

Juvo Raw Green Proteïnen maaltijd

Plantaardige proteïnen zonder toevoegingen geschikt voor langdurige gebruik, vegetariërs, veganisten.

Juvo green proteïnen is een proteïnen maaltijd samengesteld uit 4 bronnen die van nature rijk zijn aan eiwitten; bruine rijst, hennep, algen en volle granen zoals quinoa, amaranth en grassappen van kamut, haver en tarwe.

Juvo green proteïnen kan gebruikt worden als complete maaltijd, om smoothie aan te vullen en als proteïnen-drink tussendoor en tijdens en na het sporten.

<http://www.gojuvo.nl/maaltijdvervangers/sport-en-spielen>

Hoeveel eiwitten per dag?

Het voedingscentrum schrijft voor dat 0,8 gram per kilo lichaamsgewicht de juiste hoeveelheid is.

Eiwitten (proteïnen) bevatten belangrijke bouwstoffen voor het lichaam en zijn een goede verzadigende energie bron.

De aanbevolen hoeveelheid van 0,8 gram per kilo is een mooie maatstaf als het gaat om het bepalen van de hoeveelheid proteïnen in de totale energie-balans. Let wel op; kinderen, sporters, vegetariërs, zwangeren en zogende moeders hebben een verhoogde behoefte,

Maar proteïnen doe veel meer. Als bouwstof voor het lichaam maken de enzymen in de spijsvertering van eiwitten aminozuren. De enzymen knippen de eiwitten die bestaan uit ketens van aminozuren in kleine stukjes die de darmwand passeren.

Van belang is, naast de hoeveelheid eiwitten, vooral ook de samenstelling van de aminozuren; welke aminozuren bevatten de eiwitten.

Bij de keuze voor een proteïnen supplement is de samenstelling van de aminozuren belangrijk. Juvo green proteïnen maakt gebruik van verschillende plantaardige bronnen van eiwitten. De selectie is zo gemaakt dat het een **compleet aminozuren-profiel** heeft.



Raw food met enzymen

Rawfood betekent dat tijdens het hele productie-proces de ingrediënten niet verhit zijn boven de 42 graden. Hiermee blijven de enzymen behouden en blijven zij levend. <http://www.gujuvo.nl/over-ons/raw-food>

Proteïnen hebben enzymen nodig om opgenomen te worden. Juvo raw green proteïnen is zogenaamde levende voeding. De enzymen slapen en worden actief als er vloeistof wordt toegevoegd aan het poeder.

Compleet Whole food

Whole food betekent dat de ingrediënten zo volledig mogelijk worden gebruikt, dus fruit en groente met schil en rijst met vlies. In de natuur is alles in balans, ook voeding. Elk natuurprodukt is in evenwicht en bevat alles om goed verteerd te worden in het lichaam.

Alle complete voeding bevat van nature alle enzymen die nodig zijn om de voeding te verteren. Juvo raw green proteïnen heeft alle enzymen in zich die de proteïnen tot aminozuren knippen om goed opgenomen te worden.

Vers gevriesdroogd zonder conservering

Vriesdrogen is de mooiste manier om alle voedingswaarden en het leven in voeding te behouden. De vers-ge oogste groenten, fruit en andere ingrediënten worden diepgevroren, de druk wordt verlaagd en het bevroren water (ijs) verandert in waterdamp. De droge ingrediënten worden vervolgens gemalen tot poeder en gemengd.

Zonder water hebben virussen, bacteriën en schimmels geen kans om te groeien en hoeven er geen conserveringsmiddelen gebruikt te worden. 98% van de voedingswaarden (vitaminen en mineralen) blijven behouden. Bijzonder is dat ook de enzymen levend blijven. Juvo moet daarom binnen 40 minuten geconsumeerd worden. Door het toevoegen van vloeistof worden de enzymen weer actief en beginnen zij met de vertering van de eiwitten tot nuttige aminozuren.

Gevriesdroogde voeding is eigenlijk verser als de groenten en fruit van supermarkt en groenteboer omdat groente en fruit na het oogsten vaak nog een lange weg aflegt. Direct na het oogsten begint het verval. De ingrediënten in Juvo worden zo snel mogelijk na het oogsten ingevroren en gevriesdroogd.



Ingrediënten Juvo raw green Proteïnen

De vier Juvo producten bestaan uit groepen van ingrediënten;
De basis = plantaardige proteïnen, koolhydraten en vezels
Groenten en fruit (bessen en superfoods) = voor koolhydraten, vitaminen, mineralen en phytonutriënten
Functionele ingrediënten = ter ondersteuning van de gezondheid.



Kwaliteit

De kwaliteit van Juvo is gegarandeerd doordat in het land van herkomst de USDA controles uitvoert. Juvo is "organic certified", kosher, geschikt voor veganisten en vegetariërs, glutenvrij, e-nummer-vrij, GGO (non gmo) en biologisch gecertificeerd. De productie wordt gedaan in een NPA-GMP bedrijf. GMP staat voor "good manufacturing practices", een normering die zorgt voor een veilig product. Vanaf boeren, verzamelaars, wildplukkers, producent tot aan verpakker en Juvo Nederland, de hele keten staat onder controle om de Nederlandse en Belgische consument een top-product te bieden.

Juvo tussendoor, als kuur en als maaltijd

Juvo bevat per 40 gram, de dosering voor 1 maaltijd, 140 calorieën. Als de Juvo-maaltijd wordt gemaakt met bijvoorbeeld amandel-melk, een halve banaan en een appel bevat de hele maaltijd 400 – 500 calorieën.

Samenstelling

Bruine rijst proteïnen, inuline, bruine hele rijst, broccoli kiemen, rode biet, ananas, gierst, quinoa, peen, tomaat, hennep proteïnen, amaranth, vlaszaad, appel, alfalfa-kiemen, spirulina, mosterd-kiemen, tarwe-grassap, haver-grassap, kamut-grassap, gerste-grassap, mango, gom, maqui-bes, goji-bes, zwarte bes, druif, granaatappel, blauwe bes, cranberry, acerola, framboos, bosbes.

Juvo biologische maaltijdvervangers

Juvo heeft 3 biologische maaltijdvervangers; Juvo raw whole meal (gemakkelijk gezond eten), Juvo raw meal SLIM (natuurlijk afvallen), Juvo Raw Green Protein (proteïnen-rijke maaltijdvervanger), Juvo Raw green Superfoods (50 superfoods als suppletie bij Juvo maaltijdvervangers of eigen-gemaakte smoothies).

Juvo is verkrijgbaar bij <http://www.gezondmooislank.nl/webshop/juvo-maaltijdvervangers> en bij G&W gezondheidswinkels. Voor nadere informatie kunt u ons ook bellen 055-3672000