

ZÁZVOR BIO, PRÁŠEK



V e-shopu:

<https://bewit.love/produkt/bewit-zazvor-prasek?i=MiroslavTumpach>

Vaše zlatá cesta ke zdraví a vitalitě

E-book od BEWIT

OBSAH

Úvod: Objevte sílu zlatého kořene

Co je Zázvor BIO, prášek?

Proč nakupovat zázvor právě u Bewit?

Zdravotní přínosy zázvoru – přírodní zázrak

Jak používat zázvorový prášek

Recepty pro každodenní použití

Nejčastější otázky

Závěr: Začněte svou proměnu již dnes



1. ÚVOD: OBJEVTE SÍLU ZLATÉHO KOŘENE 🌞

Vítejte ve světě autentické péče o zdraví! V rukou držíte klíč k přirozenému posílení imunity, zlepšení trávení a celkové vitality. Zázvor – tato starobylá superpotravina používaná po tisíce let v ájurvédě i tradiční čínské medicíně – je dnes dostupná ve své nejčistší BIO formě.

Zázvor BIO, prášek od Bewit není jen další koření do vaší kuchyně. Je to komplexní řešení pro moderní člověk, který hledá přirozené cesty k lepšímu zdraví bez kompromisů v kvalitě.



2. CO JE ZÁZVOR BIO, PRÁŠEK? 🌿

Zázvor BIO, prášek je **100% přírodní mletý zázvor** z certifikovaného ekologického zemědělství. Žádné přídavné látky, žádný cukr, žádná aromata ani konzervační činidla. Pouze čistý, jemně mletý zázvorový kořen nejvyšší kvality.

Klíčové vlastnosti produktu:

Vlastnost	Popis
Certifikace	BIO certifikát (ekologické zemědělství)
Složení	100% čistý zázvorový prášek
Forma	Jemně mletý prášek
Použití	Nápoje, vaření, pečení, smoothies
Vhodné pro	Vegany, vegetariány, celiaky
Přídavné látky	Žádné – 100% přírodní



3. PROČ NAKUPOVAT ZÁZVOR PŘÁVĚ U BEWIT? 💎

Bewit = Záruka nejvyšší kvality

Když si vyberete **Zázvor BIO, prášek od Bewit**, investujete do produktu, který prošel nejpřísnějšími kontrolami kvality a etickými standardy.

7 důvodů, proč zvolit Bewit:

1. Certifikovaná BIO kvalita

Produkt pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství

Bez pesticidů, herbicidů a chemických hnojiv

Pravidelné nezávislé kontroly

2. Čistota bez kompromisů

100% čistý zázvorový prášek

Bez přidaného cukru, barviv či aromat

Žádné plnidla ani konzervační látky

3. Maximální účinnost

Šetrné zpracování zachovává aktivní látky

Vysoký obsah gingerolu (hlavní účinná složka)

Plná chuť a aroma

4. Etický a zodpovědný přístup

Bewit podporuje udržitelné zemědělství

Fair trade principy

Respekt k přírodě i lidem

5. Expertní poradenství

Tým odborníků na přírodní zdraví

Komplexní poradenství k použití

Vzdělávací materiály zdarma

6. Česká firma s tradicí

České kořeny a hodnoty

Osobní přístup ke každému zákazníkovi

Prověřená kvalita po letech

7. Komplexní řešení zdraví 🎯

Zázvorový prášek lze kombinovat s dalšími produkty Bewit

Součást komplexních směsí (Golden Milk BIO, Panacea Immunity)

Synergie přírodních surovin

Bewit vs. běžný zázvor ze supermarketu

Kritérium	Bewit Zázvor BIO	Běžný zázvorový prášek
Certifikace	✅ BIO certifikát	❌ Často chybí
Čistota	✅ 100% čistý	⚠️ Možné příměsi
Původ	✅ Sledovatelný	❌ Často neznámý
Zpracování	✅ Šetrné	⚠️ Průmyslové
Účinnost	✅ Maximální	⚠️ Snížená
Cena/kvalita	✅ Výborný poměr	⚠️ Nízká kvalita



4. ZDRAVOTNÍ PŘÍNOSY ZÁZVORU – PŘÍRODNÍ ZÁZRAK 🌿

Zázvor není nazýván "univerzálním lékem" náhodou. Jeho působení na lidský organismus je komplexní a vědecky doložené.

