

7 СОКОВ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА

nurom



Используй промокод КНИГА на скидку 5%



Используй промокод КНИГА на скидку 5%

Содержание

Утренний детокс	8
Свекольный микс	9
Энергия солнца	12
Оранжевое настроение.....	13
Лунный свет	16
Ясный взгляд	17
Бодрое утро	20

Hurom H400 – это воплощение корейского качества и надёжности. Шнековая соковыжималка, которая соединяет пользу и функционал.

Ещё больше витаминов.

В H400 нет металлических деталей, контактирующих с продуктами, поэтому сок дольше окисляется и сохраняет максимум полезных нутриентов.

Максимум сока из ингредиентов.

Досуха выжимает овощи, фрукты, зелень и даже замоченные орехи.

Нарезает ингредиенты самостоятельно.

Не тратьте время на нарезку ингредиентов и закладывание продуктов по кусочку. Просто загрузите ингредиенты в измельчитель, запустите отжим, а остальное техника сделает за вас.

Уход за 30 секунд

В фильтрующем элементе нет мелких деталей, поэтому детали достаточно просто сполоснуть под водой.



HUROM

Используй промокод КНИГА на скидку 5%

Компания Nurom была основана в 1974 году. За 50 лет непрерывной работы был накоплен колоссальный опыт производства качественных соковыжималок и создания уникальных рецептов соков, которые являются источником энергии, средством очищения организма, защитой для иммунитета, пищеварительной системы и кожи.

Каждый рецепт создан в собственной лаборатории компании Nurom. Целая команда следит за сочетаемостью ингредиентов, точностью пропорций и влиянием напитка на организм. Действие рецептов подтверждено химическими испытаниями.

Основой здорового питания, важным источником витаминов, минералов и клетчатки, являются свежие ягоды, фрукты и овощи. Исследования доказывают, что регулярное употребление овощей и фруктов снижает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, повышенного давления, нормализует пищеварение и зрение.

Всемирная организация здравоохранения для поддержания иммунитета рекомендует употреблять не менее 400 г овощей, фруктов и ягод в сутки. Или стакан свежевыжатого сока. Специалистами компании Nurom были разработаны 7 рецептов сока, которые помогут укрепить иммунитет и предотвратить многие заболевания.

В этом году из-за новой коронавирусной инфекции проблема поддержания иммунитета актуальна как никогда. Предлагаем Вам ознакомиться с рецептами соков, оказывающих укрепляющее действие на иммунитет.

Будьте здоровы!



Используй промокод КНИГА на скидку 5%

Утренний детокс



163 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Апельсин



Ананас



Капуста кейл



Шпинат

• Основные питательные вещества:

Витамин В, Витамин С, Фибрин, Железо

Апельсины и ананасы богаты витамином С, который укрепляет иммунную систему и предотвращает различные заболевания. Фибрин, который содержится в шпинате, не только способствует нормализации уровня сахара и холестерина в крови, но и показан при сердечно-сосудистых заболеваниях. А содержащаяся в капусте кейл альфа-липовая кислота (АЛК) способствует профилактике диабета.



СВЕКОЛЬНЫЙ МИКС



160 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Апельсин



Ананас



Ботва свёклы



Свёкла

• Основные питательные вещества:

Железо, цинк, антоцианин

Свёкла и апельсины богаты железом и фолиевой кислотой. Они укрепляют иммунитет и являются незаменимыми помощниками при профилактике анемии. Витамин С улучшает усвояемость железа, а витамин В способствует снижению утомляемости и стимулирует обмен веществ.



Используй промокод КНИГА на скидку 5%



Используй промокод КНИГА на скидку 5%

Энергия солнца



131 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Апельсин



Ананас



Манго

• Основные питательные вещества:

Витамин В1, Витамин С, Бета-каротин

В ананасах содержится витамин В, а в апельсинах – много витамина С. Такой сок помогает снизить утомляемость и здорово укрепляет иммунитет. Бета-каротин, который содержится в манго, является мощнейшим антиоксидантом, благодаря чему он замедляет процесс старения и снижает риск возникновения онкологических заболеваний.

Оранжевое настроение



116 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Апельсин



Ананас



Грейпфрут



Морковь

• Основные питательные вещества:

Бета-каротин, бромелайн, калий

Морковь содержит бета-каротин, который является природным антиоксидантом и предупреждает возникновение рака. Апельсины содержат витамин С – один из лучших источников для укрепления иммунитета. Калий в грейпфруте и бромелайн в ананасе улучшают обмен веществ и нормализуют пищеварение.



Используй промокод КНИГА на скидку 5%



Используй промокод КНИГА на скидку 5%

Лунный свет



173 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Груша



Банан



Манго

• Основные питательные вещества:

Лютеолин, калий, витамин С, аспарагиновая кислота.

Лютеолин, содержащийся в грушах в большом количестве, способен бороться с различными заболеваниями бронхов. Бананы содержат калий, который способствует нормализации давления, показан при болезнях сердца и выводит натрий из организма. Лимон содержит витамин С, который укрепляет иммунитет и продлевает молодость.

ЯСНЫЙ ВЗГЛЯД



113 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Апельсин



Ананас



Черника

• Основные питательные вещества:

Фолиевая кислота, Витамин С, Витамин В1

Ананасы богаты витамином В, а в апельсинах содержится много витамина С. Эти витамины способствуют снижению утомляемости и укреплению иммунитета. Полифенол и другие антиоксиданты препятствуют преждевременному старению и улучшают здоровье глаз.



Используй промокод КНИГА на скидку 5%



Используй промокод КНИГА на скидку 5%

Бодрое утро



176 ккал



280 мл

• Ингредиенты:



Груша



Зелёный виноград



Киви

• Основные питательные вещества:

Фолиевая кислота, Витамин С, Лютеолин

В киви содержатся фолиевая кислота и витамин С, которые назначаются для профилактики анемии. В грушах содержится лютеолин, который полезен для здоровья бронхов, поэтому такой сок рекомендуется пить при простуде, астме, заболеваниях верхних дыхательных путей и укрепления иммунитета. В винограде содержатся различные органические кислоты и глюкоза, которые способствуют снижению утомляемости и улучшают аппетит.

Лучшие шнековые соковыжималки, высокомоощные блендеры, автоматические проращиватели, мельницы для муки, маслопрессы холодного отжима, дегидраторы, вакууматоры, из Южной Кореи, США и Европы на сайте

vsesoki.ru

Подписывайтесь на наши социальные сети



vk.com/vsesoki

facebook.com/tehnikavsesoki*

instagram.com/vsesoki*



ok.ru/vsesoki



youtube.com/vsesoki

*Деятельность организации Meta Platforms Inc и её продуктов Instagram запрещена в Российской Федерации

Используй промокод КНИГА на скидку 5%



Шнековая соковыжималка
Nurom H400



Профессиональный блендер
Lequip BS5 Cube



Инфракрасный дегидратор
Lequip IR D5



Автоматический проращива-
тель Tribest Freshlife FL-3000



Шнековый маслопресс
Lequip LOP-G4



Электрическая мельница
для зерна KoMoMio Eco



vsesoki.ru
2025

Используй промокод КНИГА на скидку 5%