

Hranilna vrednost sirupa MADAL BAL v 100 ml

energijska vrednost	372 kcal
beljakovine	0,7 g
ogljikovi hidrati, od tega:	89 g
fruktoza	12 g
glukoza	11 g
saharozna	54 g
maščobe	0,5 g
glikemični indeks	39

Proizvod ne vsebuje genetsko spremenjenih organizmov in alergenov.

Hranilo	v mg na 100 ml	% priporočenega dnevnega vnosa (PDV/RDA)
kalij	359	18
kalcij	239	30
natrij	194	8
magnezij	20	5
vitamin C	19	24
železo	1,6	11
mangan	1,2	60
čink	0,4	4
baker	0,2	20

Možna so odstopanja glede na klimatske pogoje letine.

Naravni drevesni sirup Madal Bal ima visoko vsebnost mangana ter je vir kalcija, vitamina C, bakra in kalija.

Mangan prispeva k sproščanju energije pri presnovi ter ohranjanju zdravih kosti. Mangan ima vlogo tudi pri nastajanju vezivnega tkiva ter pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.

Kalcij prispeva k normalnemu strjevanju krvi, sproščanju energije pri presnovi, delovanju mišic, normalnemu prenosu živčnih impulzov in normalnemu delovanju prebavnih encimov. Kalcij ima vlogo pri delitvi in specializaciji celic. Kalcij je potreben za ohranjanje zdravih kosti in zob.

Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje žil, kosti, hrustanca, dlesni, kože in zob. Vitamin C prispeva k sproščanju energije pri presnovi, delovanju živčnega sistema

in normalnemu psihološkemu delovanju. Vitamin C ima vlogo pri delovanju imunskega sistema, pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom. Vitamin C prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti in k obnovi reducirane oblike vitamina E. Vitamin C povečuje absorpcijo železa.

Baker prispeva k ohranjanju normalnega vezivnega tkiva, sproščanju energije pri presnovi, delovanju živčnega sistema, normalni obarvanosti las in kože ter prenosu železa v telesu.

Kalij prispeva k delovanju živčnega sistema. Kalij ima vlogo pri delovanju mišic in pri vzdrževanju normalnega krvnega tlaka.

Datum izdaje: marec 2013



Pakiranje:

Pločevinke po 500 ml in 1.000 ml.

Rok uporabe: Uporabno najmanj do datuma, označenega na spodnjem robu pločevinke. Odprto pločevinko hranimo v hladilniku.

Proizvajala: Puris AG, Švica

Uvoznik:

ProVITA d.o.o., Vilharjeva 27,
6250 Ilirska Bistrica, Slovenija

tel: 05/714 18 20,

fax: 05/710 11 11,

e-mail: info@provita.si

Madal Bal

NARAVNI DREVESNI SIRUP MADAL BAL

*naravno sladilo in osnova
za pripravo napitka*



Naravni drevesni sirup MADAL BAL je mešanica javorovega in palminega sirupa. Recept za pripravo sirupa je v 80 letih razvila skupina švicarskih zdravnikov, specialistov iz področja naravne medicine, zdravilnih rastlin ter Ayurvedanske in zahodne medicine. Napitek iz sirupa MADAL BAL se uporablja v **prečiščevalnih dietah in postih**, med najbolj poznanimi v svetu je limonova prečiščevalna dieta "The Lemon Detox Diet".

Naravni drevesni sirup MADAL BAL vsebuje naravni sladkor in značilno mešanico mineralov. Ima visoko vsebnost mangana in je vir kalcija, vitamina C, bakra ter kalija. Zaradi visoke hranilne in manjše energijske vrednosti je **odlična alternativa belemu sladkorju in umetnim sladilom**.

Javorov sirup

Prvi, ki so pridobivali in uporabljali javorov sok, so bili že Indijanci Severne Amerike. Sladki nektar so med prazničnimi rituali nabirali od sredine marca do sredine aprila in ga s počasnim segrevanjem ali s kristalizacijo v snegu zgostili v sirup. S seboj so ga jemali na daljše lovske pohode, z njim so bogatili jedi iz žit ali so ga, razredčenega z vodo, uživali kot energetske napitek v času bolezni. Sok vsebuje pomembne življenjske sestavine, potrebne za rast drevesa in predstavlja za človeka dragocen vir prehrane.



Nabiranje javorovega soka in priprava sirupa zajema tri faze: zarezovanje dreves, zbiranje soka in zgoščevanje soka v sirup. Drevo javora je primerno za pridobivanje soka, ko je staro približno 40 let in visoko do 25 m. Sok izteka v posode, nameščene nekaj centimetrov pod zarezo in iz njih teče v večje zbiralnike. Sledi zgoščevanje pri nizki temperaturi, pri čemer se ohranijo vse naravne lastnosti prisotnih sladkorjev, vitaminov in mineralov. Za en liter sirupa je potrebnih od 40 – 50 litrov drevesnega soka.

Odvisno od obdobja pridobivanja javorovega sirupa, le-tega delimo na sirup stopnje A, B ali C. Sirup stopnje C se pridobiva v zadnji fazi žetve. Je gostejši, manj sladek, po sestavi kvalitetnejši in ga je količinsko najmanj. V primerjavi s sirupom stopnje A in B ima višjo vsebnost mineralov, kot so kalcij, cink, mangan in železo. Naravni drevesni sirup MADAL BAL vsebuje le javorjev sirup stopnje C.

