

## Pulbere rhodiola rosea 125 gr OBIO

Rhodiola rosea este o planta care creste in Rusia in zonele friguroase, precum si in Islanda. Partea folosita din planta este radacina.



Pulberea raw din radacina de rhodiola rosea este un adaptogen puternic, fiind folosita in stari emotionale oscilante, depresie, anxietate. In medicina traditionala chineza este folosita pentru tratarea racelii si gripei, deci pentru ridicarea imunitatii, in timp ce poporul mongol a folosit de secole rhodiola rosea pentru a preveni tuberculoza si cancerul.

Doza zilnica recomandata este de 1-2 grame de 1-2 ori pe zi. Amestecati o jumatate de lingurita de pulbere in apa, shake-uri, sucuri de legume, de 2 ori pe zi (o jumatate de lingurita are aproximativ 1 gram).

Gramaj: 125g

### **Valori nutritionale/100g:**

Energie: 1060Kj/ 256Kcal

Grasimi: 1.92g din care saturate 0.83g

Carbohidrati: 27.73g din care zaharuri 0.92g

Proteine: 6g

Fibre: 51.97g

Saruri: <0.017g

Tara de origine: China

Ambalat in Marea Britanie