

Rohkost –Tipp von Chefkoch Carsten Büchner

## CamuCamu Pulver

### Rohkost- & Bioqualität, Herkunft Peru

Camu Camu (bot. Myraciaria dubia), die Vitamin-C-reichste Frucht der Welt, ist eine kleine, orange-rote Beere. Sie hat die Größe einer Süßkirsche und wächst im Amazonasgebiet. Eine einzelne Camu-Camu-Beere enthält 20-50% natürliches Vitamin C. Dies ist der höchste Gehalt an natürlich vorkommendem Vitamin C in einer Frucht und 30 Mal mehr als eine Orange enthält.

Im Gegensatz zu synthetisch hergestelltem Vitamin C, begünstigt der natürliche Gehalt von Mineralien und Aminosäuren in der Beere die maximale Aufnahmefähigkeit und wesentlich höhere Wirksamkeit des Vitamin C im Körper.

Zudem enthält die Camu-Camu-Frucht etwa 10 Mal mehr Eisen, 3 Mal mehr Niacin, 2 Mal mehr Riboflavin und 50% mehr Phosphor als eine Orange. Sie ist eine wichtige Quelle für Kalium, Kalzium, Mineralien und Aminosäuren, sowie für Bioflavonoide, Proteine, Beta Carotin, Vitamin B1, B2 und B3. Gemeinsam mit dem Vitamin C unterstützen diese Nährstoffe das Immunsystem und wirken belebend und energetisierend auf den menschlichen Körper.



**ALPENBIOMARKT GmbH**  
Sachsenkammer Str. 3  
83646 Bad Tölz  
Tel.: 08041-796 4721  
[www.alpenbiomarkt.de](http://www.alpenbiomarkt.de)

Info: Je nach Art und Grund der Anwendung bitte auch mit Ihrem Heilpraktiker/ Arzt absprechen.  
Unsere Empfehlung ersetzt keine ausführliche Beratung.

Rohkost –Tipp von Chefkoch Carsten Büchner

## CamuCamu Pulver

Ihr starkes antioxidatives Potential macht die Camu-Camu-Beere zu einer natürlichen Alternative zur Vorbeugung von Grippe und Erkältungen. Der hohe Vitamin-C-Gehalt begünstigt auch die optimale Gehirnfunktion und sorgt für einen klaren Verstand. Besonders in der dunklen Jahreszeit, aber nicht nur dann, kann eine hohe Aufnahme an Vitamin C stimmungsaufhellend wirken.

Das leicht zu dosierende Camu-Camu-Pulver lässt sich leicht in Wasser zu einem erfrischenden Getränk auflösen, kann aber auch über Süßspeisen, in Smoothies oder in Obstsalate und Müslis gegeben werden.

Camu-Camu-Pulver enthält die reine, getrocknete und gemahlene Frucht. Es werden keine zusätzlichen Füllstoffe oder synthetisches Vitamin C zugefügt. 1 g Camu Camu liefert mindestens 250 mg natürliches Vitamin C! Bereits nur 0,4 Gramm decken den Tagesbedarf an Vitamin C eines Erwachsenen.

Mit der Verwendung von Camu Camu kann somit leicht ein Vielfaches des Grundbedarfs an Vitamin C gedeckt werden, was sich positiv auf die meisten Körperfunktionen auswirkt. Vor allem das Bindegewebe und die Immunzellen profitieren von einer optimalen Vitamin-C-Versorgung.

**ALPENBIOMARKT GmbH**  
Sachsenkammer Str. 3  
83646 Bad Tölz  
Tel.: 08041-796 4721  
[www.alpenbiomarkt.de](http://www.alpenbiomarkt.de)

Info: Je nach Art und Grund der Anwendung bitte auch mit Ihrem Heilpraktiker/ Arzt absprechen.  
Unsere Empfehlung ersetzt keine ausführliche Beratung.