

Titkos hősök az életmódváltásban

Mik azok az összetevők amik nagyon segíthetnek az életmódváltásban. Nagyon gyakori kérdést kaptam, hogy milyen plusz táplálékkiegészítőket javaslok, hogy szedjek és készültem. Az az egyik előnye, hogy a terméket én gyártom, hogy bele tudtam tenni olyan dolgokat amik szerintem nagyon jók és el tudunk így érni egy olyan kombinációt, hogy a testünket ez táplálhassa, segíthesse és anyagcsere gyorsító hatások legyenek benne, tehát azért lett ez több mint egy kollagén. Az egyik anyag amit nagyon kedvelek az a piluvatt, mert ez egy anyagcsere gyorsító, energetizáló összetevő ami mostanában egyébként híres is lett és szerintem ez jó. A második összetevő amit én nagyon kedvelek egy olyan fajta zsír ami nagyon pici munkával a testünk számára könnyen használható ennek az a neve, hogy MCT közepes hosszúságú zsír és ez nyolc ilyen kis kapocs, mert 8-as MCTt használtam. Minél kevesebb kapocs annál kevesebb munka a testünknek ezt szétszednie. Ezt a zsírt rápermeteztük egy rostra és ezért tud benne lenni porként a porban, úgyhogy ez a zsír is egy kifejezetten jó rész, ezért is opcionális a vaj a tökéletes reggeli italba, mert ha ebből teszel egy kanállal ebbe már van zsír, emelheted a zsírt ha szeretnéd, de nem kötelező. Van benne Q10 ami egyébként viccesen ha önmagában ha külön szednénk a Q10 az drágább lehetne önmagában, mint egyben ez az egész együtt, ez az egyik fő előnye annak, hogy porba beletudtuk készíteni, mert így egy olyan dózist is tudunk elérni ami szerintem előnyös. Ez önmagában egy jó anyag és egy másik módon mint a pyruvat sejt szinten energetizál. Van benne triptofán ami a egy hiányzó dolog, hogy a kollagén teljes értékű fehérje legyen, de tettünk bele és ez így fehérje lesz, van benne C vitamin ez mind a kollagén felszívódását segíti, mind pedig általános oxidáns és van benne alfa liponsav ami segíti a testünket. Kihagytam a Pqq-t, ez számomra egy nagyon kedves összetevő, egy ilyen agyi védő hatása is van.

Nagyon nehéz nekem ilyen 1-2 mondatba beszélnem erről, mert nagyon izgalmas, sok időbe telt amíg én ezeket kikutatom, aztán élveztem, én ezeket az összetevőket javaslom nagyon külön, külön tők bonyolult beszerezni, ezért raktam így egybe őket, hogy így minden nap dózisosan be tud vinni minden nap a reggelibe, próbáld ki és nézd meg, hogy ez így neked milyen.