

# Fermentura® vitabalance



## Vitalnährstoffkonzentrat – Verbraucherinformation

### Was ist Fermentura® vitabalance

Fermentura® vitabalance ist ein Vitalnährstoffkonzentrat der Marke AuraNatura®. Es beinhaltet eine Kombination aus Vitaminen, Zink, Quercetin, Lycopin, Pflanzenextrakten und einem fermentierten sowie patentierten Beerenmix (Berriotics™) und Obst- und Gemüse mix (Fibriotics™). Fermentura® vitabalance ist ein Vitalnährstoffkonzentrat, das einfach mit Wasser angemischt wird und mit seinem frischen, beerigen Geschmack überzeugt.

### Zubereitungshinweis:

Verrühren Sie täglich 16 ml (ca. 2 Esslöffel) Fermentura® vitabalance mit ca. 200 ml Wasser. So angewendet, reicht dieses Vitalnährstoffkonzentrat ungefähr 31 Tage. Für optimale Frische und Qualität stellen Sie bitte die Flasche von Anfang an in den Kühlschrank. Vor dem Verzehr vorsichtig schwenken.

Inhaltsstoffe		
Nährwerte	Pro Portion (16 ml)	% NRV*
Vitamin C	232 mg	290 %
Niacin	12,8 mg	80 %
Zink	8 mg	80 %
Lycopin	6,4 mg	
Pantothensäure	4,8 mg	80 %
Vitamin B6	1,12 mg	80 %
Vitamin B2	1,12 mg	80 %
Vitamin B1	0,88 mg	80 %
Quercetin	0,8 mg	
Vitamin A (RE)**	256 µg	32 %
Folsäure	160 µg	80 %
Biotin	40 µg	80 %
Vitamin D	4 µg	80 %

\* % NRV = Nutrient Reference Value – Referenzwert nach LMIV,  
\*\* RE = Retinoläquivalente

### Zutatenverzeichnis:

Siehe Etikett Fermentura® vitabalance.

Fermentura® vitabalance ist vegan, lactose-, gluten- und sojafrei.

### Warum Fermentation?

Die Fermentation ist ein biotechnologisches Verfahren, bei dem organische Stoffe (beispielsweise Nutzpflanzen für den menschlichen Konsum) unter Luftausschluss durch die Stoffwechselaktivität von Mikroorganismen behandelt werden. Der französische Biochemiker Louis Pasteur war einer der Mitentdecker der Fermentation und prägte hierfür den Ausdruck „Fermentation, c'est la vie sans l'air“ (Fermentation ist

das Leben ohne Luft). Unter anderem ist das Verfahren bei der Prozessierung von Lebensmitteln bewährt, um die Haltbarkeit zu verlängern. Für verschiedenste Pflanzen wurde gezeigt, dass deren Inhaltsstoffe im Zuge der menschlichen Verdauung durch die Mikroflora des Darms verstoffwechselt werden. Dies ist für viele traditionsgemäß eingesetzte Pflanzen ein belegter Zwischenschritt vor der Aufnahme in den Organismus. In der Anwendung gibt es jedoch große interindividuelle Unterschiede, nicht zuletzt infolge der von Mensch zu Mensch unterschiedlichen Zusammensetzung der Mikroflora.

Durch die Fermentation besteht die Möglichkeit, schon vorher das Pflanzenmaterial mit wesentlichen Komponenten anzureichern.

Zusätzlich werden die zellulären Strukturen des Pflanzmaterials aufgeschlossen und die darin enthaltenen Inhaltsstoffe mobilisiert. Daher erlangt die Fermentation auch in der Herstellung pflanzlicher Präparate eine immer größere Bedeutung.

### Welche Bedeutung haben Vitamine und Mineralstoffe in der Ernährung?

Vitamine und Mineralstoffe sind essentielle Nährstoffe, die unser Körper benötigt, damit innere Prozesse funktionieren. Sie spielen eine entscheidende Rolle bei der Aufrechterhaltung der Gesundheit und Unterstützung des Immunsystems.

Vitamine sind organische Verbindungen, die für die normalen Stoffwechselvorgänge des Körpers lebensnotwendig sind. Der menschliche Körper kann die meisten Vitamine nicht selbst herstellen, daher müssen sie über die Nahrung aufgenommen werden. Vitamin C zum Beispiel spielt eine Rolle bei der Kollagenbildung, Knorpelfunktion, im Immunsystem und schützt die Zellen vor oxidativen Stress. B-Vitamine sind unerlässlich für die Energieproduktion, das Nervensystem und die Bildung roter Blutkörperchen. Vitamin D ist wichtig für das Immunsystem, den Knochen und die Muskelfunktion und Vitamin A erhält die Sehkraft und unterstützt die Haut.