Palmin sirup



Palmino drevo je primerno za pobiranje soka po petih letih rasti. V tem času zraste do 30 m visoko. Ob začetku cvetenja se cvetni nastavki na poseben način potolčejo, s čimer se sproži postopek izločanja encimov, ki v nekaj dneh pretvorijo škrob v enostavne sladkorje. Po tem postopku se cvetni nastavki povežejo skupaj in zarežejo na mestih, kjer izteka sok. Sok se zbira v

posebne posodice iz bambusa, ki se ročno prazni dvakrat dnevno. S segrevanjem se sok nato zgosti v sirup ali sladkorni granulat.

Iz sirupa kanadskega javorja in sladkornega granulata tropskih palm v Kanadi po posebnem receptu proizvajajo **Naravni drevesni sirup MADAL BAL** in ga prodajajo po celem svetu. Palmin in javorjev sirup sta povsem naravni sladili, kajti drevesa rasejo v naravi, brez uporabe pesticidov, umetnih gnojil ali drugih metod pospešene pridelave.

Uporaba Naravnega drevesnega sirupa MADAL BAL

Zdravo nadomestilo belega sladkorja

Sirup MADAL BAL lahko uporabimo za sladkanje polnozrnatih kosmičev, jogurta, palačink, rogljičkov, sadnih solat, sladoleda, kave, čajev. Odličen je tudi pri pripravi sladic, kot so jabolčni zavitek, štruklji, peciva,... Nizokokaloričen napitek, pripravljen iz sirupa, limonovega soka in vode, lahko nadomesti sadne sokove. Na izletih in pri športnih dejavnostih ga lahko uživamo namesto energetskih napitkov.

Limonova prečiščevalna dieta

Napitek iz sirupa MADAL BAL se je uveljavil v prečiščevalnih dietah in postih. Limonino prečiščevalno dieto je pred več kot 50 leti iznašel naravni zdravilec Stanley Burroughs iz Havajev. V obliki, kot jo poznamo danes, so jo kasneje izpopolnili v Švici. Napitek iz drevesnega sirupa MADAL

BAL, sveže stisnjene limonovega soka in ščepeca čili paprike oskrbuje organizem pri postenju z ogljikovimi hidrati, nekaterimi pomembnimi minerali, elementi v sledeh in vitaminom C. Čili papriko zaradi pekočega okusa nekateri nadomestijo z dodatkom ingverja.

Originalna limonina prečiščevalna dieta po Stanley Burroughsu je post, pri katerem nadomestimo vse dnevne obroke hrane z napitkom. Dnevno moramo popiti najmanj tri litre tekočine - od tega vsaj 6-7 kozarcev napitka (približno 2 l). Vmes lahko pijemo vodo, metin ali šipkov čaj. Klasičen program posta traja od 5 – 10 dni, lahko pa se odločimo tudi za krajšo različico, ki traja od 3 – 5 dni.

Manj vztrajni se postijo le **1 dan tedensko**. En dan v tednu zlahka zdržimo brez trde hrane in tako omogočimo telesu enodnevni dopust. Enodnevni post izvajamo 6 tednov ali več, priporočamo ga po počitnicah, praznikih, zabavah ali kot uvod v nov prehranski načrt.

PRIPRAVA NAPITKA

1 kozarec (300 ml):

20 ml (2 jedilni žlici) naravnega drevesnega sirupa MADAL BAL, sok pol limone in ščepec čili paprike

2 l napitka: 100 ml naravnega drevesnega sirupa MADAL BAL, sok treh limon, ščepec čili paprike.



Napotki za večdnevno limonino prečiščevalno dieto:

Med postenjem ne uživamo trde hrane, vitaminskih pripravkov in prehranskih dopolnil, ki zavirajo čiščenje organizma. Odpovemo se tudi uživanju kave, alkohola in omejimo kajenje. Zdravila, predpisana zaradi zdravstvenih težav, jemljemo tudi v času diete ali posta.

Ves čas izvajanja diete moramo poskrbeti za dodatno čiščenje s pitjem odvajalnega čaja ali zeliščnih odvajalnih tablet, tudi če imamo urejeno prebavo.

Limonina dieta ni primerna za otroke mlajše od 14 let, nosečnice in doječe matere ter bolnike, ki trpijo za kroničnimi obolenji.

Pred začetkom diete se posvetujte z zdravnikom.

KAJ PA PO POSTU

Po 5 – 10 dnevnom počitku prebavnega sistema moramo telo počasi privajati na normalno hrano. Najpogostejša napaka je, da takoj po postu začnemo s preobilnim uživanjem hrane.

Prvi dan po postu se priporočajo sveže stisnjeni sadni sokovi, za večerjo zaužijemo zelenjavno juho. Drugi dan lahko dodamo še rjav riž in dušeno zelenjavo. Tako nadaljujemo tudi tretji dan. Četrty dan lahko začnemo z normalnim prehranjevanjem. V prvih treh dneh ne smemo uživati mesa, rib, jajc, kruha in sladkarij ter piti sladkih gaziranih pijač.

Več na www.madalbal.si