

*Káva je fenomén, předmět rituálu, dobrý start dne i dobrý závěr. Dobrá káva se může pít kdykoli a kdekoli, jako společenská záležitost i jako obřad zcela soukromý. Dnes najdete tisíce rad, jak si ji připravit klasickým, netradičním i zcela ojedinělým způsobem. Na "vážně dobré kafe" najdete návod snad v každé domácnosti, ať už jsou použité ingredience, způsob přípravy i konzumentské zvyklosti jakékoli. Někde vám může, jinde zas nemusí chutnat, ale pokud jde o skvělou kvalitu, většinou se na ní shodneme všichni. Vždyť i káva má svou kulturu a krásu v rozmanitosti. Jenom je nutné umět ji poznat, naučit se vybrat si a stejně jako ve víně, hledat a nacházet v ní to dobré.*

## **"Je káva zdravá?"**

Tuto otázku nám pokládá spousta lidí. A my možná známe odpověď.

Káva se pije pro svou sílu. Kvůli kofeinu, látce, která člověku pomáhá překonat chvilkovou únavu, když je potřeba. Lidé si ale zvykli používat kávu jako povzbuzující prostředek po celý den. Kofein je diuretikum a psychoaktivní látka. Konzumace ve větším množství se nedoporučuje. Čím jemnější je káva, tím menší množství kofeinu je v ní obsaženo. Tím je lepší, zdravější a chutnější.

## **Zvyky, spojené s pitím kávy**

Dříve bylo zvykem jíst, či lépe řečeno, pít ranní polévku. Ranní polévka byla za Magdaleny Rettigové nahrazena kávou, podávanou ve stejném velkém hrnku, oslazenou a zalitou velkým množstvím mléka. Bylo to vlastně první teplé jídlo dne, takové pick-me up. Něco, co člověka zvedlo, probudilo a povzbudilo do pracovní činnosti. Dnes káva slouží stejným způsobem. Je to první kontakt s něčím příjemným, co člověka povzbudí před cestou do práce.

Jemně povzbudivá káva nezpůsobuje kofeinový šok, kterému je lidské tělo vystaveno při pití silné kávy. Šálek jemné kávy Vás příjemně povzbudí a harmonicky, přirozeným způsobem rozvibruje. Takovou kávu mohou bez problémů pít těhotné ženy i děti. Můžete si dát klidně i několik šálků espressa denně a Vy i Vaše tělo se budete cítit lépe, než při pití normální kávy s kofeinem.

Lidé v dnešní době stále více přecházejí k jemnějším produktům. Stávají se vnímavějšími. Po shlédnutí několika reklam v televizi zjistíte, že polovina z nich se týká zdraví, přírodního životního stylu, či "bio" kultury. Současným trendem je odvykání od drog a jedů a přecházení ke zdravé výživě, k věcem nezátěžujícím organismus. Nejlepší psychoaktivní látkou je čistá hlava.

Jemně povzbudivá káva je o jitrání smyslů, větší vnímavosti, potěšení a radosti z krásného dne a příjemné chvíli.



## **Trochu historie kávy**

Kávovník pochází pravděpodobně z provincie Kaffa v Etiopii, odkud si zřejmě přinesl i svůj název. Z této oblasti se velmi rychle rozšířil do arabského světa, kde se konzumace kávy stala velice oblíbenou činností. Ostatně některé prameny uvádí právě arabský název Gahwa (Gahwak) jako slovní základ pro slovo káva. Původně lidé plody kávovníku žvýkali, čímž využívali stimulační látky pro osvěžení organismu a povzbuzení ducha. První zmínky o přípravě kávy jako nápoje se datují do 15. století, kdy byla v Istanbulu otevřena zřejmě první kavárna vůbec. O něco později si káva našla cestu prostřednictvím obchodníků do Benátek a poté i do zbylé části starého kontinentu.



## ***Jakou kávu pijete Vy?***

***Pokud se nechcete zřeknout požitku z pití kávy, a přitom chcete pečovat o své zdraví, tady najdete řešení.***

Jedním z nejoblíbenějších nápojů na světě je káva. Podle organizace ICO (*International Coffee Organization*) poskytuje primární požitek ze své chutě a aroma, ale dobře známý je i její pozitivní vliv na duševní svěžest. Pro některé lidi se stalo zvykem, že si ráno dávají jeden nebo dva šálky kávy, aby se do nového dne lépe „nastartovali“. Díky kofeinu, který je v kávě obsažený, jsme čilejší a lépe připraveni na úkoly, které před nás nový den postaví. Kromě toho káva prospívá k celkovému dennímu příjmu tekutin a pomáhá udržovat naše tělo hydratované, což je důležité pro celkové zdraví a pohodu. Kofein může krátkodobě zvyšovat intenzivní atletický výkon, zlepšuje koncentraci, snižuje únavu a zbystřuje smysly.

V článku „**Káva, nová zdravá výživa?**“ Sid Kirchheimer uvádí, že z analýzy, kterou provedla Harvardská Univerzita veřejného zdraví na základě údajů shromážděných za 18 let u 126000 lidí, vyplývá, že jeden až tři šálky kávy kofeinové kávy o pár procent snižuje riziko vzniku cukrovky 2. typu. V případě konzumace více než 6 šálků denně se však riziko snižuje o 54% u mužů a o 30% u žen. Byla prokázána přímá úměra mezi mírou ochrany a množstvím kávy, kterou člověk vypije. Tato analýza znovu potvrdila dřívější holandskou studii, která dospěla ke stejným závěrům.

