

KOM I MAGBALANS MED KARMA KOMBUCHA!

Kombucha innehåller massor av bakterier som får tarmen att jubla!

Studie efter studie visar hur viktiga våra tarmbakterier är för hälsan. Ett enkelt sätt att få i sig dessa välgörare är att äta fermenterade livsmedel. Fermentering är en urgammal konserveringsmetod och innebär att man låter en råvara jäsa i en kontrollerad process som väcker hälsosamma bakterier till liv.

Kombucha är en fermenterad dryck gjord på te, sötning och jästsvampen scoby (symbiotic colony of bacteria and yeast). Nu kan man tro att kombucha är en nymodighet, men i Asien har man druckit detta pärlande te i tusentals år, för dess välgörande effekter. Det sägs att kombucha bland annat gynnar matsmältningen, du sover bättre, innehållet av vitaminer och enzymer stimulerar immunförsvaret och drycken innehåller få kalorier.



Karma Kombucha är 100 procent **ekologisk**, certifierad med **Fair for Life*** och har en låg sockerhalt. Den pärlande drycken smakar inte bara gott utan är den perfekta törstsläckaren både i vardagen, efter träning eller som ett uppfriskande alternativ på festen. Karma Kombucha finns i smakerna Grönt te, Citron, Hallon, Granatäpple och Ingefära, och tappas på 500 ml-flaskor med en underbar etikett. Granatäpple och Ingefära finns också i en 1-liters variant - perfekt till familjemiddagen!

Därför ska du äta fermenterad mat!

Smaksättning

Fermentering skapar starka och djupa smaker.

Probiotika

Fermenterade livsmedel som till exempel surkål hjälper oss smälta maten, ta upp näring och stärka vårt immunsystem.

Näringsrikt

Fermenterad mat är i viss mån redan smält och därför lättare för kroppen att tillgodogöra sig.

Medicin

Fermenteringsprocessen har även visat sig bidra till att skapa medicinliknande substanser.

Konservering

Fermentering är en effektiv konserveringsmetod.

Källa: kurera.se

** Fair for Life är en banbrytande certifiering som har den högsta standarden inom rättvis och etisk handel. Fair for Life är ett av de mest rättvisa och transparenta handelssystem i världen. Certifieringen garanterar att ALLA i produktionskedjan, från skörd till kopp över hela världen, behandlas rättvist och har anständiga arbetsvillkor. Att välja produkter som valt denna certifiering innebär därför inte bara bra för dig och miljön, det är också bra för alla de människor som arbetar hårt för att skapa produkterna.*

Produkterna finns på välsorterad hälsokost- och onlinebutiker.

För mer info, produktprover och högupplösta bilder, kontakta press@biofood.se.