



BIONaturis.ch

## Açaï



**Nom botanique:** *Euterpe oleracea*, Arecaceae..

**Partie utilisée:** Die Beeren.

Der Açaï, oder Assai gleicht einer Palme und heisst auch Kohlpalme oder Assai-palme. Er gehört zur Familie der Arecaceen und stammt aus Südamerika. Man findet den Açaï in den tropischen Wäldern Brasiliens. Die Beere des Açaï besteht aus 90% Kern und 10% Fruchtfleisch.

Die Einwohner Nordbrasilens, speziell im Amazonasgebiet, geniessen Açaï-Früchte seit Jahrhunderten wegen seinem ausgezeichneten Geschmack, einer Mischung zwischen roten Beeren und Schokolade, und wegen der wundersamen Eigenschaften.

Dank der hohen Konzentration an Anthocyanen sind die Früchte starke Antioxydantien. Der ORAC Wert (Messeinheit des antioxydativen Potentials) ist einer der höchsten im Pflanzenreich. Der Genuss von Açaïsaft ermöglicht die Zellen des Körpers gegen äusser Angriffe zu schützen und hilft gegen vorzeitiges Altern.

Açaï Früchte enthalten ungesättigte Fettsäuren (Omega-3, -6 und 9) in optimalem Verhältnis mit entsprechendem entzündungshemmendem und cholesterinsenkendem Effekt sowie positivem Einfluss auf das Herz-Kreilaufsystem.

Zudem enthält sie pflanzliche Proteine und Kohlenhydrate die dem Körper Energie für körperliche und Geistige Anstrengungen bietet.

Die Früchte liefern auch Kalzium, Eisen, Vitamine B1, B2, B3, C und E sowie Nahrungsfasern.

Man sagt den Açaï Früchten antikanzerogene, antibakterielle, entzündungshemmende und antimutagene Eigenschaften nach.