

BIOLOGISCH GEMBER SAP

100% puur sap van verse gember wortelstokken



Gember (*Zingiber officinale*) is afkomstig uit Zuidoost-Azië en wordt al eeuwenlang geteeld. De tropische plant heeft lange smalle bladeren en de ondergrondse wortel heeft een kurkachtige schil. Het is deze wortelstok die gember genoemd wordt.

Gember is heel aromatisch en wordt vooral in de keuken gebruikt als specerij en is ook wereldwijd gekend omwille van zijn heilzame eigenschappen.

Het Martera Gember sap bevat 100% puur sap van verse gember wortelstokken uit biologische landbouw. De verse gember wortelstokken worden 5 à 6 maanden na aanplanting geoogst en vervolgens geperst tot puur sap.

Actieve bestanddelen en toepassingen

Gember bevat heel wat actieve bestanddelen zoals gingerol, lineol, zingibain, zingibereen, zingiberol en shogaol.

Bovendien is gember een bron van onder andere magnesium, kalium, vitamine B6 en krachtige antioxidanten.

Verschillende studies tonen aan dat gember een **natuurlijke ontstekingsremmer** is. Gember wordt ook vaak gebruikt om keelpijn te verhelpen. Het werkt immers niet alleen ontstekingsremmend, maar lost ook slijmen op en heeft een koortswerende werking.

Gember stimuleert het immuunsysteem. Een kopje gemberthee is dus ideaal als de eerste verkoudheden opduiken! Daarnaast zou gember ook een verwarmend effect hebben en de bloedcirculatie stimuleren.

In de Oosterse geneeskunde staat gember al eeuwenlang bekend om zijn positieve werking op de maag en de spijsvertering. Gember helpt om maag- & darmproblemen en (ochtend)misselijkheid te verlichten en **ondersteunt bovendien de spijsvertering**.

Maar gember is ook gewoon een heerlijke en pittige specerij die je in talloze gerechten kan verwerken, zowel hartig als zoet!



- 100% puur en biologisch
- zonder toevoeging van water
- ondersteunt de spijsvertering
- gebruiksvriendelijk & tijdbesparend

Biologisch gember sap

Het Martera Gember sap is een sap van hoogstaande kwaliteit met optimaal behoud van alle natuurlijke bestanddelen.

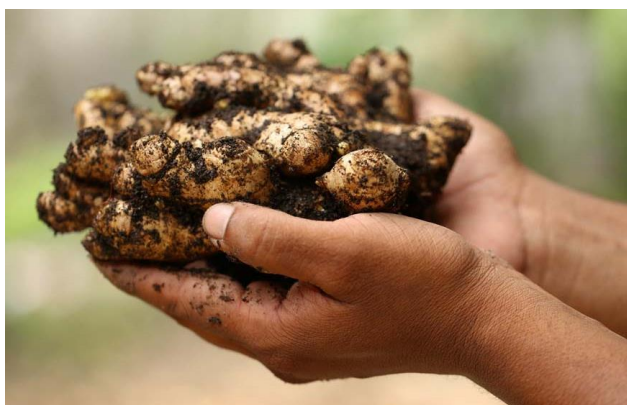
De verse gember wortelstokken zijn afkomstig uit biologische landbouw. De wortelstokken worden geteeld **zonder pesticiden en met respect voor het milieu**.

Het sap is 100% puur, zonder toevoeging van water en daarom pittig van smaak. Verse gember heeft van nature een pittigere smaak dan de gedroogde, gemalen gember (poeder).

Hoe gebruiken?

Het sap kan in plaats van verse gember gebruikt worden. Dit bespaart tijd en is heel gebruiksvriendelijk om mee te bakken, koken of wokken.

Het gember sap is ook heerlijk in een (alcoholvrije) cocktail, een smoothie of een kopje thee.



Gebruiksaanwijzing

Fles goed schudden voor gebruik. Eens de fles open, in de koelkast bewaren en binnen 1 maand consumeren.

Ingrediënten

Puur sap van verse gember wortelstokken (Zingiber officinale)* (99,5%), citroensapconcentraat*

(* van biologische landbouw, gecontroleerd door BE-BIO-01

Gemiddelde voedingswaarden	Per 100 ml
Energie	107 kJ 25,4 kcal
Vetten, waarvan verzadigde vetzuren	0,4 g <0,1 g
Koolhydraten waarvan suikers	4,4 g 0,9 g
Eiwitten	1,1 g
Zout	0 g

Gember en kurkuma samen tegen gewrichtsontstekingen

Gember en kurkuma worden vaak in synergie gebruikt omwille van hun complementair ontstekingsremmend effect.

Wetenschappelijke studies tonen aan dat kurkuma ontstekingsreacties in en rond de gewrichten helpt afremmen. Kurkuma heeft ook een pijnstillende werking zonder neveneffecten.



Gember helpt dan weer de productie van prostaglandines te blokkeren, dat zijn biochemische boodschappers die zwellingen en pijn veroorzaken bij osteoartritislijders. Gember remt ook de chemokines af. Chemokines zijn eiwitten die ontstekingen veroorzaken.

Ideaal is dus om zowel ons gember als ons kurkuma sap dagelijks te gebruiken als men last heeft van gewrichtsontstekingen.