Mineralstoffe sind anorganische Nährstoffe, die der menschliche Körper zum Überleben benötigt. Sie können nicht vom Körper selbst hergestellt werden, daher müssen sie durch die Nahrung aufgenommen werden. Zink zum Beispiel unterstützt diverse Stoffwechselwege, v. a. innerhalb des Immunsystems, in unserem Körper und ist wichtig für Haare, Haut und Nägel.

Eine ausgewogene Ernährung, die reich an verschiedenen Vitaminen und Mineralstoffen ist, unterstützt daher nicht nur die allgemeine Gesundheit, sondern auch das Wohlbefinden.

# Fermentura® vitabalance



## Vitalnährstoffkonzentrat – Verbraucherinformation

### Welche Lebensmittel sind reich an Vitaminen und Mineralstoffen?

Beeren, Obst und Gemüse sind fundamentale Bestandteile einer gesunden Ernährung und liefern eine Vielzahl an essentiellen Nährstoffen, die für die Körperfunktionen wichtig sind. Sie sind reich an Vitaminen und Mineralstoffen, aber auch an Ballaststoffen sowie sekundären Pflanzenstoffen. Ballaststoffe sind wichtige Nahrungsbestandteile, die die Verdauung fördern und zur Aufrechterhaltung eines gesunden Verdauungssystems beitragen. Ballaststoffe helfen, das Gefühl der Sättigung zu erhöhen und unterstützen so die Gewichtskontrolle. Sekundäre Pflanzenstoffe sind zum Beispiel Proanthocyanidine, eine Untergruppe von Flavonoid-Verbindungen, welche natürlicherweise in Beeren vorkommen. Sie sind bekannt für ihre intensive natürliche Farbe, die von rot bis blau reichen kann, und tragen zur Farbgebung der Beeren bei. Sie verleihen den Beeren ihre antioxidative Eigenschaft. Fermentura® vitabalance enthält sowohl fermentierte als auch unfermentierte Beeren und Früchte.

Kräuter sind Pflanzen oder Pflanzenteile, die aufgrund ihrer aromatischen Eigenschaften, ihres Geschmacks und ihrer Farbe geschätzt werden. Sie stammen aus einer Vielzahl von Pflanzenarten und können sowohl frisch als auch getrocknet verwendet werden. Kräuter sind reich an verschiedenen bioaktiven Substanzen, die positive Eigenschaften für den Körper haben können. Sie enthalten Vitamine, Mineralstoffe und Antioxidantien, die zum allgemeinen Wohlbefinden beitragen und den Körper unterstützen können. Die in Kräutern enthaltenen ätherischen Öle und sekundären Pflanzenstoffe sind bekannt für ihre Verwendung in der traditionellen Medizin und werden oft in natürlichen Heilmitteln verwendet.

### Was ist Lycopin und Quercetin?

Lycopin ist ein natürlicher Farbstoff aus der Gruppe der Carotinoide, der vor allem in roten Früchten und Gemüsen wie Tomaten, Wassermelonen und Grapefruits vorkommt. Dieser Stoff verleiht diesen Lebensmitteln ihre charakteristische rote Farbe.

Quercetin ist ein natürlich vorkommendes Flavonoid, das für seine intensive gelbe Farbe bekannt ist. Es ist in einer Vielzahl von Pflanzen wie Äpfeln, Zwiebeln und Brokkoli sowie in Tee und Wein zu finden. Sowohl Lycopin als auch Quercetin werden aufgrund ihrer antioxidativen Eigenschaften geschätzt.

### Was soll bei der Einnahme berücksichtigt werden?

Fermentura® vitabalance ist ein Saftkonzentrat aus Frucht und Gemüse mit Kräuter-Extrakten, Vitaminen und Zink. Saftkonzentrate sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Die Bestandteile von Fermentura® vitabalance sind unbedenklich und gut verträglich. Es sind keine Nebenwirkungen des Produkts bekannt. Es können individuelle Unverträglichkeiten auftreten, die zu Übelkeit, Blähungen und weichem Stuhl führen können.

Warnhinweis: Nicht für kleine Kinder unter 5 Jahren geeignet.

### Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie mehr über unsere Produkte erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter der Telefonnummer 06095 5329010 gerne weiter.

### Lernen Sie unsere weiteren Gesundheitsmittel kennen:



AuraNatura® eine Marke der AN Schweiz AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, E-Mail: info@auranatura.de