🔥 GINGEROL – Tajná zbraň zázvoru

Hlavní aktivní látkou zázvoru je **gingerol** – silný antioxidant s protizánětlivými účinky, který je zodpovědný za většinu léčivých vlastností zázvoru.

♥ HLAVNÍ ZDRAVOTNÍ ÚČINKY

1. Podpora trávicího systému 🍴

Zklidňuje žaludek – ideální při nevolnosti (cestovní nemoc, těhotenská nevolnost)

Snižuje nadýmání a plynatost – podporuje vyprazdňování žaludku

Stimuluje trávicí šťávy – zlepšuje celkové trávení

Zmírňuje křeče – relaxuje hladké svalstvo střev

Tip: Šálek zázvorového čaje před jídlem nastartuje trávení!

2. Posílení imunity 🛡️

Antibakteriální účinky – bojuje proti patogenním bakteriím

Antivirové vlastnosti – pomáhá organismu bránit se virům

Protiplísňové působení – preventivní ochrana

Podpora bílých krvinek – aktivuje imunitní systém

Tip: V období nachlazení pijte zázvorový čaj 2-3x denně!

3. Přirozené protizánětlivé působení 🔥

Zmírňuje bolesti kloubů – pomáhá při artritidě a revmatismu

Ulevuje od svalových bolestí – ideální pro sportovce

Snižuje menstruační bolesti – přirozeně a účinně

Redukuje chronické záněty – preventivní působení

4. Ochrana srdce a cév ❤️

Snižuje krevní tlak – podporuje zdravý oběh

Zlepšuje cholesterol – snižuje "špatný" LDL cholesterol

Podporuje prokrvení – prohřívá a zlepšuje cirkulaci

Antioxidační ochrana – chrání cévy před poškozením

5. Regulace cukru a podpora hubnutí ⚖️

Zlepšuje citlivost na inzulin – pomáhá regulovat glykémii

Podporuje metabolismus – zrychluje spalování

Snižuje chuť k jídlu – přirozený regulátor apetitu

Termogenní efekt – zahřívá a zvyšuje výdej energie

6. Podpora při nachlazení a chřipce 🤧

Zmírňuje kašel – uvolňuje hleny

Prohřívá organismus – ideální při zimomřivosti

Ulevuje od bolesti v krku – antibakteriální efekt

Uvolňuje dýchací cesty – usnadňuje dýchání

Vědecky prokázané účinky

Studie ukazují, že pravidelná konzumace zázvoru:

Snižuje záněty v těle až o 25%

Zmírňuje svalové bolesti po cvičení o 25%

Snižuje menstruační bolesti srovnatelně s léky jako ibuprofen

Může snížit hladinu cukru v krvi nalačno až o 12%



5. JAK POUŽÍVAT ZÁZVOROVÝ PRÁŠEK

Doporučené dávkování:

Účel	Dávka	Frekvence
Preventivní užití	½ - 1 čajová lžička	1-2x denně
Podpora imunity	1 čajová lžička	2-3x denně
Při nachlazení	1-2 čajové lžičky	3x denně
Do jídel (koření)	Podle chuti	Dle potřeby

Základní způsoby použití:

🍵 Zázvorový čaj

1 čajová lžička na šálek horké vody

Nechte 5-10 minut louhovat

Přidejte med a citron

🥤 Do nápojů

Smoothies, šťávy, teplé mléko

Golden Milk, kurkumové latte

Detoxní voda

🍲 Do jídel

Polévky, omáčky, kari

Pečivo, sladké dezerty

Marinády na maso

🌈 Jako doplněk stravy

Smíchejte s medem

Přidejte do kaší a müsli

Zapijte vodou



6. RECEPTY PRO KAŽDODENNÍ POUŽITÍ 🍳

🍵 KLASICKÝ ZÁZVOROVÝ ČAJ S MEDEM A CITRÓNEM

Nejlepší přítel vašeho imunitního systému

Ingredience:

