

當身體整個系統處於平衡狀態時，身體自然地就健康。身體每個系統都很重要-我們要選擇，讓所有系統不含毒素，並且提供身體所有系統最優質的營養，這樣才享有完全的健康：每天醒來感覺棒極了！艾美菜園三寶是3種不同的全天然蔬菜汁濃縮粉末產品，幫助提供奠定良好健康的強健根基需要的每日營養。

榨汁

榨汁是將果汁或蔬菜汁與纖維分離，它是從蔬果獲得最優質營養好處的方法之一。雖然生吃蔬菜和水果有它的營養價值，但是榨汁確保我們能夠消化並吸收最多的營養素。

榨汁有多健康呢？研究顯示，榨汁可以提供大部分人體需要的基本營養，包括碳水化合物、蛋白質、脂肪、維生素與礦物質，以及植物營養素和酵素。沒有新鮮生菜汁的飲食會導致營養不良，因為生吃蔬菜而非榨汁時，大量的營養素會作為消化吸收過程中所需的能量上，而蔬果汁可在15分鐘內消化吸收，使營養素幾乎用於滋補細胞上。

艾美活力麥苗粉 AIM BarleyLife®

在綠色大麥苗進入生長周期前，大麥苗含有的維生素與礦物質結構類似於深綠色蔬菜。大麥苗在幼嫩期收割時的營養價值不同於成熟期收成的大麥。幼嫩大麥苗含廣泛的營養素，包括維生素、礦物質、胺基酸、酵素、葉綠素和其它鹼性物質。當這些大麥苗被榨汁並製成濃縮粉末狀如同活力麥苗粉時，它們的營養是極優質的。

研究發現，綠色大麥萃取物含有抗氧化劑和抗發炎活性，可支援免疫系統和心血管系統的健康。

活力麥苗粉是全食物濃縮品，擷取了綠色大麥苗所有的營養素。更廣泛的研究指出，幼嫩大麥苗是綠色植物最營養的植物之一。艾美活力麥苗粉在大麥苗營養價值最顛峰時收割、處理、榨汁並烘乾製成粉末狀。

在活力麥苗粉包裝好銷售給艾美會員前，產品必需符合嚴峻的測試標準與一些確保品質的程序。自1982年艾美公司成立以來，活力麥苗

基本好處與特色

- 每份含有 7 份的蔬菜汁
- 幫助維護整體健康
- 增強體力
- 幫助支援健康的免疫系統
- 提供廣泛的營養素，包括維生素、礦物質和蛋白質
- 含有獨特強力的植物抗氧化劑例如β胡蘿蔔素(beta-carotene)
- 含有活性酵素的好處
- 含有天然葉綠素
- 純汁食品，含極少量的纖維
- 提供榨汁的好處却沒有榨汁帶來的麻煩

更多資訊請閱讀個別產品的資料說明書

粉一直是艾美的旗艦產品。因此，沒有人比艾美更懂並知道如何製造更優質的大麥食品。

腎臟酸負荷量顯示活力麥苗粉是鹼性食品

PRAL Reveals alkalizing Food from BarleyLife

身體酸鹼值是微妙的酸鹼平衡，而我們吃的食物在維持健康的酸鹼值上扮演一個關鍵的角色。現在，有一個方法可以計算食物對身體產生鹼性或酸性的作用，讓我們比較容易吃得健康。

這種計算方法稱為腎臟酸負荷量(或譯淨酸量預估值。PRAL, Potential Renal Acid Load)。PRAL是使用一個公式，將食物的蛋白質和選定的礦物質含量轉換成腎臟酸負荷量值。酸性食物的PRAL值是正值，而鹼性食物的PRAL值是負值。高蛋白質和磷會讓血液變酸性，PRAL值是正值；鉀、鎂和鈣含量高會讓血液的酸性減少，產生負值的PRAL。



艾美活力麥苗粉的 PRAL 值反應出艾美的綠色汁液非常有益於身體的健康。活力麥苗粉的 PRAL 值有很明顯的負值-每天 12 克服用量的 PRAL 值是 -6.8。當您加上艾美紅蘿蔔素(Just Carrots, -6.16)和紅甜菜粉(RediBeets, -0.52)的每日攝取量時,菜園三寶的 PRAL 值是令人印象深刻的 -13.45。活力麥苗粉的 PRAL 負值顯示,它是高鹼性食品。

