



GYAKORLATI TIPPEK

A smoothie tápértékének növelése vagy ízének javítása érdekében szervezetünk aktuális igényeit kielégítő összetevőkkel gazdagíthatjuk a tápláló italunkat:

» EPER

Frissítő hatású gyümölcs, amely még inkább kiemeli a smoothie édes, gyümölcsös ízét.

» CHIAMAG, LENMAG

Az emésztés támogatásáért.

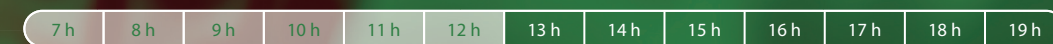
» TEJFÖL, JOGHURT, RICOTTA, TÚRÓ

Ha még több fehérjére van szükségünk vagy fokozni szeretnénk a jóllakottság érzését.

ÉVSZAKOK



NAPSZAKOK



ajánlott használati időtartam és idő



HATÁSOK A HKO TÜKRÉBEN

A Tao essence felfrissíti a testet, hűsíti a máj tüzét, támogatja a máj működését, táplálja a máj jinjét, és serkentheti a vérképzést. Harmonizálhatja a máj és a lép kapcsolatát, támogathatja az emésztést, és megerősítheti a vesék QI (csi) energiáját.



KINEK AJÁNLJUK?

A smoothie minden korosztály számára ajánlott (kivéve a kisgyermeket), bátran fogyaszthatja bárki, aki szeretné elősegíteni szervezete méregtelenítését. A termék fogyasztása azonban 3 éves kor alatt és állapotos kismamának nem ajánlott. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot!



HASZNÁLATA A HKO TÜKRÉBEN

A Tao essence smoothie fogyasztása elsősorban tavasszal vagy az év bármely melegebb időszakában ajánlott. Frissítő jellege miatt kifejezetten javasolt azoknak, akik hajlamosak a belső forróságra.



HASZNÁLATA ÉS ELKÉSZÍTÉSE

Tegyen a smoothie készítőbe 20 g Tao essence terméket (2 evőkanál), majd öntsön hozzá szobahőmérsékletű vizet (200 ml). Turmixolja körülbelül 20 másodpercig, majd azonnal fogyassza. Az emésztés támogatása érdekében étkezés után legfeljebb egy órán belül fogyassza (reggel vagy délelőtt). A készítmény könnyített étrend keretén belül is alkalmazható.



ENERGETIKAI JELLEMZÉS

A Tao essence smoothie gyengéden frissíti a testet.



A SMOOTHIE HATÁSAIT FELERŐSÍTŐ ENERGY KÉSZÍTMÉNYEK

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



Tao essence

- » A HKO SZERINT ÖSSZEÁLLÍTOTT HARMONIZÁLÓ HATÁSÚ SMOOTHIE, AMELY ELŐSEGÍTI A SZERVEZET MEGTISZTULÁSÁT
- » GYENGÉDEN MÉREGTELENÍT ÉS TÁMOGATHATJA AZ EMÉSZTÉST
- » REGENERÁLHATJA A MÁJAT ÉS AZ EPEHÓLYAGOT
- » SERKENTHETI A VÉRKÉPZÉST
- » ADALÉKANYAG- ÉS TARTÓSÍTÓSZER-MENTES, TERMÉSZETES ÖSSZETÉTEL



A Tao essence a Hagymányos Kínai Orvoslás (HKO) alapelvei szerint összeállított, 100%-ban természetes, bioritmus alapú, harmonizáló smoothie. A készítmény minden összetevőjét a minőségre és a feldolgozás módjára szigorúan odafigyelve, alapos gondossággal válogattuk össze, megőrizve azok tökéletes tisztaságát és alapvető értékeit. A termék kémiai anyagoktól, adalékanyagoktól és tartósítószerektől mentes. Tejet és hozzáadott cukrot nem tartalmaz, összetétele vegán.

