

Wir tun alles für Ihre Gesundheit...

Wer sind wir?

Die Bäckerei Braunshausen sorgt seit 36 Jahren mit besten Rohstoffen aus der Region und traditioneller Backkultur für ihr Wohlbefinden.

Was tun wir?

Wir backen für Sie bekömmliche Backwaren mit hohem gesundheitsförderndem Wert.

Unser neues Produkt: Traubenkernbrot

Warum Traubenkern?

Traubenkerne haben einen hohen Anteil an starken und lang wirksamen Antioxidantien. Der in ihnen enthaltene Schutzstoff OPC (Oligomere Procyanidine) schützt unsere Zellen, in dem er freie Radikale neutralisieren kann. Die antioxidative Wirkung von OPC ist um ein vielfaches höher als bei Vitamin C und Vitamin E. Traubenkernmehl hat zudem einen hohen Ballaststoffanteil. Mit dem Genuss dieses Brotes, leisten Sie einen weiteren Beitrag zu einem vitalen Leben.

Wo sind wir?

Bäckerei Braunshausen

Rheinstraße 23, 54292 Trier-Ruwer

Brückenstraße 89, 54338 Schweich

Trierer Straße 7, 54320 Waldrach



Basiswissen

Antioxidantien : Chemische Verbindungen, die eine große physiologische Bedeutung als Radikalfänger haben. Sie können im Körper den sog. Oxidativen Stress verhindern.

Oxidativer Stress gilt als Auslöser für zahlreiche Krankheiten (z.B. Herz-Kreislauf Erkrankungen, Allergien, Alzheimer) und ist mitverantwortlich für den Alterungsprozess.

Freie Radikale: Aggressive Atome/Moleküle die durch „Elektronen-diebstahl“ z.B. Obst faulen oder Butter ranzig werden lassen. Sie können beim Menschen Oxidativen Stress auslösen und intakte Körperzellen zerstören. Freie Radikale entstehen u.a. durch Chemie in Nahrungsmitteln, Zigarettenrauch und hohe Dauerbelastung bei körperlichem oder seelischem Stress.

OPC: Eine Substanz, die in natürlicher Form hauptsächlich in Traubenkernen vorkommt. Sie schützt als Antioxidanz unsere körpereigenen Zellen. Die Schutzwirkung von OPC ist bspw. 18 x stärker als die von Vitamin C. OPC ist weitgehend hitzestabil, weshalb es beim Backen nicht an gesundheitlichem Wert verliert.

ORAC Einheiten: ORAC ist die Abkürzung für ein Messverfahren, bei dem die Wirkung von Antioxidantien, also auch von OPC, nachgewiesen werden kann. Je mehr ORAC Einheiten ein Lebensmittel hat, desto größer ist seine antioxidative Fähigkeit.

Der Tagesbedarf an ORAC Einheiten liegt bei 5.000-7.000.

Zum Vergleich:

100 g Orangen	1.819 ORAC Einheiten
100 g getrocknete Aroniabeeren	22.824 ORAC Einheiten
100 g Traubenkernmehl	100.000 ORAC Einheiten

Um den Tagesbedarf zu decken, reicht ein Teelöffel Traubenkernmehl pro Tag.