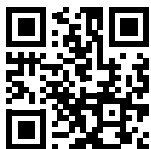
HARMONOGRAM ROČNÍCH OBDOBÍ PODLE PRINCIPŮ TRADIČNÍ ČÍNSKÉ MEDICÍNY

Prvek Dřevo náleží k období jara. Jaro je probuzení a nový začátek, tedy lehkost. Po výživné zimě je proto důležité nejen odlehčení, ale i podpora trávení a regenerace především jater a žlučníku. Vedle tradičních metod, jako jsou čaje z kopřiv, bršlice nebo pampelišky, si takovou podporu



můžeme dopřát lahodným smoothie. Z pohledu chutí podle tradiční čínské medicíny játra posiluje chuť jemně sladkokyselá. A právě takové je smoothie Tao essence.

Samozřejmě nechybí ochrana trávení v podobě zahřívacího koření a silný účinek hořkých bylinek přirozeně podporujících regeneraci jater i žlučníku.



TIPY PRO VÁS

Pro zvýšení nutriční hodnoty si můžete smoothie chuťově vylepšit přidáním ingrediencí do smoothie mixéru podle aktuálních potřeb vašeho organismu:

» JAHODY

Osvěžení a zvýraznění sladké ovocné chuti.

» CHIA SEMÍNKA, LNĚNÁ SEMÍNKA

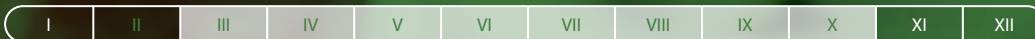
Podpora trávení.

» ZAKYSPANÁ SMETANA, JOGURT, RICOTTA, TVAROH

Doplnění bílkovin pro zasyčení.



ROČNÍ HARMONOGRAM



DENNÍ HARMONOGRAM



● doporučené období a čas k užívání



PŮSOBNÍ DLE TČM

Tao essence osvěžuje, ochlazuje oheň jater, podporuje zprůchodňovací funkci jater, vyživuje jejich jin a podporuje krvetvorbu. Harmonizuje vztah játra–slezina, upravuje a podporuje trávení, posiluje čchi ledvin.



PŘÍPRAVA A ZPŮSOB POUŽITÍ

Do mixéru pro přípravu smoothie vsypte cca 20 g smoothie (2 polévkové lžíce) a zalijte odstátou vodou (200 ml). Mixujte cca 20 vteřin a ihned podávejte. Užijte ideálně do jedné hodiny po jídle (ráno nebo dopoledne) na podporu trávení. Je vhodné i jako doplněk odlehčeného stravovacího režimu.



PRODUKT JE VHODNÝ

Pro všechny věkové kategorie (kromě malých dětí) k podpoře očisty organismu. Není vhodné pro děti do 3 let a těhotné ženy.



ENERGETICKÁ CHARAKTERISTIKA

Smoothie Tao essence jemně osvěžuje organismus.



SPECIFIKA UŽÍVÁNÍ DLE TČM

Smoothie Tao essence doporučujeme konzumovat zejména na jaře a kdykoliv v teplejším období v průběhu roku. Vzhledem k osvěžujícímu charakteru je prospěšné i u jedinců s inklinací k vnitřní horkosti.



VHODNÉ KOMBINACE S PRODUKTY ENERGY

Regalen, Stimaral, Mycohepar, Fytomineral, Himalayan Apricot oil, Organic Sacha Inchi oil, Organic Barley Juice Powder/Tabs, QI Drink