TAO ESSENCE

HATÁSAI ÉS HASZNÁLATA

- » A könnyed összetételű, gyengéden méregtelenítő smoothie-t az egészséges életmód támogatása, a szervezet megtisztulása és az emésztőszervek támogatása érdekében alkottunk meg.
- » A HKO alapelvei szerint kiválasztott gyümölcsökkel, gyógynövényekkel és fűszernövényekkel gazdagított, szinergikus, egyben terápiás hatású összetétele erősítheti a máj és az epehólyag működését.
- » A smoothie felfrissíti a testet, hűsíti a máj tüzét, támogathatja a máj működését, táplálja a máj jinjét, és serkentheti a vérképzést.
- » Harmonizálhatja a máj és a lép kapcsolatát, támogathatja az emésztést, és megerősítheti a vesék QI (csi) energiáját.
- » Egészségvédő antioxidánsokat, polifenolokat, vitaminokat és ásványi anyagokat tartalmaz.
- » Hatékonyan harmonizálhatja az emésztést, segítheti a kiválasztást és a szervezet méregtelenítését.



ÖSSZETÉTEL

SZÁRÍTOTT, ŐRÖLT DATOLYA

Hatása a HKO tükrében:

» táplálja és erősíti az energiát, a vért és a jint

A datolya növeli a vitalitást, ugyanakkor nyugtató hatású és megkönnyíti az elalvást. Természetes édesítőszer, egyben hasznos rostok gazdag forrása, amelyek szabályozzák és segítik az emésztést, lassítják a szénhidrátok felszívódását a vérbe, ezáltal hozzájárulnak a vércukor- és az inzulinszint stabilizálásához. A rostok táplálják a bélmikrobiomot, támogatják az egészséges bélfloórát, és növelik a szervezet ellenálló képességét. Emellett megköti a káros anyagokat, és segítik azok kiürítését a szervezetből.

LIOFILIZÁLT EPER – POR

Hatása a HKO tükrében:

» elvezeti a nedvességet, erősíti az energiát és a jint

A smoothie a lehető legkíméletesebb, ún. IQF-módszerrel liofilizált epret tartalmaz. Az eljárás során az eperszemeket nitrogén felhasználása nélkül liofilizáljuk, azaz fagyasztva szárítjuk, majd pedig porrá őröljük. Az eper így megőrzi természetes ízét, illatát, színét és maximális tápanyagtartalmát. A liofilizált eper rostokban, antioxidánsokban, polifenolokban és C-, valamint B-vitaminokban, továbbá vasban káliumban, cinkben és kalciumban gazdag összetevő. Csökkenti a gyulladásokat, erősíti az immunrendszert, támogatja a szív- és érrendszer működését, táplálja a csontokat, a haját, a szemet, és megszépíti a bőrt.

GUARMAGLISZT

Hatása a HKO tükrében:

» a HKO-ban kevésbé használt alapanyag, amely feltételezhetően semleges jellegű és édes ízű

A guar egy természetes poliszacharid, amely magas viszkozitásáról és sűrítő

képességéről ismert. A guarbab (Cyamopsis tetragonoloba) magjaiból nyerik ki (amely magokat vegyi anyagokkal semmilyen módon nem kezelik). A guarmagliszt vagy más néven guargumi oldható rostokban gazdag összetevő, amely támogatja az emésztést, és segít megőrizni a kiegyensúlyozott vércukorszintet. Gélyszerű állaga révén képes megkötni a bélben levő káros anyagokat és toxinokat, segítve ezáltal azok kiürítését. Lassítja a gyomor kiürülését, és korlátozza a cukrok, valamint a zsírok felszívódását a táplálékból.