1 čajová lžička Zázvoru BIO, prášek

250 ml vroucí vody

1 lžíce medu

½ citronu

Volitelně: špetka cayenského pepře

Postup:

Nasypte zázvorový prášek do hrnku

Zalijte vroucí vodou a zamíchejte

Nechte 5-10 minut louhovat

Přidejte šťávu z půl citronu

Osladte medem (až po vychladnutí na max. 40°C)

Pro extra sílu přidejte štipku cayennu

Tip: Pijte ráno nalačno pro nastartování metabolismu!

GOLDEN MILK (ZLATÉ MLÉKO)

Ájurvédský elixír krásy a zdraví

Ingredience:

1 čajová lžička Zázvoru BIO, prášek

1 čajová lžička kurkumy

½ čajové lžičky skořice

Špetka černého pepře

300 ml rostlinného mléka (kokosové, mandlové)

1 lžička medu nebo javorového sirupu

½ lžičky kokosového oleje

Postup:

Zahřejte mléko v kastrůlku (nevařte)

Přidejte všechny koření a zamíchejte

Šlehejte do pěny (můžete použít napěňovač)

Přidejte kokosový olej

Osladte podle chuti

Posypte skořicí

Účinky: Protizánětlivé, zklidňující, podporuje spánek a regeneraci.

Tip: Pijte večer před spaním!

DETOXNÍ ZÁZVOROVÁ VODA

Ranní rituál pro očistu organismu

Ingredience:

½ čajové lžičky Zázvoru BIO, prášek

500 ml vlažné vody

Šťáva z 1 citronu

1 lžička medu

Pár lístků čerstvé máty

Postup:

Smíchejte zázvorový prášek s trochou teplé vody

Přidejte zbytek vlažné vody

Vmíchejte citronovou šťávu a med

Ozdobte mátou

Pijte nalačno

Účinky: Nastartuje metabolismus, detoxikuje, alkalizuje organismus.



ZÁZVOROVÉ SUŠENKY

Zdravá svačinka plná energie

Ingredience:

2 šálky ovesných vloček

1 šálek celozrnné mouky

2 čajové lžičky Zázvoru BIO, prášek

1 čajová lžička skořice

½ čajové lžičky jedlé sody

⅓ šálku kokosového oleje

½ šálku medu nebo javorového sirupu

1 vejce

1 lžička vanilkového extraktu

Postup:

Smíchejte suché ingredience

Rozpusťte kokosový olej s medem

Přidejte vejce a vanilku

Spojte mokré a suché ingredience

Formujte placičky a položte na plech

Pečte 12-15 minut na 180°C

Tip: Skvělé k čaji nebo jako svačinka do práce!

 ASIJSKÁ ZÁZVOROVÁ POLÉVKA S KUŘECÍM

Zahřeje, nasytí a podpoří imunitu

Ingredience:

2 čajové lžičky Zázvoru BIO, prášek

500 g kuřecích prsou (nakrájených)

1 litr kuřecího vývaru

2 stroužky česneku

1 mrkev (nakrájená na nudličky)

100 g shitake hub

2 lžíce sójové omáčky

1 lžíce rýžového octa

Jarní cibulka, koriandr

Rýžové nudle

Postup:

Osmažte česnek a přidejte zázvorový prášek

Vlijte vývar a přiveďte k varu

Přidejte kuřecí maso a vařte 10 minut

Přidejte mrkev a houby, vařte 5 minut

Ochuťte sójovou omáčkou a octem

Přidejte uvařené nudle

Ozdobte jarní cibulkou a koriandrem

Účinky: Imunitně posilující, zahřívá, sytí.

