



pH-BJÖRKASKA

Om produkten

100% ren björkaska från norra Finland. pH-Björkaska är starkt basisk, och genom sitt höga kaliuminnehåll regleras kroppens vätskebalans och natriumnivå.

Produktegenskaper

Björkaska har traditionellt använts i våra nordiska länder för basgörning genom sitt höga pH-värde, ca 12. Askans har ett högt naturligt innehåll av kaliumkarbonater (K_2CO_3). Ofta har vi ett alltför högt saltintag via kosten. Förutom att försöka minska den dagliga konsumtionen av natrium som binder upp vätska i kroppen, kan man använda kalium i form av pH-Björkaska som reglerar vätskebalansen. Syret i karbonaterna binder dessutom upp överskottssyror som egentligen är vätejoner (H^+) och för ut dessa som vatten (H_2O). Björkaskan fungerar som en kombination av mineraltillskott och basgörande medel för kroppen.

Innehåll

Innehållet anges i mg/l

kalium (K) 2450, kalcium (Ca) 19,1, krom (Cr) 3,338, bor (B) 3,20 magnesium (Mg) < 1,0, koppar (Cu) 0,29, molybden (Mo) 0,22, fosfor (P) < 0,2, mangan (Mn) 0,01, järn (Fe) < 0,10, selen (Se) < 0,036, zink (Zn) 0,02

Användning:

Recept på björkaskaextrakt:

Blanda 4 matskedar björkaska med 1 liter vatten i en rostfri kastrull. Koka i 15 minuter under lock. Låt svalna. Sila därefter avkoket genom ett melitta-filter. Det färdiga extraktet bör förvaras svalt och konsumeras inom två månader. Kom ihåg att blanda med minst 1,5 dl vatten när du ska dricka det.

Drick aldrig outspätt avkok! Askans kan även ätas som den är. Blanda den då till exempel i förhållandet 1 rågad msk pH-björkaska till 1 kg pH-kalk.

Kuriosa

För att producera 1 kg björkaska krävs ca $1m^3$ noga utvald björk från moränrika marker. Ett gediget hantverk i flera led.