Bienenbrot, auch Perga genannt …

Eine Edelvariante des Blütenpollens

… besteht aus fermentiertem Blütenpollen (Blütenstaub) von Pflanzen, der von der Biene während der Blühphase gesammelt, mit dem Speichel der Biene angereichert, eingelagert wird. Ohne diesen Verarbeitungsprozess der Honigbienen würde er innerhalb kurzer Zeit schimmeln und somit nicht mehr konsumierbar sein. Dieser dient den Bienen als Nahrungsquelle. Bienen stellen es her, um besonders in Zeiten der Nahrungsmittelknappheit (z.B. Winter / Frühjahr) genügend Nahrungsmittel zu haben. Besonders der Nachwuchs wird mit diesem Bienenprodukt versorgt.
Am Fermentierungsprozess sind drei wichtige Mikroben beteiligt. Das ist Lactobacillus, Pseudomonas und Saccharomyces (Zuckerhefen).
Es handelt sich um ein leckeres Bienenprodukt, welches süß-säuerlich im Geschmack ist. Einen idealer geschmackvollen Snack für zwischendurch oder für Ihr Müsli oder Joghurt zu verfeinern.

Zusammensetzung von Perga

Es besteht aus über 200 Inhaltsstoffen. Die Hauptbestandteile sind dabei unter anderem Eiweiß, Milch- und Aminosäuren, Kohlenhydrate, Vitamine und Fette sowie weitere Inhaltsstoffe sind Enzyme, Fettsäuren, Aminosäuren, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.
Die umfangreiche Zusammensetzung macht es für Menschen und Bienen zu einem gesunden Nahrungsmittel. Während die Zucker im Perga Energie spenden, sättigen die Eiweiße. Durch seine vielseitige Zusammensetzung ist er ein willkommenes Mittel zur Nahrungsergänzung sowie eine gute Alternative zu ungesunden Snacks, weil hierbei der harte Pollen-Schall bereits aufgespalten ist und somit dem menschlichen Organismus besser zugänglich gemacht ist.
Manche sprechen von einem Multitalent, da von jedem Stoff der Bienen etwas darin enthalten ist. Seien es Spuren von Honig, Gelee Royale oder Propolis.

**Es ist kein Produkt des Imkers, er hat nur die Möglichkeit es zu ernten,
sondern ein „echtes Bienenprodukt“.**

Da es ohnehin der Milchsäurevergärung ausgesetzt war, schmeckt es gut zu Milchprodukten. Zum Beispiel zu Joghurt, Müsli mit Milch oder Quarkprodukten. Wenn man den süßen Geschmack unterstreichen möchte, kann man es auch gut mit Honig mischen.

Mindesthaltbarkeit: 2,5 Jahre, wenn es kühl und trocken gelagert ist.

Nährwerte:

- Brennwert: 1650 kJ / 393 kcal / 100 g
- Kohlenhydrate: 59,0 g / 100 g
- Eiweiß: 16,0 g / 100 g
- Fett: 9,0 g / 100 g
- 22 % Proteine
- 20 % unterschiedliche reduzierende Zuckerarten (Trauben-, Frucht-, organischer Rohr- und Malzzucker)
- 2 % Aminosäuren (Valin, Arginin, Asparafinsr, Cystein, Glutaminsäure Histidin, Hydroxyprolin, Isoleucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Prolin, Serin, Threonin, Trypsin, Tryptophan, Valin u.a.)
- 2 – 4 % Kalium
- 1 – 2 % Magnesium
- 1 – 2 % Eisen
- 1 – 1,5 % Kalzium
- 0,2 – 1 % Silizium
- 1 – 1,5 % Phosphor
- Schwefel, Mangan, Chlor
- die Vitamine (B1 bis B 12, C, D, E, K und das Provitamin A)
- antibiotische Substanzen
- Enzyme: Amylase, Lactose-Dehydrogenase, Diastase, Oxidureduktase, Phosphatase, Sacharase, Trypsin, Isomeras, Lyasen, Pectase, Bernsteinsäure-Dehydrogenase, Katalase
- weitere Inhaltstoffe: Alpha-Amino-Buttersäure, Brassin, Cholin, Flavonoide, Crocetin, Amine, Auxine, Gibberelin, Guanin, Hexodecanal, Lecithin, Lycopen, Pentosen, Tarpen, Vernin, Hxpoxalthin, Kinine, Xanthin, Xanthophyllin, Zeaxanthin u.a.

Das Bienenprodukt enthält bis zu 2,5 x mehr Kohlenhydrate als Pollen, dafür aber etwas weniger Proteine und Mineralstoffe. Ferner, enthält Bienenbrot auch weniger Vitamin C, dafür viel mehr der Vitamine A, E und B.

Wie wirkt das Bienenbrot / Perga

Wenn reine Blütenpollen zur Anwendung herangezogen werden ist das Brot der Bienen immer die bessere Wahl. Es führt hier meist zu schnelleren und besseren Ergebnissen. Aufgrund seiner zytotoxischen Wirkung auf bösartige Zellen wird es auch in der Krebstherapie eingesetzt. Es hat zudem antitoxische Wirkung sowie besonders positive Eigenschaften auf das Blutbild. Es hilft bei der Leukozytenbildung und erhöht das Hämoglobin im Blut.

- verzögert den Alterungsprozess
- hilft bei Arterienverkalkung
- bekämpft Chronische Müdigkeit, sowie Erschöpfungszustände und
- Rekonvaleszenz (schrittweise Wiederherstellung der Gesundheit nach einer Erkrankung)
- wird zur Entgiftung genutzt
- wirkt gegen Stress-Symptome
- wird angewendet bei Appetitlosigkeit
- bei Wechseljahresbeschwerden
- wird bei Diäten verwendet da die enthaltenen Hormone und Wachstumsstoffe
- können beim Abnehmen helfen
- Potenzproblemen
- Störungen der Konzentration
- bei Leber-Gallenblasen- Blasen - Erkrankungen
- hilft bei Störungen der Verdauungsorgane wie Verstopfung oder Durchfall
- gut bei Nervosität und Depressionen
- Blutarmut und andere Mangelkrankheiten
- stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte
- hilft bei Arterienverkalkung
- bei körperlichen und geistigen Leistungstiefs (Schulstress)
- Entgiftung des Körpers
- entlastet den Leberstoffwechsel
- Potenzsteigerung / Wechselbeschwerden
- unterstützt die Prostatatätigkeit
- Blutarmut
- Verbesserung der Merk- und Lernfähigkeit
- Reaktionsfähigkeit

Anwendung

Es wird innerlich angewendet. Dabei sollte es etwa 30-40 min vor dem Frühstück und dem Mittagessen über vier bis sechs Wochen gegessen werden. Bei einem Erwachsenen reicht jeweils ein halber Teelöffel (ca. 12-14 Körner). Bei Kindern bis 12 Jahren: ca. 0,5g pro Tag (ca. 4-5 Körner)

Die Lagerung sollte in einem luftdicht verschließbaren Gefäß erfolgen. Perga ist hygroskopisch, was bedeutet, dass es das Wasser aus der Luft zieht. Zudem sollte es dunkel und kühl gelagert werden.



- Wichtig: Bei Empfindlichkeit gegenüber Pollen, nicht auf nüchternen Magen einnehmen.
- Diese Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.
- Nicht anwenden bei Allergie oder Unverträglichkeit gegen Bienenprodukten.
- Nicht in Reichweite von Kindern aufbewahren.
- Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung.
- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden und sind nur empfohlene Richtwerte.