

Link do produktu: <https://centrumkulturystryki.pl/yerba-mate-relax-300g-yerbador-p-9156.html>



## Yerba Mate - RELAX 300g - Yerbador

Cena	<b>89,90 zł</b>
------	-----------------

Czas wysyłki	<b>24 godziny</b>
--------------	-------------------

Numer katalogowy	<b>30999</b>
------------------	--------------

Opis produktu

## Yerba Mate - RELAX 300g - Yerbador



Odetchnij i zrelaksuj skołatane nerwy w oceanie spokoju z Yerbador Relax – idealnym towarzyszem dla chwili ciszy i ukojenia zmysłów z adaptogennym i aromatycznym składem.

Każdy zasługuje na chwilę wytchnienia, a Yerbador Relax to bilet do wewnętrznej harmonii. Melisa i rumianek łagodzą nerwy jak delikatny szum morskich fal, wprowadzając w stan głębokiego relaksu. Ale to nie tylko odprężenie – melisa wspiera zdrowie układu nerwowego, pomaga w zasypianiu i zmniejsza stany lękowe. Rumianek, znany od wieków jako ziołowy eliksir zdrowia, kozi układ pokarmowy i działa przeciwzapalnie, wspomagając naturalną odporność organizmu. Ashwagandha, potężne zioło adaptogenne, które jak wierny towarzysz wspiera ciało w walce ze stresem, przynosi równowagę hormonalną i odnowę psychiczną. Lawenda, z jej eterycznym zapachem, działa jak balsam na duszę, uspokajając zmysły i relaksując ciało. Dodatek wanilii i cytryny to subtelna gra smaków, która kozi zmysły i uwalnia od trosk dnia codziennego. Zanurz się w tej kompozycji i pozwól sobie na podróż do wewnętrznego spokoju, bo tylko wtedy życie nabiera pełnych barw – Gdzie doskonale nuty Yerbador relax – przeplatają się w harmonii z Twym oddechem.

#### **Właściwości**

Wspiera proces odchudzania

Pobudza bez wyłukiwania minerałów

Bogata w witaminy  
Oczyszcza z toksyn

### **Wartości**

Magnez, wapń, krzem, żelazo, potas, cynk i fosfor wiele mikroelementów, bez których nasz organizm nie jest w stanie normalnie funkcjonować.

W yerbie znajdziemy również szereg witamin z grupy B m. in. B1, B2, B3, B5, B6, B7 i B9, a także witaminę C i E. Kwas chlorogenowy posiada właściwości przeciwcukrzycowe więc z dużym skutkiem obniża poziom cukru w organizmie. Podnosi też wrażliwość ciała na działanie insuliny. Może więc być pomocny w zwalczaniu tak popularnej dzisiaj insulinooporności, która często jest wstępem do cukrzycy typu 2.

Posiada związki o działaniu wspierającym pracę wątroby i wykazuje właściwości przeciwzapalne, przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze.

Krzem oraz cynk, czyli związki stanowiące podstawę dbania o urodę od wewnątrz.

### **Działanie**

Osoby pijące yerba mate często odczuwają więcej energii niż nałogowi kawosze – dzięki zawartości magnezu i witamin z grupy B napar wspiera koncentrację oraz poprawia skupienie.

Yerba mate działa antydepresyjnie i łagodzi stany lękowe. Dzięki zawartym w niej substancjom mózg może być lepiej odżywiony. To z kolei zaowocuje lepszym samopoczuciem.

Yerba przez wielu sportowców traktowana jest jak napój izotoniczny. Wypicie jej po wysiłku fizycznym przywraca mięśniom równowagę i chroni przed nadmiernym zmęczeniem.

Właściwości zdrowotne yerby sprawiają, że podnosi ona ogólną wydolność organizmu. Osoby regularnie pijące napar z ostrokrzewu paragwajskiego mają również większe libido.

