



## So erhalten Sie den Nährwert Ihrer Lebensmittel mit gesundem Kochgeschirr

Essen ohne Nahrung ist so gut wie überhaupt nichts zu essen. Selbst wenn Sie sicherstellen, dass Ihre Lebensmittel reich an Proteinen, Vitaminen, Mineralien, Kohlenhydraten und anderen Nährstoffen sind, besteht eine große Wahrscheinlichkeit, dass sie vor dem Verzehr an Nährwert verlieren. Nur wenige Menschen wissen, dass die meisten Nährstoffe in Lebensmitteln beim Kochen verloren gehen, wenn das Kochgeschirr nicht aus dem richtigen Material besteht. Dies geschieht auf drei Arten: Herkömmliches Kochgeschirr (Metalle oder Keramik) löst beim Kochen Giftstoffe in Lebensmittel aus. Bei Kochtemperaturen lösen Metalle wie Edelstahl, Aluminium, Titan, Gusseisen usw. Ionen aus und reagieren mit Lebensmitteln &#8211; einer biochemischen Einheit, &hellip;



Essen ohne Nahrung ist so gut wie überhaupt nichts zu essen. Selbst wenn Sie sicherstellen, dass Ihre Lebensmittel reich an Proteinen, Vitaminen, Mineralien, Kohlenhydraten und anderen

Nährstoffen sind, besteht eine große Wahrscheinlichkeit, dass sie vor dem Verzehr an Nährwert verlieren.

Nur wenige Menschen wissen, dass die meisten Nährstoffe in Lebensmitteln beim Kochen verloren gehen, wenn das Kochgeschirr nicht aus dem richtigen Material besteht. Dies geschieht auf drei Arten:

1. Herkömmliches Kochgeschirr (Metalle oder Keramik) löst beim Kochen Giftstoffe in Lebensmittel aus. Bei Kochtemperaturen lösen Metalle wie Edelstahl, Aluminium, Titan, Gusseisen usw. Ionen aus und reagieren mit Lebensmitteln – einer biochemischen Einheit, wobei Wärme als Katalysator wirkt. Infolgedessen werden Lebensmittel kontaminiert und ungesund. Diese Toxine verursachen auf lange Sicht schwerwiegende gesundheitliche Probleme, die von kurzfristigen Krankheiten bis zu chronischen Krankheiten reichen.
2. Auch die Wärme aus diesen Töpfen zerstört die empfindlichen Nährstoffzellen in Lebensmitteln. Berühren Sie eine Metallpfanne fünf Minuten nach dem Erhitzen, sie verbrennt Ihre Haut und hinterlässt eine Narbe. Lebensmittel bestehen aus demselben Gewebe und können beim Kochen beschädigt werden.
3. Der Dampf muss durch eine Entlüftung abgelassen werden, bevor Sie den Deckel öffnen. So verdampfen die wasserlöslichen Nährstoffe. Dies ist ein weiterer Weg, wie Nährstoffe verloren gehen.

Sie können Ihr Kochgeschirr zu Hause mit überprüfen ein einfacher alkalischer Backpulver-Test um zu sehen, ob es Giftstoffe in Ihre Nahrung auslaugt.

## Wie unterscheidet sich Pure Clay?

Reiner Ton ist 100% sicher und gesund für die Herstellung von Kochgeschirr, da er aus primärem Ton hergestellt wird – Ton ohne natürliche Verunreinigungen. Die folgenden Merkmale von Töpfen aus reinem Ton stellen sicher, dass die darin gekochten Speisen gesund sind:

1. Diese Töpfe führen beim Kochen keine Chemikalien oder Metalle in Lebensmittel aus.
2. Sie kochen mit einer einzigartigen Ferninfrarotwärme, die tief in die Körner eindringt, ohne sie zu beschädigen. Diese Hitze ist lebensmittelfreundlich und kocht sanft, wodurch die Nährstoffe intakt bleiben.
3. Dieses gesunde Kochgeschirr hat ausgezeichnete Dampfmanagement-Eigenschaften. Der ergonomisch gestaltete Topf und Deckel lassen den Dampf auf einzigartige Weise im Inneren zirkulieren und lassen die Speisen mit ihrem eigenen Dampfdruck kochen. Die geraden Wände des Topfes, seine konzentrischen Kreise, die innere Flöte am Deckel und eine kühle Unterseite des Knopfes lassen Dampf aufsteigen, kondensieren und fallen direkt zurück in den Topf. Dies verhindert, dass wasserlösliche Nährstoffe wie in herkömmlichem Metall / Keramik-Kochgeschirr als Dampf verdampfen.

All diese großartigen Eigenschaften machen Lebensmittel für Sie und Ihre Familie nahrhaft und wirklich gesund. Machen Sie sich keine Sorgen mehr über Giftstoffe, die in Ihr Essen gelangen oder Nährstoffe verlieren. Wählen Sie heute gesundes Kochgeschirr aus reinem Ton und genießen Sie für den Rest Ihres Lebens gesundes Essen.

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**