

ЧТО ТАКОЕ ЧЕРНЫЙ ЧЕСНОК И КАК ОН ПОМОГАЕТ НАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ?

3 Мая 2018г

Уже имеется достаточно много информации о черном чесноке. Не только как о продукте питания, но и основе множества средств для поддержания здоровья и заботы о благополучии тела.

Черный чеснок – сравнительно новый продукт. Тридцать лет назад в Корее был открыт естественный процесс, устраняющий запах белого чеснока, меняющий его аромат, текстуру и вкус, повышающий его целебные и питательные качества. Нормальный чеснок превращается в черный вследствие продолжительной выдержки в тепле и влажности. Это называется «энзимной ферментацией», так как в процессе состаривания чеснока не участвуют микроорганизмы.

Вследствие этого активные питательные компоненты – нутриенты, имеющиеся в чесноке, концентрируются в 2-10 раз, кроме того, формируются более стабильные и лучше растворимые органические соединения серы, которые организм может усвоить целиком. Аллицин и аллицин свежего чеснока превращаются в другие компоненты, такие как САЦ (С-Аллил-Цистеин) и САМЦ (С-Алил-Меркаптан-Цистеин), которые могут усваиваться организмом без отторжения и поэтому имеют более сильную и долгую био-активность.

Процесс ферментации увеличивает пользу чеснока вследствие роста концентрации активных компонентов, их большей стабильности, биологической ценности и био-доступности фито- нутриентов.



Разнообразие свойств и великолепии антиоксидантной силы.

Вдобавок к разнообразным полезным свойствам черного чеснока, он имеет сильную антиоксидантную активность из-за наличия полифенолов и водорастворимых сероорганических соединений, таких как САЦ и САМЦ, поддерживающих питание и стимулирующих наши собственные антиоксидантные и метаболические механизмы.

Удивительно, что черный чеснок содержит серу, селен, цинк, марганец, медь и молибден, являющиеся необходимыми микроэлементами в рационе питания и поддерживающие функцию антиоксидантных ферментных систем, защищающих наши клетки и ткани (Цитохром П450 Комплекс: Глутатион, Супероксид Дисмутаза и Каталаза).

Он также содержит и другие микроэлементы, такие как йод, германий, фосфор, железо, магний и силикон, необходимые для коррекции и оптимальной работы различных систем организма. В нем также присутствуют 18 аминокислот, флавоны, кверцитины, сапонины, олигосахариды и очень интересные с точки зрения питания ферменты.

Решайтесь попробовать это, вы не сможете остановиться!

