

**mct-basis-plus –
wenn Sie Fette und Öle nicht vertragen!**

Wertvolle Öle und Fette sind für unsere gesunde Ernährung unverzichtbar. Sie liefern Energie, versorgen den Organismus mit essentiellen Fettsäuren, Vitaminen und unterstützen die Aufnahme von Mineralstoffen und Spurenelementen.



Vitamine

Wie wichtig sie sind, erfährt man oft erst dann, wenn man Fette und Öle nicht mehr verträgt. Ist die Aufnahme von Fetten gestört, fehlt dem Körper wichtige Energie und es kommt oft zu einer Unterversorgung an Vitaminen (A, D, E, K, B12 und Folsäure), sowie an Mineralstoffen (Kalzium, Eisen).

Diese Fettunverträglichkeit kann vielfältige Gründe haben – z. B. eine altersbedingte Minderproduktion an Verdauungsenzymen- und säften, entzündliche Erkrankungen der Verdauungsorgane, Gallensteine, Krebs und Zöliakie. Hier ist es besonders wichtig, nun die richtigen Fette und Öl zu verwenden, die vom Organismus sofort und sehr einfach verdaut werden können – mittelkettige Fette (mct).



mct-basis-plus:*

- ✓ mct – Fette
- ✓ Enthält essentielle (lebensnotwendige) Omega 3 + 6 Fettsäuren aus Lein- und Distelöl
- ✓ Keine Transfettsäuren
- ✓ Glutenfrei
- ✓ Enthält wichtige Vitamine
- ✓ Öl zum Braten bis 150°C
- ✓ Margarine zum Backen bis 200°C
- ✓ Laktosefrei
- ✓ Natriumarm
- ✓ Hervorragender Geschmack



mct-basis-plus
Diät-Schoko-
Streichcreme

mct-basis-plus
Delikatess
Brottaufstrich

mct-basis-plus
Diätspeiseöl

mct-basis-plus
Diätmargarine

* Verzehrempfehlung: Am Anfang (zur Gewöhnung) sollten Erwachsene die Tagesmenge innerhalb einer Woche von 20 g auf 60 - 80 g, Kinder von 10 g auf ca. 40 g steigern. Der Verzehr anderer fetthaltiger Lebensmittel sollte eingeschränkt werden.

**Hähnchenbrustfilet auf
Zuckerschoten**



Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Hähnchenbrustfilets
- 250 g Zuckerschoten
- 1 gelbe Paprika
- 100 g Basmatireis
- 20 g frischen Ingwer
- 1-2 TL Hühner- oder Gemüsebrühe
- 2 EL mct-basis-plus feines Speiseöl
- Salz, Paprikapulver

1. Die Hähnchenbrustfilets unter klarem Wasser abwaschen und trockentupfen. Mit Salz und Paprikapulver würzen und in 2 EL Speiseöl auf beiden Seiten knusprig anbraten. Aus der Pfanne herausnehmen und nun den kleingewürfelten Ingwer darin leicht anrösten. Mit 1/8 Liter Wasser ablöschen und je nach Geschmack mit körniger Brühe abschmecken. Die Hähnchenbrust wieder dazugeben und noch ca. 10 Minuten bei geschlossenem Deckel und mittlerer Hitze fertigkochen.

2. Den Basmatireis in ausreichend Wasser kochen, in einem Sieb abtropfen lassen und im Topf warm halten. Vorsicht: Basmatireis benötigt meist weniger Kochzeit als ein gewöhnlicher Langkornreis.

3. Die Zuckerschoten waschen. Die Paprika in feine Streifen schneiden und alles zusammen in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren, abgießen und zurück in den noch heißen Topf geben. Bei Belieben in 1 EL mct-basis-plus Margarine schwenken.

4. Den Reis in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Tasse geben und mittig auf einen Teller stürzen. Den Reishügel mit Zuckerschoten und aufgeschnittener Hähnchenbrust abwechselnd umlegen. Zum Schluss etwas von der Ingwersoße darüberträufeln.

Fordern Sie jetzt Informationen für sich und/oder Ihren Arzt an:

Name

Straße

PLZ

Ort

- Infomaterial und Prospekte
- Fachbroschüre für Ärzte und Fachberater
- Kostenloses Rezeptheftchen mit leckeren Schlemmergerichten
- Bestellvordrucke

Bitte ausschneiden und im Briefumschlag einsenden an:



Dr. Schär Deutschland GmbH
Simmerweg 12
D-35085 Ebsdorfergrund

* Für 0,14 € pro Minute aus dem deutschen Festnetz. Mobilfunktarife können abweichen.

