Dane aktualne na dzień: 10-11-2026 17:24

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



Yerba Mate – RELAX 300g - Yerbador

Cena	**89,90 zł**
Czas wysyłki	**24 godziny**
Numer katalogowy	**30999**

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, koi 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 koi 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 doskonałe nuty Yerbador relax – przeplatają się w harmonii z Twym oddechem.

Właściwości

Wspiera proces odchudzania
Pobudza bez wypłukiwania 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 niezwykłe 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 przeciwpasożytnicze
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 (terrere).

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.

C**zym 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 Suplement 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