

GESPRÄCH ONLINE

Kohr-Café: Apfeltrester & Mehr

mit Dr.ⁱⁿ Karin Buchart



Getrockneter Apfeltrester



Apfeltresterpulver fein



Apfeltresterpulver, 200 g



Apfeltrester-Tee, 50 g



Foto: Flausen

Dr.ⁱⁿ Karin Buchart

Ernährungswissenschaftlerin und Kolumnistin der Naturapotheke im Magazin Servus in Stadt & Land, sowie Lehrgangsführerin von Botanicals und Angewandte Pflanzenheilkunde am WIFI Salzburg. Autorin zahlreicher Publikationen.

Fr, 21. Mai 2021

09:00 bis 11:00 Uhr

naturwerke Hollersbach

5731 Hollersbach 75

[TEH naturwerke - TEH Traditionelle Europäische Heilkunde](http://www.teh-naturwerke.at)

Der gute Apfelsaft ist bereits herausgepresst aus dem Trester. Doch wie so oft: der Pressrückstand hat besondere innere Werte!

Was da noch drinnen steckt ist die pure Energie für die Darmbakterien. Äpfel enthalten viel Pektin, das bis in den Dickdarm kommt, weil wir es kaum verdauen können. Dort trifft es auf die Bakterien vom Darmmikrobiom und die freuen sich über diese Speise besonders. Vor allem in Zeiten, wo Ballaststoffe in der Ernährung rar sind.

Die Darmbakterien gewinnen Energie aus dem Pektin und dabei entsteht Buttersäure, Essigsäure und Propionsäure. Durch dieses leichte Ansäuern des Dickdarm verbessern sich die Lebensbedingungen für die Mikroorganismen nochmals.

Produkte: Apfeltresterpulver, Apfeltresterflocken, Früchtetee (Apfeltrester-Tee), ...

www.epfoe-genuss.at

Die Teilnahme ist kostenlos.
Eine vorherige Anmeldung ist bitte notwendig. Begrenzte Besucherzahl.
Mail: office@tauriska.at oder +43 (0) 664 5205203

Beachten Sie bitte die Einhaltung der jeweiligen Covid-Maßnahmen!

www.tauriska.at