

Perga / Bienenbrot

Die von den Bienen in den Waben gelagerten Blütenpollen verwandeln sich durch natürliche Fermentierung in Perga. Dabei wird der Pollen aufgeschlossen, der Gehalt an Vitamin K, einfachen Zuckerarten und Milchsäure steigt und die harte Pollenschale wird aufgebrochen. Dadurch wird der Polleninhalte für die Verdauung assimilierbarer. Mit über 200 Nährstoffen gehört Perga zu den reichsten natürlichen Nährstoff-Quellen.

Perga wird in Handarbeit aus den einzelnen Bienenwaben entnommen und gehört somit nicht nur zu den wertvollsten, sondern auch zu den teuersten Bienenprodukten.

Wie nimmt man Bienenbrot zu sich?

Beim Bienenbrot reicht die Aufnahme für Erwachsene von einem 1/2 Teelöffel täglich. Vor dem Frühstück etwas verdauungsfördernd, lässt es sich aber danach völlig neutral zu sich nehmen. Ein Einspeicheln ist nicht notwendig, da das Bienenbrot durch die oben beschriebene Milchsäuregärung schon aufgeschlossen ist.

Achtung! Mein Bienenbrot ist frisch, es wurde nach der Entnahme nicht getrocknet. Damit ist es weit wertvoller als die verbreitet angebotene getrocknete Variante. Es ist ein Lebensmittel im wahrsten Sinn des Wortes.

Für Kinder reicht eine Dosis von 0,5g (ca. 4 Körnchen, Bienenbrot hat einen angenehm leicht säuerlichen Geschmack, den Kinder mögen).

Lagerung : Unbedingt kühl und trocken, d. h. im Kühlschrank aufbewahren!

Inhaltsstoffe

Aminosäuren: Valin, Arginin, Asparaginsäure, Cystein, Glutaminsäure, Histidin, Hydroxyprolin, Isoleucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Prolin, Serin, Threonin, Trypsin, Tryptophan, Valin u. a.,

- **Kohlehydrate:** Trauben-, Frucht-, organischer Rohr- und Malzzucker
- **Lipide:** Essentielle Fettsäuren (Alpha-, Cis- und Gamma-Linolsäure, Linolensäure, Arachidonsäure u. a.)
- **Vitamine:** Beta-Carotin, B1, B2, B6, B5, B7, B8, B9, B12, C, D2, D3, E, K, u. a.
- Mineralstoffe und Spurenelemente : Ca, Cl, Fe, K, Cu, Mg, Mn, Na, Ph, Si, Ti, Zn u. a.
- **Enzyme:** Amylase, Bernsteinsäure-Dehydrogenase, Katalase, Lactose-Dehydrogenase, Lyasen, Pectase, Diastase, Oxidoreduktase, Phosphatase, Saccharase, Trypsin, Isomerase
- **weitere Inhaltsstoffe:** Alpha-Amino-Buttersäure, Amine, Auxine, Brassin, Cholin, Flavonoide, Crocetin, Gibberelin, Guanin, Hexadecanal, Hxypoxalthin, Kinine, Lecithin, Lycopene, Pentosen, Terpen, Vernin, Xanthin, Xanthophyllin, Zeaxanthin u. a.

Anwendungsgebiete

- Erschöpfungszustände, Rekonvaleszenz
- Verzögerung des Alterungsprozesses
- Unterstützend der Detoxifikation
- Bei hoher geistiger, emotionaler und körperlicher Beanspruchung
- Konzentrationsstörungen
- Appetitlosigkeit
- Wechselbeschwerden
- Bei Diäten - die enthaltenen Hormone und Wachstumsstoffe können zur Gewichtsreduktion beitragen
- Stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte
- Entgiftet die Leber
- Eine Normalisierung oder zumindest Senkung erhöhter Cholesterinwerte ist fast immer feststellbar.
- Prostata-Beschwerden können mit Pollen bekämpft werden.
- Neben einer allgemeinen Durchblutungsförderung kann man eine auffallende Durchblutungsverbesserung der Beine erreichen.
- Viele Erkrankungen werden allein durch die Sanierung der Darmflora geheilt.

Diese Feststellungen sind bewiesen, ersetzen jedoch keinen Arztbesuch.

Vorsicht bei bekannten Allergien, da Pollen in konzentrierter Form enthalten sind.

Der Grund für die oft überraschenden Heilungserfolge ist mittlerweile nicht mehr schwer erklärbar. Es sind die **vielen hochwertigen Baustoffe der Pollen, bzw. Im Bienenbrot**. Von den 22 bekannten Aminosäuren (= hochwertige Eiweißstoffe) sind 20 im Pollen enthalten. Dazu kommt noch der hohe Gehalt an wichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen. Wenn man bedenkt, dass fast alle wichtigen Vitamine und Enzyme enthalten sind, kann man sich gut vorstellen, welche hervorragenden Auswirkungen Pollen auf den menschlichen Körper haben.

*Weitere Informationen in Heilwerte aus dem Bienenvolk von Edmund Herold-ISBN 3-431-03162-5