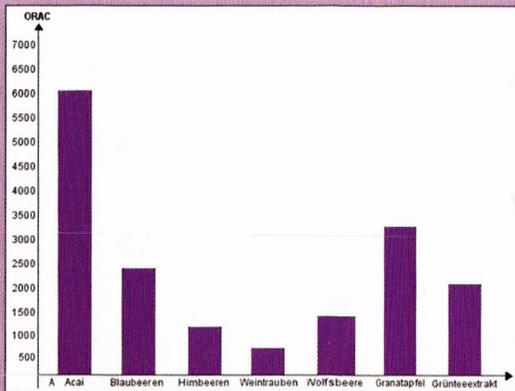


## Das ORAC Messverfahren

Wie hoch der oxidative Wert einer Frucht ist wird mittels des ORAC Messverfahrens festgestellt. Dabei wird die Fähigkeit einer Substanz gemessen sauerstofffreie Radikale in einem Reagenzglas zu bändigen. Der Wert wird ORAC oder ORACFL genannt. Dieses Messverfahren wurde erstmalig im nationalen Institut für Altersforschung (Brunswick Laboratorien, USA) entwickelt.

**ORAC** oxygen radical absorbance capacity  
Sauerstoff Radikale Neutralisierungskapazität

**ORACFL** oxygen radical absorbance capacity  
assay with fluorescein



Die ACAI Beere weist einen ORAC Wert von etwa 5.500 bis 6.000 ORAC-Einheiten pro 100 gr. auf. Die empfohlene Tagesmenge liegt laut Ernährungswissenschaftlern bei 3.000 bis 5.000 Einheiten täglich. Tatsächlich nehmen mehr als 80% der Bevölkerung weniger als 1.000 Einheiten zu sich.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt dem Verbraucher 5 Portionen Obst und Gemüse à 200 gr. pro Tag zu essen. Dabei nimmt man maximal etwa 1.700 ORAC-Einheiten zu sich.

## Forschungsergebnisse

### Wissenschaftliche Untersuchungen der ACAI Beere sind beeindruckend

- Proteinprofil ähnlich dem Ei
- Fettsäureprofil ähnlich dem Olivenöl
- 16 Phytonutride (*natürliche Farbstoffe*)
- 10 x mehr Antioxidantien als Weintrauben
- Doppelt so viele Antioxidantien wie Blaubeeren (2.400 ORAC)
- Anthocyane und Pro Anthocyane, die die 30ig fache Schutzwirkung wie die oligomeren Procyanidine der roten Weintraube aufweisen.
- Erhebliche Mengen an Spurenelementen und Mineralien (Co, Cr, Cu, Mo, Ca, Fe)
- Niedriger glykemischer Index
- Höchster ORAC Wert (*Höher als jede andere essbare Beere*)
- 60% Omega 9 (*Eine einfache ungesättigte essentielle Fettsäure. Die beim Abbau des Cholesterins LDL hilft und das positive HDL stützt*)
- 12% Leinölsäure Omega 6 (*Eine mehrfach ungesättigte essentielle Fettsäure die ebenfalls LDL abbaut und HDL stützt*)

**„Außerdem finden sich wertvolle Phytosterine in der ACAI Beere. Phytosterine sind Verbindungen pflanzlicher Zellmembranen, die z.B. für die Senkung des Cholesterinwertes im Blutplasma verant wortlich sind.“**

### Acaci Beere - Inhaltsangaben auf 100 gr Fruchtmark

- Energie 795 kJ /192 kcal
- Eiweiß 4,4 g
- Kohlenhydrate 4,3 g
- Fett 17,5 g
- gesättigte Fettsäuren 4,4 g
- einf. unges. Fettsäuren 10,7 g
- mehrl. unges. Fettsäuren 2,4 g
- Ballaststoffe 23,9 g
- Kalium 503 mg
- Calcium 140 mg
- Eisen 2,4 mg
- Vitamin E 24 mg
- Vitamin A 541 I.E.
- Anthocyane 172 mg
- Pro-Anthocyane 696 mg



Autor: Karin Dresbach - Heilpraktikerin  
© 2007 PDB AG Inc., USA  
www.promotion-verlag.com



**Die ACAI Beere**  
**Antioxidative Power-Frucht aus Brasilien**



## Die ACAI Beere

### Die Geschichte der ACAI Beere (Euterpe Oleracea)

Seit Jahrhunderten nutzen die brasilianischen Medizinmänner und Frauen der Shuar-Uwishin; die ACAI Beere aus dem Regenwald Brasiliens.

Der Stamm der Shuar ist eines der Amazonas Völker, welches die ACAI Beere bereits seit Jahrhunderten nutzt und um dessen Fähigkeit, das Immunsystem zu stärken und das Herz zu schützen, weis.

Die ACAI Beere dient den Shuar bis heute auch als Energiespender. Die Shuar fanden heraus, dass sich die ACAI Beere auch als „natürliches Antibiotikum“ eignet. Unter anderem wird die durch Würmer hervorgerufene Infektion der Schistosomiasis, mit der mehr als 10 Millionen Brasilianer leben, mit der ACAI Beere bekämpft. Außerdem fand man heraus, dass die ACAI Beere auch gegen die in Hospitälern weit verbreitete Infektionsart Staphylococcus aureus hilfreich ist.