CÉKLAPOR

Hatása a HKO tükrében:

» erősíti a vért és az energiát, elvezeti a nedvességet, oldja a stagnálást

Porrá őrölt szárított cékla. A cékla rendkívül értékes élelmiszer, amely rengeteg rostot, C- és B-vitaminokat, nátriumot, káliumot, kalciumot és magnéziumot tartalmaz. Továbbá szerves savak, polifenolok és betain gazdag forrása is egyben, amely

segít megelőzni az érelmeszesedést, és támogatja a máj működését. Serkenti a vörösvérsejtek termelődését, és megerősíti az érfalakat. Vízajtó hatású, segíti az ásványi sók kiválasztását, serkenti a gyomorműködést és az epekiválasztást, segítséget nyújt székrekedés ellen. Jótékonyan hat a látásra, a bőr rugalmasságára és ragyogására, valamint a haj és a körmök egészségére.

SZÁRÍTOTT GYÖMBÉR

Hatása a HKO tükrében:

» élénkíti a QI (csi) energiát
» támogatja a jangot és a lép QI (csi) energiáját, melegíti az emésztőrendszert
» erősíti a tüdőcse

A finomra őrölt, szárított gyömbérgyökér felmelegíti a gyomrot, amivel hatékonyan ellensúlyozza a gyümölcs természetesen hűvös és frissítő jellegét. A HKO tanai szerint: „Télen egyeteket retket, nyáron pedig gyömbért, hogy az orvosnak ne kelljen dolgoznia.” Nem csak ezért javasolt

gyömbért nyáron is fogyasztani, bármilyen étel vagy ital összetevőjeként. A gyömbér kiváló segítőtárs lehet köhögés, megfázás, gyomor- vagy emésztési panaszok kezelésében, hozzájárul továbbá a nem kívánt baktériumok eltávolításához a bélrendszerből, csillapítja a hányingert és támogatja az anyagcserét, valamint az immunrendszer működését. Nagy mennyiségben tartalmaz antioxidánsokat, gyulladáscsökkentő anyagokat, továbbá káliumot, magnéziumot, kalciumot, A-, C-, E- és B-vitaminokat.

ZSENGE ZÖLD BÚZAFŰ – POR

Hatása a HKO tükrében:

» harmonizálja a máj működését
» segítséget nyújt a máj QI (csi) energiájának stagnálása esetén (csillapítja a fejfájást, csökkenti az idegességet, oldja a feszültséget)
» táplálja a máj vérét és jinjét, erősíti és táplálja a szervezetet, támogatja az emésztést

A zsenge zöld búzafű nem más, mint a kifejeletlen állapotában betakarított búzánövény. Természeténél fogva gluténmentes (glutén csak az érett búzaszemekben található) és tápanyagokban rendkívül gazdag. Olyan anyagokat tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a vér táplálásához és minőségének javulásához. Emellett rengeteg antioxidánst és más bioaktív anyagot tartalmaz, mint például klorofillt, flavonoidokat, enzimeket, továbbá C-, E-, K-, B-vitaminokat, béta-karotint, vasat, magnéziumot, kalciumot, káliumot, cinket és szelént. A zöld búzafű a fehérjék alapvető építőköveként számon tartott aminosavak meglehetősen gazdag forrása is egyben.

GYERMEKLÁNCFŰ (LEVÉL) – POR

Hatása a HKO tükrében:

» fő hatása a máj szabad áramlását biztosító funkciójának támogatása és harmonizálása, valamint a máj QI (csi) energiájának serkentése
» hűti a forróságot, segítséget nyújt

túlhevült gyomor esetén, és enyhíti a gyomorégést
» enyhe vízajtó hatású, eltávolítja a nedvességet és a mérgeanyagokat, erősíti a vesék QI (csi) energiáját

A gyermekláncfű ismert erőteljes méregtelenítő és az emésztést támogató hatásáról. A növény levelei vitaminokat (A, B, C, E, K), béta-karotint, szilíciumot, káliumot, kalciumot és vasat tartalmaznak. Antioxidánsokban, keserűanyagokban és klorofillban gazdagok.

