



## Aronia – Essig

Wunderbar harmonischer Essig aus Aronia und Apfel.

**Zutaten Info:** Alle Produkte aus der Schweiz, eingedickter Apfelsaft u. Aroniasaft (bio)

Eine Essigherstellung aus reinem Aroniasaft gibt unbefriedigende Resultate (zuwenig Säure). Die Kombination mit heimischem Apfelessig beseitigt dieses Problem und ergibt im wahrsten Sinne des Wortes einen "wohlschmeckenden" Essig (Balsamico = wohlschmeckend)

Dieser Essig hat mind. 4.5 % Essigsäure.

Haltbarkeit: Essig benötigt kein Mindesthaltbarkeitsdatum

**Fr. 8.90** pro 5 dl

---

## Apfelessig macht basisch

Unpasteurisierter, naturtrüber Bio-Apfelessig schmeckt sauer, das ist klar. Wie aber soll er da basisch machen können? Zunächst einmal sorgen die oben genannten Eigenschaften des Apfelessigs dafür, dass der Organismus an vielen Ecken und Enden wieder in sein Gleichgewicht finden kann – ob das nun die Regulierung des Blutzuckerspiegels, die Aktivierung der Verdauung oder die Harmonisierung des Blutfettspiegels betrifft. Sind alle diese Funktionen im Lot, ist es fast nicht mehr möglich, an einem gestörten Säure-Basen-Haushalt zu leiden.

Zusätzlich liefert uns der Apfelessig basische Mineralien wie insbesondere Kalium, aber auch etwas Magnesium. Ausschlaggebend ist jedoch vielmehr, dass die organischen Säuren des Apfelessigs – ähnlich wie bei der Zitrone – vom Organismus verstoffwechselt und zur Energiegewinnung verwendet werden können. Dabei entstehen Wasser und Kohlendioxid, aber keinerlei saure Stoffwechselprodukte. Übrig bleiben daher auch keine Säuren, sondern lediglich die basischen Mineralstoffe. Der Apfelessig kann daher – genau wie die Zitrone – trotz des sauren Geschmacks dem Körper dabei helfen, sich wieder im basischen Bereich einzupendeln. (aus:zentrum-der-gesundheit.de/apfelessig)