艾美紅蘿蔔素 AIM Just Carrots®

β-胡蘿蔔素是 600 多種的類胡蘿蔔素之一,類胡蘿蔔素廣泛存在於蔬菜水果中。β-胡蘿蔔素進入人體後會轉換成對提高免疫力很重要並且會促進健康細胞生長的維生素 A。β-胡蘿蔔素是維生素 A 的前驅物質,除了部分的 β-胡蘿蔔素會轉換成維生素 A 之外,β-胡蘿蔔素也是強有力的抗氧化劑,可以增強免疫力;抗氧化劑對抗自由基,幫助避免細胞膜的損害、DNA 突變與脂質氧化等可導致我們視為退化的許多疾病。

艾美紅蘿蔔素含有天然的 β-胡蘿蔔素,提供維生素 A 建議每日攝取量達百分之 420。除了 β-胡蘿蔔素之外,艾美紅蘿蔔素還含有鈣與鉀。

每瓶艾美紅蘿蔔素含有 22 磅的紅蘿蔔,艾美紅蘿蔔素使用的紅蘿蔔經過測試沒有農藥殘餘物,確保您不會吃下有害的毒素。製造艾美紅蘿蔔素的過程很特別,確保營養素和酵素保持活性,這個製作過程不添加糖份、糖精或人工色素。

艾美紅甜菜粉 AIM RediBeets®

有史以來,甜菜已知具有不錯的排毒特性,尤其在肝臟方面。甜菜能支援肝臟的確切機制尚未為人知曉;然而,有理論提出,或許因為甜菜含有高濃縮甜菜鹼(betaine)的關係,甜菜能有效限制肝臟裡的脂肪囤積。

甜菜鹼因可幫助肝臟處理脂肪的能力而常被稱作抗脂肪肝因子(lipotropic factor)。甜菜鹼也能降低高半胱胺酸(homocysteine),高半胱胺酸是一種胺基酸與心血管疾病有關,所以甜菜鹼被認為能支援心血管健康。

每瓶艾美紅甜菜粉含有 15 磅的甜菜。用於紅甜菜粉的甜菜也經過測試沒有農藥殘餘物。艾美紅甜菜粉的甜菜處理過程中將甜菜汁及其有價值的營養素與纖維分離時,甜菜沒有經過可能會破壞營養素的高溫處理。

服用菜園三寶的方法

活力麥苗粉

●每天服用 2 次,一次滿滿 1 茶匙。許多人從一天服用 1/2 茶匙開始,然後每 4 至 5 天慢慢地增加服用量。

紅蘿蔔素

●一天一次,一次 1 湯匙

紅甜菜粉

●一天兩次,一次 1 茶匙

●運動員:將 4 茶匙的紅甜菜粉與 10 盎司的水混勻服用。一天一次,在運動前 1 至 2 小時前服用。

菜園三寶

●與涼水或果汁混勻後立即喝下。空腹服用效果最佳,即餐前 30 分鐘或餐後 2 個小時。

●開瓶後 60 天內用完。每次使用後蓋緊瓶蓋並存放在涼爽乾燥陰涼的地方(華氏 70-75 度;攝氏 21-24 度)。在炎熱潮濕的地方,請存放在自動除霜的冷凍庫(frost-free freezer)以避免結塊。

問與答

我如何將菜園三寶混合服用?我可以將菜園三寶與其它艾美產品服用嗎?

許多艾美會員將一份的菜園三寶與喜愛的果汁混勻成可口提神的飲料,這由個人的喜好決定,歡迎隨意嘗試。您也可以將菜園三寶與其它艾美產品混勻服用。為達到最佳的營養吸收效果,服用菜園三寶 30 分鐘後或 1 個小時前服用艾美草本纖維素(AIM Herbal Fiberblend®)。

我可以服用超過建議量嗎?

每個人都有不同的營養需求,應由自己評估。

行銷商資料: