



Pflanzengranulat: Fitness & Gesundheit

Granulés végétaux: fitness et santé

eigene PRODUCTION - MIX propre

100 ml = CHF 15.- (only in Shop)



Letzte Seite: komplette Liste

Dernière page : liste complète

Koriander 1. Coriandre		Ingwer 2. Gingembre		Kardamon 3. Cardamome	
Kurkuma 4. Curcuma		Pfeffer 5. Poivre		Kümmel 6. Cumin	
Sesam 7. Sésame		Leinsamen 8. Graine de lin		Chia Samen 9. Graine chia	
Kokos 10. Coco		Mandeln 11. Amandes		Haselnuss 12. Noisette	
Zimmt 13. Cannelle		Sonneblume 14. G. Tournesol		Kürbiskerne 15. Grain Courge	
Minze 16. Menthe		Orange 17.		Essigbaum 18. Vinaigrier	
Pinienkerne 19. Pignon de pin		Nelken 20. Girofle		Pistazien 21. Pistache	
Zitronengras 22. Citronnelle		Rosmarin 23. Romarin		Muskat 24. Muscade	
Dill 25. Aneth		Fenchel 26. Fenouil		Tonkabohne 27. Fève tonka	
Kakao 28. Cacao		Anis 29.		Bohnenkraut 30. Sarriette	



Pflanzengranulat: Fitness & Gesundheit

Granulés végétaux: fitness et santé

eigene PRODUCTION - MIX propre

100 ml = CHF 15.- (only in Shop)



Gebrauchsvorschläge

Am besten schmeckt der Mix in einem Shake mit Banane und kalter Milch.

Ein Löffel (schwach = Teelöffel, stark = Suppenlöffel) + eine Banane + 0.2L kalte Milch (+ ev. ein wenig Honig und/oder ein Ei für mehr Kraft) + in einem Mixer mindestens eine Minute mixen (bis schaumig) = und sofort kalt geniessen (geht auch mit warmer Milch!)

Hierzu eignen sich auch Alternativen zu bewährter Milch aus: Soja, Reis, Mandeln, Hafer, Dinkel, Kokos, Hanf, Joghurt, usw. Oder Sie verwenden verschiedene Fruchtsäfte aus: Orangen, Zitrone, Apfel, Melonen, Ananas, Zwetschgen, Kiwi, usw. Geeignet ist auch Zubereitung mit verschiedenen Tees wie Eistee, Minze, Melisse, usw. Und natürlich auch als Gewürzmischung zur Müsli, Suppen, Salaten, Teigwaren und viel mehr. Kalt oder warm, flüssig oder fest, süss oder salzig! Probieren Sie aus und finden Sie die beste Anwendung für Sie.

Banane und Milch sind sehr empfehlenswert da sie viele gesunde Eigenschaften haben.

Banane: Kalium und Magnesium Folsäure, Eisen, Kupfer und Beta-Carotin. viele Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe und Antioxidantien. Reife Obstbananen enthalten neben 74% Wasser, 20 % Kohlenhydrate, 1,2 % Eiweiß und 0,2% Fett. **Milch:** 87 Prozent Wasser, 3,5% Eiweiss, 3,5% Fett, 4,7% Kohlenhydrate, 2% Mineralstoffe (Natrium, Calcium, Magnesium, Eisen, Phosphor, Proteine (Kasein) und viel mehr.



Suggestions d'utilisation

Le mélange a meilleur goût dans un Shake avec de la banane et du lait froid.

Une cuillère (faible = à café, forte = à soupe) + une banane + 0,2 L de lait froid (+ év. un peu de miel et / ou un œuf pour plus de force) + mélanger dans un mixeur pendant au moins une minute (jusqu'à ce qu'il soit mousseux) = et savourez immédiatement froid (fonctionne également avec du lait chaud !)

Des alternatives au lait éprouvé de : soja, riz, amandes, avoine, épeautre, coco, chanvre, yaourt, etc. conviennent également à cet effet. Ou utilisez divers jus de fruits à base de : oranges, citron, pomme, melons, ananas, prunes, kiwi, etc. Il convient également pour la préparation de différents thés tels que le thé glacé, la menthe, la mélisse, etc. Et bien sûr aussi comme mélange d'épices pour le muesli, les soupes, les salades, les pâtes etc. Froid ou tiède, liquide ou solide, sucré ou salé ! Essayez-le et trouvez la meilleure application pour vous.