ZÁZVOROVÉ SMOOTHIE NA HUBNUTÍ

Metabolismus v turbo režimu

Ingredience:

1 čajová lžička Zázvoru BIO, prášek

1 zelené jablko

½ okurky

Hrst špenátu

½ citronu (šťáva)

1 cm čerstvého zázvoru (volitelně)

200 ml vody nebo kokosové vody

Led

Postup:

Všechny ingredience vložte do mixéru

Mixujte do hladka

Přidejte led

Pijte čerstvě připravené

Účinky: Podporuje hubnutí, detoxikuje, dodává energii.

Tip: Ideální jako snídaně nebo svačina!

ZÁZVOROVÁ MARINÁRA NA MASO

Pro dokonale křehké a aromatické maso

Ingredience:

2 čajové lžičky Zázvoru BIO, prášek

3 lžíce olivového oleje

2 lžíce sójové omáčky

2 lžíce medu

2 stroužky česneku (prolisované)

Šťáva z 1 limetky

Černý pepř

Postup:

Smíchejte všechny ingredience

Maso obalte marinádou

Nechte odpočinout 2-4 hodiny (ideálně přes noc)

Grilujte nebo pečte

Hodí se na: kuře, vepřové, losos, tofu

ENERGY BALLS SE ZÁZVOREM

Zdravá bomba energie do kapsy

Ingredience:

1 šálek datlí (bez pecek)

1 šálek ořechů (mandle, kešu)

2 lžíce Zázvoru BIO, prášek

2 lžíce kakaa

1 lžíce chia semínek

2 lžíce kokosového oleje

Kokosová moučka na obalení

Postup:

Rozmixujte datle a ořechy

Přidejte zázvor, kakao, chia a kokosový olej

Mixujte do spojení

Formujte kuličky

Obalte v kokosové moučce

Uchovávejte v lednici

Tip: Perfektní svačinka před nebo po cvičení!

7. NEJČASTĚJŠÍ OTÁZKY ?

Je zázvorový prášek stejně účinný jako čerstvý zázvor?

Ano! Zázvorový prášek Bewit BIO je vyroben šetrným sušením a mletím, které zachovává účinné látky včetně gingerolu. Výhodou prášku je dlouhá trvanlivost, snadné dávkování a možnost použití kdykoliv.

Mohou těhotné ženy užívat zázvor?

Zázvor v malých množstvích (do 1 g denně) je obecně bezpečný a pomáhá při těhotenské nevolnosti. Před užíváním vyšších dávek se poraďte s lékařem.

Může zázvor interagovat s léky?

Zázvor může zesílit účinek antikoagulancií (léky na ředění krve). Pokud užíváte léky, poraďte se s lékařem před pravidelným užíváním vyšších dávek.

Kolik zázvoru mohu denně konzumovat?

Bezpečné množství je 2-4 g sušeného zázvoru denně (cca 1-2 čajové lžičky). Začněte menší dávkou a sledujte reakci organismu.

Může zázvor způsobit vedlejší účinky?

Při nadměrné konzumaci může způsobit pálení žáhy, podráždění žaludku nebo průjem. Vždy je lepší začít menší dávkou.

Je Zázvor BIO prášek vhodný pro děti?

Ano, v přiměřených množstvích (1/4 - 1/2 čajové lžičky denně pro děti nad 2 roky). Vždy začněte velmi malou dávkou.

Jak dlouho vydrží zázvorový prášek?

Při správném skladování v suchu a temnu vydrží minimálně 1-2 roky.

Pomůže zázvor při hubnutí?

Zázvor podporuje metabolismus, reguluje cukr v krvi a snižuje chuť k jídlu. Je skvělým pomocníkem při hubnutí, ale není zázračným řešením – důležitá je zdravá strava a pohyb.

8. ZÁVĚR: ZAČNĚTE SVOU PROMĚNU JIŽ DNES 🌞

Gratulujeme! Právě jste objevili jeden z nejúčinnějších přírodních pomocníků pro vaše zdraví. **Zázvor BIO, prášek od Bewit** není jen dalším produktem – je to investice do vašeho dlouhodobého zdraví a vitality.

Co vám Zázvor BIO přinese?