**„Der westlichen Welt wurde die ACAI Beere erst in den neunziger Jahren vorgestellt. Bis dahin war die ACAI Beere nur den Ureinwohnern Brasiliens bekannt.“**

Die ACAI Beere ist die Frucht einer Palmenart, die bis zu 25 m hoch werden kann. Von ihren Zweigen hängen bänderartige Blätter herab. Die ACAI Beeren hängen in Bündeln an diesen Zweigen. Sie werden traditionell von Hand gepflückt. Jede ACAI Palme hat einen Ertrag von ca. 20 kg Früchten und wird von Juli bis Dezember geerntet.



**„Im Norden Brasiliens ist die ACAI Beere ein wichtiges Grundnahrungsmittel der Bevölkerung.“**

Sie wird täglich als Püree zu Fisch- und Fleischgerichten verzehrt. Der wöchentliche Verbrauch liegt etwa bei 2 Litern Püree pro Person. Die dortige Bevölkerung verzehrt mehr ACAI als Milch.

## Freie Radikale & Antioxidantien

### Eine kleine Exkursion in die Welt der Freien Radikale

Wir alle bestehen aus Atomen. Atome verfügen über eine vollständige Hülle an Elektronen. Sie haben zu keiner Zeit die Absicht, sich in chemische Reaktionen einzumischen. Sie genießen ihr angenehmes Leben in unserem Körper.

Nun gibt es Atome, die nicht über eine intakte Hülle verfügen. Daher sind sie instabil und „unglücklich“. Sie wollen unter allen Umständen diesen Mangel ausgleichen. Diese instabilen Atome nennt man Freie Radikale. Sie befinden sich ständig in schneller Bewegung, um die Elektronen der intakten Moleküle zu stehlen. Das beraubte Molekül wird nun selbst zum Freien Radikal. Dieser Prozess wirkt wie ein Domino Effekt. Wird die Menge der Freien Radikale in unserem Körper zu hoch, kommt unser Körper aus dem Gleichgewicht.

Die sauerstofffreien Radikale sind die Übllichsten der Freien Radikale. Bei Metall z.B. bildet sich durch diesen Prozess „Rost“. Der Vorgang im Körper ist ähnlich. Man nennt es „Oxidative Beanspruchung.“ Eine dauerhaft oxidative Beanspruchung hat Krankheiten unterschiedlichster Art zur Folge. Fehlt dem Körper der „Treibstoff“ um Freie Radikale zu bekämpfen, riskieren wir, dass sich unsere Zellen verändern.

**Wie verwandelt man nun Freie Radikale in harmlose Zellen? Man gibt ihnen das fehlende Elektron. Antioxidantien sind die Lösung! Antioxidantien schützen die Atome und verlangsamen den Oxidationsprozess!**



Sie schenken dem Freien Radikal ein Elektron, damit es zu einem stabilen Sauerstoffmolekül wird! Antioxidantien ermöglichen dem Körper, Freie Radikale zu neutralisieren und damit viele Krankheitsrisiken im Vorfeld abzuschwächen. Unser Körper selbst bildet Antioxidantien aus verschiedenen Substanzen. Er verwandelt Vitamine und Mineralien in Antioxidantien. Die meisten dieser Inhaltsstoffe, die der Körper für die Bildung von Antioxidantien benötigt, sind in der ACAI Beere enthalten. **Daher ist die ACAI Beere ein wichtiges Nahrungsmittel um Freie Radikale zu neutralisieren.**

## ACAI Eigenschaften

### Die wichtigsten Vorteile der ACAI Beere für unsere Gesundheit

- ACAI stärkt die Widerstandskraft
- ACAI kräftigt das Immunsystem
- ACAI steigert die eigene Ausdauer, Vitalität, Energie, Libido und Leistungsfähigkeit
- ACAI vermindert natürliche Abnutzungen
- ACAI enthält Glucosamine; die natürlichen Bausteine zum Aufbau gesunder Knorpel
- ACAI wächst in einem der nährstoffreichsten Gebiete der Welt
- ACAI enthält alle wichtigen Inhaltsstoffe die der Körper zur Gesunderhaltung benötigt
- ACAI hilft das HDL Cholesterin zu bewahren und das LDL zu reduzieren

Die FDA (Federal Drug Administration = amerikanische Gesundheitsbehörde) beginnt zu erkennen, welche Möglichkeiten essentielle Fettsäuren bieten. Hersteller dürfen mit Erlaubnis der FDA folgende Aussage zu Produkten, die essentielle Omega Fettsäuren enthalten, postulieren:

**„Unterstützende, noch nicht endgültige Forschungen haben gezeigt, dass der Genuss von Produkten die Omega Fettsäuren enthalten, das Risiko von Herzerkrankungen verringern kann.“**

Wenn Sie jemals tiefroter Weintrauben oder purpurfarbene Früchte und Pflanzen gesehen haben, haben Sie Anthocyanine gesehen. Das sind die von Pflanzen erzeugten Farbstoffe, die als Sonnenschutz dienen. Früchte wie die ACAI Beere, die einer starken Sonnenbestrahlung ausgesetzt sind, sind auch hohen UV-Strahlen ausgesetzt. Dieses Licht ist der Auslöser für die Bildung Freier Radikale in der Frucht. Daher entwickeln Früchte wie die ACAI Beere einen so hohen Anteil an Anthocyaninen. Diese Anthocyanine neutralisieren Freie Radikale. Die natürliche, antioxidative Eigenschaft ist für den menschlichen Organismus optimal nutzbar!

**„Bekommt der Körper alles was er benötigt, ist er auf wunderbare Weise in der Lage sich selbst zu schützen.“**