La banane et le lait sont fortement recommandés car ils ont de nombreuses propriétés saines.

Banane : acide folique de potassium et de magnésium, fer, cuivre et bêta-carotène. De nombreuses vitamines, minéraux, fibres et antioxydants. Les bananes de fruits mûrs contiennent 74% d'eau, 20% de glucides, 1,2% de protéines et 0,2% de matières grasses. **Lait :** 87% d'eau, 3,5% de protéines, 3,5% de matières grasses, 4,7% de glucides, 2% de minéraux (sodium, calcium, magnésium, fer, phosphore, protéines (caséine) et bien plus encore.



Pflanzengranulat: Fitness & Gesundheit Granulés végétaux: fitness et santé



eigene PRODUCTION - MIX propre

100 ml = CHF 15.- (only in Shop)

Polarior - Pflanzengranulat

Jeden Tag gesund und fit bleiben, ist der Traum von jedem. Dies zu erreichen ist leichter, als viele denken! Nebst regelmässiger Bewegung sind die Ernährung und Ruhephasen wichtig. Zudem bildet das Immunsystem die Antikörper und fördert dadurch die Abwehr. Bewegen Sie sich viel an der Sonne und der frischen Luft, essen Sie viel frisches Gemüse, Obst und andere naturbelassene Nahrungsmittel. Dies entfaltet eine heilsame und gesundheitsfördernde Wirkung. Zudem wird man dadurch auch etwas schlanker und aktiver. Um diese Prozesse noch mehr zu unterstützen, haben wir einen ausgewogenen pflanzlichen Mix gemacht. Viele dieser Substanzen verstärken und beeinflussen sich gegenseitig und entfalten erst im Verbund ihre richtige Effizienz. Alles 100% natürlich (ohne Zucker, Salz und Konservierungsmittel) - grösste Teil in Bioqualität. Machen auch Sie eine wirksame Kur. Übrigens jeder kann diese Mischung auch selbst machen.



Basisstoffe: Vitamine (A, B, B1, B2, B3, B6, B7, B12, C, D, E), Proteine, Mineralstoffe, Ballaststoffe, Pflanzensteroid (Phenolsäuren, Phytosterine), Lecithin, Eisen, Aminosäuren, Magnesium, Kalzium, Kalium, Natrium, Phosphor, Rhizom, Curcumin, Piperin, Cumin, Zink, Selen, Omega-3 und 6-Fettsäuren, Antioxidantien, Elektrolyte, Mangan, Eiweiss, Kupfer, Karotin, Tryptophan, Flavonoide, Lutein, Eugenol, Folsäure, Citrat u.v.m.

Gesundheit: die erwähnte Basisstoffe sind antioxidativ, antibakteriell, antiseptisch und antiviral. **Es stärkt:** das Immunsystem, Stoffwechselwirkung, Herz-Kreislauf-System und Knochen und Libido. **Reguliert:** Blutdruck, Blutgerinnung, Gallenfluss, Magenschwäche. **Mindert:** Nervenentzündungen, Beschwerden wie Migräne, Prostata, Atem, Magen-Darm, Blase, Verdauungsstörungen, Hämorrhoiden, Schlafstörungen, Gicht, Kopfschmerzen, Ischias. **Senkt:** Cholesterinspiegel und Herzinfarktrisiko. **Lindert:** Schmerzen, Übelkeit, Halsschmerzen, Husten, Sodbrennen, Blähungen, Krämpfe und nervöse Unruhe, Wechseljahrs- und Menstruationsbeschwerden.

Fitness und Wohlbefinden: Leistungssteigerung, Regeneration (Haut, Muskeln, Nerven), Verspannungen lösen, gegen Erschöpfungszustände, mobilisiert Kraftreserven und Energie. Stimmungsaufhellend, aktivierend, empfindungssteigernd, entspannend, gegen Antriebslosigkeit, Antiaging, Entgiftungseffekt, gegen Hautunreinheiten und Mundgeruch, tonisierend, Stressabbauend, Appetitzügler und starke Sättigungsgefühl.