- ✓ **Silnější imunitu** – méně nemocí, více energie
- ✓ **Lepší trávení** – bez nadýmání a nevolnosti
- ✓ **Přirozenou detoxikaci** – čistší organismus
- ✓ **Podporu hubnutí** – rychlejší metabolismus
- ✓ **Zmírnění bolesti** – bez chemických léků
- ✓ **Ochrana srdce** – zdravější budoucnost
- ✓ **Více chuti do života** – díky lepšímu zdraví

Váš akční plán na příštích 30 dní:

Týden 1-2: Začněte s ranním zázvorovým čajem (½ lžičky)

Týden 3-4: Přidejte večerní Golden Milk

Celý měsíc: Experimentujte s recepty z tohoto e-booku

Proč právě Bewit?

Protože si zasloužíte to nejlepší. Bewit vám garantuje:

🌿 **100% BIO kvalitu** – bez kompromisů

♥ **Etický přístup** – respekt k přírodě i lidem

 **Vědecký základ** – účinnost potvrzená studiemi

 **Péči o zákazníky** – jsme tu pro vás

Připraveni na změnu?

Vaše tělo vám poděkuje. Vaše zdraví se zlepší. Vaše energie vzroste.

Začněte dnes.

KONTAKT

Pro více informací, objednávku nebo osobní poradenství navštivte:

<https://bewit.love/produkt/bewit-zazvor-prasek?i=MiroslavTumpach>

BONUS: Tahák k vytisknutí

Rychlý průvodce používáním zázvoru:

-  **Ráno:** Zázvorový čaj s citrónem a medem
-  **Dopoledne:** Energy balls se zázvorem
-  **Oběd:** Zázvorová marinára na maso
-  **Odpoledne:** Zázvorové smoothie
-  **Večer:** Golden Milk pro klidný spánek

Dávkování:

-  Prevence: ½ - 1 lžička denně
-  Při nemoci: 1-2 lžičky 3x denně
-  Do jídel: Podle chuti

Tento e-book je pouze informativní a nenahrazuje radu lékaře. Při zdravotních problémech vždy konzultujte odborníka.

UPOZORNĚNÍ A PRÁVNÍ OMEZENÍ (PRÁVNÍ DISCLAIMER) Tento dokument („Materiál“) není oficiálním dokumentem společnosti BEWIT Natural Medicine s.r.o. („BEWIT“). Nevznikl na její objednávku ani nepředstavuje vyjádření jejích odborných, obchodních či marketingových stanovisek. BEWIT není autorem, poskytovatelem, editorem ani kontrolorem tohoto Materiálu a neodpovídá za jeho obsah, interpretaci ani užití. Materiál má výhradně informativní, studijní a edukativní charakter. Informace v něm obsažené nesmí být považovány za zdravotní službu, zdravotní doporučení, lékařskou radu, diagnostiku, léčbu, prevenci, terapeutický postup ani jiný

zásah do zdraví. Nejedná se o zdravotnický prostředek, odborný návod, klinické doporučení ani o podklad pro rozhodování o zdravotním stavu osoby. Uvedené informace nebyly ověřeny ani posouzeny žádným státním, regulačním či odborným orgánem, včetně SÚKL, EFSA, FDA nebo obdobných institucí. Materiál nesplňuje legislativní náležitosti zdravotních ani výživových tvrzení dle platných právních předpisů Evropské unie a není určen k jejich naplňování, obcházení ani nahrazování. Používání esenciálních olejů, aromaterapeutických směsí a jiných látek uvedených v tomto Materiálu je zcela na odpovědnosti čtenáře. Autor Materiálu ani BEWIT nenesou odpovědnost za jakékoli přímé či nepřímé újmy, škody, zdravotní komplikace, nesprávné použití látek, nevhodnou interpretaci informací ani za následky rozhodnutí čtenáře učiněná na základě tohoto Materiálu. Materiál není určen k tomu, aby sloužil jako podklad pro ukončení, změnu či nahrazení lékařské péče, posuzování zdravotního stavu, samoléčbu, úpravy medikace, terapeutické intervence, jakékoliv zdravotní rozhodování, nebo používání produktů způsobem odporujícím jejich oficiálnímu určení či návodu k použití.