KEREK REPKÉNY (SZÁR) – POR

Hatása a HKO tükrében:

» eltávolítja a felesleges forróságot, harmonizálja az emésztést, és segíti a mérgeanyagok kiürülését a szervezetből
» javítja a QI (csi) energia keringését, segít megszüntetni a blokkolódásokat, a stagnálás érzését és a fájdalmat
» csökkenti a tüdőforróság tüneteit, csillapítja a köhögést, és segíti a váladék kiválasztását a szervezetből

A kerek repkény sokoldalú gyógynövény – gyulladáscsökkentő és fertőtlenítő hatású, harmonizálja a testet mind a HKO, mind a modern orvoslás szempontjából. Kiválóan méregtelenít, támogatja az emésztést, és nyugtatja a légzőrendszert. Jótékonyan hat az epehólyagra és a húgyutakra, nyugtatja a májat, és megoldást nyújt bőrproblémákra. Nagy mennyiségben tartalmaz antioxidánsokat, illóolajokat, keserűanyagokat, cserzőanyagokat, vitaminokat és ásványi anyagokat, elsősorban béta-karotint, C- és K-vitamint, káliumot, vasat, kalciumot.

SZÁRÍTOTT CITROMPOR

Hatása a HKO tükrében:

» támogatja a QI (csi) energia és a vér keringését
» tisztítja a forróságot és a nedvességet, feloldja és eltávolítja a váladékot

Ökológiai gazdálkodásból származó, megfelelően feldolgozott, héjával együtt szárított egész citromból előállított por,

amely semmiféle adalékanyagot nem tartalmaz. Támogatja az emésztést, serkenti a gyomornedvek termelődését, és növeli az étvágyat. A-, B-, C- és D-vitamint, továbbá káliumot, kalciumot és foszfort tartalmaz. Javítja a vas felszívódását a szervezetben. Segít megelőzni a gyulladások és a fertőzések kialakulását, enyhén hashajtó hatásának köszönhetően pedig felveszi a harcot a székrekedéssel.

FINOMÍTATLAN TENGERI SÓ

Hatása a HKO tükrében:

» kis mennyiségben alkalmazva tonizálja a veséket és támogatja az emésztést

A finomítatlan tengeri só számtalan, a szervezet számára fontos természetes ásványi anyagot tartalmaz, elsősorban jódot, amelyből a termőtalajban már kevés van.

A Tao essence smoothie két egyedülálló koncepció egyesüléséből született: a HKO öt eleme szerint összeállított terápiás hatású táplálkozás, valamint az Energy Pentagram® koncepciójának ötvözetéből. A smoothie a Fa elemhez, valamint a májhoz és az epehólyaghoz tartozik, amelyeket táplál, erősít és harmonizál.

AZ ÉVSZAKOK VÁLTAKOZÁSA A HAGYOMÁNYOS KÍNAI ORVOSLÁS ALAPELVEI SZERINT

A Fa a tavasz, tehát az ébredés és az új kezdet időszakának eleme, amelynek idején a „könnyedség” az úr. A nehéz ételekben gazdag tél után ezért tavasszal nemcsak az fontos, hogy tehermentesítsük és támogassuk az emésztésünket, hanem az is, hogy regeneráljuk a testünket, azon belül is elsősorban a májunkat és az epehólyagunkat. A hagyományos módszerek mellett (csalán-, podagrafű- vagy

gyermekláncfűtéak) ezt a támogatást finom smoothie fogyasztásával is biztosíthatjuk szervezetünk számára. Az ízek tekintetében a HKO szerint a májat leginkább az enyhén édessavanyú íz erősíti. A Tao essence smoothie-nak pedig pontosan ilyen az íze. Természetesen nem maradhat el az

emésztést védő hatás sem, amelyet a készítményben található melegítő jellegű fűszernövények biztosítanak, valamint a máj és az epehólyag regenerálását támogató jótékony tulajdonságok, amelyek a termékben levő keserű gyógynövényeknek köszönhetőek.