Pflanzengranulat: Fitness & Gesundheit

Granulés végétaux: fitness et santé

eigene PRODUCTION - MIX propre

100 ml = CHF 15.- (only in Shop)



Granulés végétaux - Polarior

Chacun de nous rêve de rester en bonne santé et en forme chaque jour. Atteindre cet objectif est plus facile que beaucoup ne le pense ! En plus d'un exercice régulier, un régime alimentaire et des périodes de repos sont importants. De plus, le système immunitaire forme les anticorps et favorise ainsi la défense. Faites beaucoup d'exercices au soleil et à l'air frais, mangez beaucoup de légumes frais, de fruits et d'autres aliments naturels. Cela développe un effet de guérison et a un effet bénéfique pour la santé. Cela vous rend également un peu plus mince et plus actif. Pour améliorer encore plus ces processus, nous avons fait un mélange d'herbes équilibrées. Beaucoup de ces substances se renforcent et s'influencent mutuellement et développent une efficacité appropriée lorsqu'elles sont combinées. Tout est 100% naturel (sans sucre, ni sel ni conservateurs) – la plus grande partie de qualité bio. Vous aussi faites une cure efficace. À propos, tout le monde peut faire ce mélange lui-même.



Substances basiques : Vitamines (A, B, B1, B2, B3, B6, B7, B12, C, D, E), protéines, minéraux, fibres, stéroïdes végétaux, lécithine, fer, acides aminés, magnésium, calcium, potassium, sodium, phosphore, rhizome, curcumine, pipérine, cumin, zinc, sélénium, acides gras oméga-3 et 6, antioxydants, électrolytes, manganèse, protéines, cuivre, carotène, tryptophane, flavonoïdes, lutéine, eugénol, acide folique, citrate et bien plus.

Santé : les substances de base mentionnées sont antioxydantes, antibactériennes, antiseptiques et antivirales.

Renforcent : le système immunitaire, le métabolisme, le système cardiovasculaire, les os, la libido ; **régulent :** tension artérielle, coagulation sanguine, écoulement de la bile, faiblesse d'estomac ; **réduisent :** l'inflammation des nerfs, prostate, souffle, gastro-intestinal, vessie, troubles digestifs et du sommeil, hémorroïdes, goutte, maux de tête, sciatique ; **diminuent :** le taux de cholestérol, le risque de crise cardiaque ; **soulagent :** douleurs, nausées, maux de gorge, toux, brûlures d'estomac, gaz, crampes, nervosité, problèmes de ménopause et menstruels.

Fitness et bien-être : augmentation des performances, régénération (peau, muscles, nerfs), soulagement des tensions, contre les états d'épuisement, mobilisation des réserves de puissance et d'énergie. Stimulant d'humeur, activant, sensation croissante, relaxant, contre l'apathie, anti-âge, effet détoxifiant, contre les impuretés cutanées et la mauvaise haleine, tonifiant, réduisant le stress, coupe-faim et une forte sensation de satiété.

Polarior AG/SA, Boulevard des Sports 20, Tissot Arena, CH-2504 Biel/Bienne
Infos: www.polarior.com, info@polarior.com, 032 341 30 20, 079 765 96 07



Pflanzengranulat: Fitness & Gesundheit

Granulés végétaux: fitness et santé

eigene PRODUCTION - MIX propre

100 ml = CHF 15.- (only in Shop)