Němečtí výzkumníci objevili spojitost mezi kávou a rakovinou tlustého střeva. Jedná se o metylpyridinium, další silný oxidant, který posiluje krevní enzymy, o kterých panuje názor, že chrání před rakovinou tlustého střeva. Metylpyridinium vzniká při pražení kávy a vytváří se z chemické látky, která je obsažena v kávových bobech. Vědci také zjistili, že čím je káva silnější, tím vyšší je obsah metylpyridinia. Tmavší pražené kávové boby obsahují třikrát až čtyřikrát více metylpyridinia. Materiály publikované Vědeckou poradenskou skupinou (*SAG*) asociace NCA uvádí, že konzumace kávy snižuje riziko cirhózy jater o 80%, pomáhá při astmatu a regulaci záchvatů v případě nedostatku léků a snižuje riziko vzniku akutních srdečních chorob. Kromě toho může káva odstraňovat bolesti hlavy, zlepšovat náladu, předcházet bolestem břicha a dokonce redukovat následky kouření a těžké konzumace alkoholu.

Když jsme si teď prošli obecnými přínosy obyčejné kávy, chtěli bychom vám předložit důvody, proč přejít na **kávu DXN. Ganoderma Lucidum**, druh rudé houby pod názvem **Reishi**, roste volně a je pěstována v Číně a Asii už tisíce let. Až donedávna bylo obtížné a finančně nákladné nacházet jí ve velkých množstvích. Vědci přišli na způsob, jak tuto houbu pěstovat v uzavřeném prostoru. **Tato houba obsahuje více než 200 aktivních prvků**, známých svým pozitivním působením na lidské zdraví.



**DXN káva** je prvním nápojem na světě, který je obohacený o blahodárné účinky Ganodermy, nabízený exkluzivně společností **DXN Europe**.

**DXN káva** vám umožní nadále si vychutnávat plnou chuť, charakteristickou pro prvotřídní instatní kávu, která vás posilní, aniž byste se museli obávat takových nepříjemných vedlejších jevů, jež by vás přiměly přestat pít kávu nebo zošklivily chuť, kterou jste očekávali a kterou máte rádi.

*„Celkové výzkumy tedy prokazují, že káva našemu zdraví více prospívá než škodí. Pro většinu lidí má pití kávy pár negativních, ale spoustu pozitivních důsledků.“*

**Tom Depaulis**

## ***Pijte kávu s Ganoderмой, která má blahodárné účinky na zdraví, vyzkoušejte produkty DXN a vychutnejte jejich rozdíl oproti běžným nápojům!***

Ke kvalitní **kávě Arabica**, pocházející z Brazílie, se přidá **extrakt z Ganodermy** (proto ji můžeme dostat jen v instantní formě, jednotlivě balené a vakuované). Tím se vytvoří produkt, který je jedinečný jak chuťově, tak i svým pozitivním účinkem na organismus díky blahodárnému působení houby Ganoderma.

**DXN káva neutralizuje v organismu nahromaděnou kyselost, zabraňuje pálení žáhy.** Při jejím pravidelném a výlučném užívání (pokud si chcete ověřit její skutečný účinek, nepijte jiný druh kávy!) si můžete upravit krevní tlak. **Mohou ji pít také lidé, kteří mají problémy s vysokým krevním tlakem.**

**Houba Ganoderma** (nazývaná *lesklokorka obyčejná*) obsahuje téměř **200 pro náš organismus důležitých, výživných látek**. Nejdůležitější z nich je organické germanium, které v přírodě patří mezi nejléčivější účinné látky. Houba Ganoderma je léčivá rostlina, která nemá vedlejší účinky ani při dlouhodobém užívání. Zlepšuje všeobecný stav organismu, jeho samoléčící schopnosti.

Lidé si často zapomenou vzít svou denní dávku vitamínů nebo se musí kvůli finančním problémům zříct svých oblíbených potravinových doplňků.

**Ale už jste slyšeli, že by si někdo zapomněl vypít svou oblíbenou ranní kávu?**

**Od firmy DXN** to byl velmi geniální nápad – přimíchat do produktu každodenní spotřeby důležitý stavební prvek prospívající našemu organismu – **Ganodermu**.

**DXN je největším světovým výrobcem kávy s Ganoderмой.** Ve více než 100 zemích světa se prodávají její výrobky, má více než 4 milióny stálých zákazníků, kteří denně používají její výrobky.

**Káva s Ganoderмой** neobsahuje žádná umělá barviva, ani konzervační a chuťové látky.

### ***A co je pro Vás zároveň výhodné a ekonomické?***

Ze sáčku 4,5 g (*káva je příliš silná*) připravíte 3 - 4 šálky (*objem hrníčku s vodou 1 dcl*) velmi dobré, silné a hlavně zdravé kávy.

**Lingzhi Černá káva** – balení 20 sáčků x 4,5 g za **370 Kč** (*běžná cena pro zákazníka*)

Staňte se spotřebitelem **DXN kávy** a zaregistrujete se jako člen do společnosti DXN na níže uvedených webových stránkách v sekci Pracovní příležitost a výrobky nakupujte za členskou cenu s dalšími výhodami a finančními bonusy.

**Lingzhi Černá káva** – balení 20 sáčků x 4,5 g za **300 Kč** (*členská cena - uvedená pod zákaznickou cenou*)

1 porce kávy DXN výjde na 15 Kč/1 osobu = cena kávy je 5 Kč a 1 tobolka Ganodermy je 10 Kč.

### ***Více info a registrace zde***

>> <http://kofi.dxneurope.eu/> <<

>> <http://kofi.ganodermakava.sk/> <<



Široký výběr káv a dalších výrobků. Příjemné ceny. Možnost členství i spolupráce s firmou.