



pH-PULVER

BLÅBÄR

Om produkten

Vårt blåbärspulver innehåller hela bär inklusive fruktkött, kärnor och skal, som har torkats i rumstemperatur för att bevara alla vitalämnen på allra bästa sätt. Ungefär en tionedel blir kvar av bären efter torkning, så till varje kilo blåbärspulver går det åt tio kilo färska bär.

Produktegenskaper

Blåbär är naturligt rika på vitaminer, mineraler och fettsyror. Blåbärsbladen innehåller för övrigt naturligt insulin och användes förr som medicin mot bland annat diabetes. De är dock något giftiga i större mängder eftersom de innehåller arbutin. Blåbäret är rikt på steroler och starka antioxidanter - främst färgämnet antocyanin.

Användning

Blåbäret användes inom folkmedicin som medel mot diarre-sjukdomar och andra magåkommor. Kokade blåbär rekommenderades för just diarre, medan det råa bäret ansågs bra mot förstoppning. Man använde det också för behandling av tarminfektioner, magkatarr, eksem och inflammation i tandköttet, samt vid nattblindhet och andra ögonproblem. Närsyntet sitter oftast i tarmsystemet, främst i uppåtgående tjocktarm, en bit ovanför iliocikalklaffen. Blåbäret är rikt på spänstiga fibrer som kan hjälpa till exempel den uppåtgående delen av tjocktarmen i sitt arbete.

Innehåll

Vitaminer: A (retinolekvivalenter) C, E, K, folsyra (B9), karotener, B1, B2, B3, B6 m.fl

Mineraler: Natrium, Kalium, Kalcium, Magnesium, Fosfor, Järn, Zink, Selen, Jod m.fl

Fettsyror: Omega 3 samt Omega 6 (i kärnorna)

Kuriosa

Rent botaniskt är blåbäret (*Vaccinium myrtillus*) ett dvärgträd tillhörande familjen ljungväxter, med en huvudstam och grenar som bildar en bladkrona. Blomningen sker i maj-juni. Frukten, blåbäret, är vanligen överdraget av en ljusblå vaxhinna. De bär som saknar detta överdrag är helt svarta och kallades förr för skomakarbär. Dessa betraktades i folktron som giftiga, eller åtminstone oätliga, eftersom man trodde att korna eller råvarna hade kissat på dem. Arten blåbär hör hemma vilt i Europa och Asien, men odlas också på andra platser i form av "förädlade" buskbär.