Ingredienzen in alphabetische Reihenfolge

- | | | |
|---------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1 Anis | 26 Kardamom ganz | 51 Pfeffer schwarz Körner |
| 2 Bahaart | 27 Kardamom pulver | 52 Pfefferminze |
| 3 Banane getrocknet | 28 Kokos Crisp | 53 Pinienkerne |
| 4 Basilikum | 29 Kokos Raspel | 54 Pistazien |
| 5 Blaumoon | 30 Koriander gemahlen | 55 Rapskerne |
| 6 Bohnenkraut | 31 Koriander Körner | 56 Rosmarin gemahlen |
| 7 Cashew Kerne | 32 Kreuzkümmel ganz | 57 Rosmarin ganz |
| 8 Cayennepfeffer gemahlen | 33 Kreuzkümmel Pulver | 58 Safran Blüten |
| 9 Cayennepfeffer Granulat | 34 Kürbiskerne gross | 59 Safran Puder |
| 10 Chia Samen | 35 Kürbiskerne klein | 60 Sesam |
| 11 Dillspitzen | 36 Kurkuma gemahlen | 61 Sonami's Tsampa |
| 12 Essigbaumfrucht Sumak | 37 Leinsamen Dunkel | 62 Sonnenblumenkerne |
| 13 Fenchelsamen | 38 Leinsamen Hell | 63 Tandori |
| 14 Gelb Senf ganz | 39 Lorbeerblätter gemahlen | 64 Tonkabohnen |
| 15 Gelb Senf Mehl | 40 Maca | 65 Vanille Puder |
| 16 Getreidemix | 41 Majoran | 66 Vanille Stange |
| 17 Guarana | 42 Mandeln gemahlen | 67 Zimt Ceylon |
| 18 Grüntee Körner | 43 Mandeln Scheiben | 68 Zimt China |
| 19 Hanfsamen geschält | 44 Matcha | 69 Zitronen getrocknet |
| 20 Haselnüsse gemahlen | 45 Muskatnuss | 70 Zitronengras gemahlen |
| 21 Hibiskus | 46 Nelken gemahlen | |
| 22 Indische Flohsamen | 47 Oliven getrocknet | |
| 23 Ingwer | 48 Orangenteepulver | |
| 24 Kakao Bohnen | 49 Oregano | |
| 25 Kakao Puder | 50 Paprika Puder süss | |

Weitere folgen...





Pflanzengranulat: Fitness & Gesundheit

Granulés végétaux: fitness et santé

eigene PRODUCTION - MIX propre

100 ml = CHF 15.- (only in Shop)



Ingrédients par ordre alphabétique

- | | | |
|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1 Amandes effilées | 26 Courge petites, graines | 51 Pistaches |
| 2 Amandes moulues | 27 Cumin entier | 52 Poivre de Cayenne |
| 3 Aneth, pointes | 28 Cumin, poudre | 53 Poivre noir, grains |
| 4 Anis | 29 Curcuma moulu | 54 Poivre, pièce |
| 5 Bahair | 30 Fenouil, graines | 55 Psyllium indien |
| 6 Banane séchée | 31 Gingembre | 56 Romarin entier |
| 7 Basilic | 32 Girofle clou, moulu | 57 Romarin moulu |
| 8 Cacao, les fèves | 33 Guarana | 58 Safran, fleurs |
| 9 Cacao, poudre | 34 Haricot jaune, farine | 59 Safran, poudre |
| 10 Cajou, noix | 35 Hibiscus | 60 Sarriette |
| 11 Cannelle Chine | 36 Laurier, feuilles, moulu | 61 Sésame |
| 12 Cannelle de Ceylan | 37 Lin foncé, graine | 62 Tandori |
| 13 Cardamome, poudre | 38 Lin, lumière | 63 Thé à l'orange, poudre |
| 14 Cardemon entier | 39 Lune bleue | 64 Thé vert, grains |
| 15 Céréales, mélange | 40 Maca | 65 Tonka fève |
| 16 Chanvre décortiquées | 41 Marjolaine | 66 Tournesol, graines |
| 17 Chia, graines | 42 Matcha | 67 Tsampa de Sonami |
| 18 Citronnelle moulue | 43 Moutarde jaune entière | 68 Vanille en bâton |
| 19 Citrons séchés | 44 Muscade, noix | 69 Vanille, poudre |
| 20 Citrouille grosses, graines | 45 Noisettes moulues | 70 Vinaigre sumac aux fruits |
| 21 Coco la noix, croustillant | 46 Olives séchées | |
| 22 Coco râpée, noix | 47 Origan | |
| 23 Colza, graines | 48 Paprika en poudre doux | |
| 24 Coriandre moulue | 49 Piment de Cayenne | |
| 25 Coriandre, grains | 50 Pin, pignons | |

D'autres suivront...