Yerba Mate jest spożywana od wieków, ale została naukowo przebadana dopiero w ciągu ostatnich 20 lat. Badania mają ogromne znaczenie, ponieważ wykazała ona niezwykle możliwości.

### **Potwierdzono, że napój ten wykazuje szereg korzystnych skutków zdrowotnych, m.in.:**

Potwierdzony wpływ na utratę wagi

Zwiększenie uczucia sytości

Wykazano właściwości:

wspomagające trawienie

stymulujące ośrodkowy układ nerwowy

moczopędne

korzystne dla układu sercowo-naczyniowego

działanie przeciw pasożytnicze

aktywność przeciwutleniająca

największe hamowanie cytotoksyczności w porównaniu z zieloną herbatą i czerwonym winem

działanie ochronne na komórki wątroby

pobudzenie centralnego układu nerwowego

działanie przeciwzapalne, przeciwgrzybicze i przeciwbakteryjne

pozytywny wpływ na układ sercowo-naczyniowy

Yerba mate działa jednak nie tylko na powierzchni.

To właśnie zawarte w niej antyoksydanty, polifenole i przeciwzapalne związki roślinne sprawiają, że działa głęboko i długofalowo – chroni komórki przed stresem oksydacyjnym, wspiera układ sercowo-naczyniowy, reguluje gospodarkę cukrową i wspomaga wątrobę.

To nie jest napar „na teraz”. To inwestycja w siłę organizmu – dziś, jutro i za wiele lat.

To rytuał, który z czasem buduje odporność, stabilizuje energię, spowalnia to, co przemija.

To napój, który oferuje nie tylko chwilę pobudzenia, ale prawdziwą długo wieczność organizmu.

### **Sposób przygotowania**

1. Wypełnij 1/4 Matero Yerbador (kubek – naczynie ceramiczne) yerbą. Więcej yerby daje mocniejszy napar. Zalecamy zacząć od łagodnego naparu, nawet 1-2 łyżeczek.

2. Dodaj ciepłą wodę (70°C – 80°C). Wrzątek mógłby uszkodzić antyoksydanty i polifenole. Możesz także zalać Yerbador zimną wodą (terre).

3. Dodaj słomkę – Bombilla by Yerbador i gotowe!

### **Jak smakuje Yerba Mate od Yerbador?**

Nasza Yerba Mate ma zbalansowany, ziołowy smak z delikatną goryczką i czystym aromatem – bez nut dymnych. Wersja

klasyczna jest wyrazista i autentyczna, idealna dla koneserów. Smakowe warianty oferują łagodniejsze kompozycje z nutą owoców. To napar, do którego chce się wracać.

### **Co sprawia, że yerba mate od Yerbador to produkt marki premium?**

Yerba Mate Yerbador to 100% organiczne liście bez pyłu i łodyg, z brazylijskich plantacji. Suszenie gorącym powietrzem i 4-letnie leżakowanie zapewniają bogaty smak bez dymu. Na 1 kg gotowego produktu zużywa się aż 3 kg świeżych liści. To jakość widoczna w każdym łyku.

### **Czy yerba mate jest dobrym zamiennikiem kawy?**

Zdecydowanie tak, Yerba mate zawiera naturalną kofeinę, która pobudza organizm i poprawia koncentrację, ale działa łagodniej i dłużej niż kawa. Co więcej, w przeciwieństwie do kawy nie wypłukuje witamin i minerałów. To napój idealny zarówno dla osób szukających alternatywy dla kawy, jak i dla tych, którzy chcą wprowadzić do swojej codziennej rutyny naturalne źródło energii o szerszym działaniu prozdrowotnym.

### **Czy mogę pić yerbę na zimno (tereré)?**

Tak! Yerba mate smakuje doskonale również jako tereré – czyli napar przygotowany z zimną wodą lub lodem. To świetna opcja na gorące dni, która nadal pobudza i orzeźwia, a przy tym delikatniej działa na organizm.

### **Szukam czegoś na poprawę samopoczucia. Czy yerba mate pomoże?**

Yerba mate może skutecznie poprawić samopoczucie, ponieważ dostarcza łagodnej i długotrwałej energii bez nagłych spadków jak po kawie. Zawarte w niej naturalne związki, takie jak mateina, witaminy i antyoksydanty, wspierają koncentrację, redukują zmęczenie i poprawiają nastrój. Regularne picie yerby pomaga też w utrzymaniu codziennego rytmu i daje poczucie wewnętrznej równowagi.

### **Czym różni się yerba mate od zielonej herbaty?**

Yerba mate zawiera więcej kofeiny i szerszy profil składników odżywczych (m.in. witaminy z grupy B, magnez, potas). Jej działanie jest mocniejsze, a właściwości prozdrowotne – szersze i intensywniejsze. Ma także bardziej ziołowy, wyrazisty smak i można ją parzyć wielokrotnie.

### **Czy mogę pić yerba mate codziennie?**

Tak – Naszą Yerba mate możesz pić codziennie, a miliony ludzi na całym świecie wybierają ją jako zdrową i naturalną alternatywę dla kawy czy herbaty. Regularne Tak – Yerba mate można pić codziennie i wiele osób na świecie wybiera ją jako naturalną alternatywę dla kawy czy herbaty. Regularnie spożywana wspiera koncentrację, trawienie i metabolizm, dostarczając antyoksydantów i witamin. Jak każdy napój z kofeiną, wymaga umiaru – szczególnie u osób wrażliwych. Włączona do zrównoważonej diety staje się zdrowym, codziennym rytuałem.

### **Ile kalorii ma yerba mate?**

Yerba mate sama w sobie praktycznie nie zawiera kalorii. W filiżance zaparzonej yerba mate (bez dodatków) znajdziesz mniej niż 5 kalorii. To czyni ją świetnym napojem dla osób, które chcą ograniczyć spożycie kalorii, a jednocześnie cieszyć się korzyściami zdrowotnymi i energetyzującym działaniem. Oczywiście, jeśli dodasz do yerby cukier, miód, czy inne dodatki, kaloryczność napoju wzrośnie.

### **Czy mogę zalewać yerba mate kilka razy?**

Oczywiście! Yerba mate można zalewać kilka razy. Tradycyjnie, yerba mate jest parzona wielokrotnie w tym samym naczyniu, co pozwala na stopniowe wydobywanie smaków i aromatów z liści. W miarę kolejnych zalań napar staje się mniej intensywny, ale wciąż smaczny.

### **Czy yerba mate jest bezpieczna dla każdego?**

Yerba mate to naturalny napar, ale jak każdy produkt zawierający kofeinę, nie jest wskazana dla każdego. Osoby z nadciśnieniem, kobietom w ciąży lub karmiącym oraz osobom szczególnie wrażliwym na kofeinę zaleca się skonsultowanie jej spożycia z lekarzem. W odpowiednich ilościach i w ramach zrównoważonej diety — yerba mate może być jednak doskonałym sprzymierzeńcem w codziennej rutynie.

**Sposób przechowywania:** Produkt Supplement diety susz Yerbador Mate przechowywać w chłodnym i suchym pomieszczeniu.

### **Wartość odżywcza w 100g:**

Wartość energetyczna 1562,0 kJ / 368 kcal,  
Tłuszcz (w tym kwasy tłuszczowe nasycone) 3,1g(1,5g),

węglowodany (w tym cukry) 74g (7,3g),  
błonnik 0,6g,  
białko 12g,  
sól 0,53g

**UWAGI:** Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia jest ważny dla funkcjonowania organizmu.

Sprzedawane produkty nie mają na celu diagnozować, leczyć lub zapobiegać żadnej chorobie.

Adres podmiotu wprowadzającego do obrotu: Naturé Suisse & Co Sp. z o.o., ul. Łucka 20/1102, 00-845 Warszawa, Polska / Poland, KRS 0001140344, NIP 5273143646, REGON 540428116