Dr. Schär Deutschland GmbH, Simmerweg 12, D-35085 Ebsdorfergrund · Info- und Bestellhotline: 0180- 55 44 041* · www.basis-mct.com

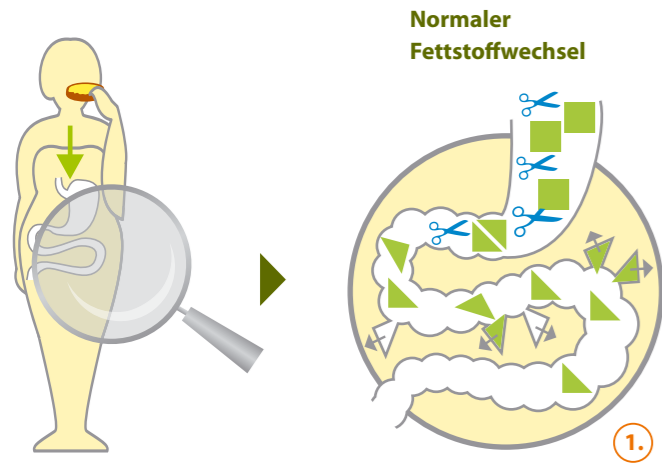
Bitte ausschneiden und im Briefumschlag einsenden.



*Vertragen Sie kein Fett?
Dafür haben wir die Lösung.
Genießen. Schlemmen. Leben.
Mit dem besseren Fett!*



www.basis-mct.com



Normaler Fettstoffwechsel

1.

Die Fettverdauung:

Nahrungsfette können aus mittel- oder langkettigen Fettsäuren bestehen. Mittelkettige Fettsäuren (mct) kommen ausschließlich in Kokos- und Palmkernfett in kleinen Mengen vor, langkettige Fettsäuren (lct) finden wir hingegen in allen anderen bekannten Speisefetten und Ölen.

- Die langkettigen Fettsäuren müssen nach dem Verzehr im Dünndarm mit Hilfe von Lipase aus der Bauchspeicheldrüse und Gallensäuren aus der Leber aufgespaltet und emulgiert werden. Nur dann können sie die Darmschleimhaut passieren und werden über die Lymphe und die Blutbahn in den Organismus geschleust.



Kokosnuss

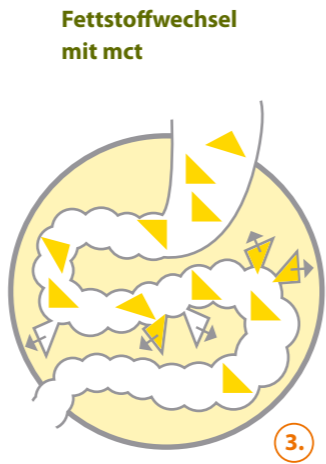


Fettstoffwechselstörung

2.

- Sind aufgrund einer Fettstoffwechselstörung z. B. zu wenig Lipase / Galle vorhanden, können die langkettigen Fettsäuren vom Körper nicht verwertet werden.

- Mittelkettige Fettsäuren hingegen, die sehr aufwendig aus Kokos- und Palmkernfett gewonnen werden, benötigen wesentlich weniger Verdauungsaufwand. Sie werden vom Körper innerhalb weniger Minuten aufgenommen, ohne vorherige Spaltung oder Emulgierung und ohne den Umweg über die Lymphe. Sie gehen direkt über das Pfortaderblut in die Leber und werden hier zur Energiegewinnung „verbrannt“. Damit besitzen sie deutliche Vorteile in der Verdauung und Aufnahme gegenüber langkettigen Fettsäuren. Sie werden zudem nicht im Fettgewebe gespeichert.



Fettstoffwechsel mit mct

3.

Das PLUS als Innovation

In der Regel kommt es dann, wenn langkettige Fette nicht vertragen werden (Maldigestion und Malabsorption von Speisefetten), zu einer Unterversorgung an fettlöslichen Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

Ernährungswissenschaftler haben bei ihren Forschungen und Studien jedoch erkannt, dass die Kombination aus mittelkettigen Fetten (mct) und einem kleinen Anteil essentieller, langkettiger Fettsäuren auch für Menschen, die normale, langkettige Speisefette eigentlich nicht mehr oder nicht mehr gut vertragen, sehr gut verträglich ist. Die mct – Fette schleusen sozusagen die langkettigen mit ein. In der Kombination mit mct – Fetten wird also meist ein gewisser Anteil langkettiger Fettsäuren vertragen.

mct-basis-plus

Über die Zugabe von wertvollem Lein- und Distelöl (lct) enthalten die mct-basis-plus Produkte die lebensnotwendigen Fettsäuren (Omega 3 + 6) bereits.

Auch die wichtigsten Vitamine wurden gleich mit reingepackt! Die Aufnahme von Mineralstoffen und Spurenelementen wird mit den mct-basis-plus Fetten ebenfalls erleichtert. **Damit eignen sich die Produkte für den dauerhaften Genuss.**



Leinsamen



Distel



Warum sind langkettige Fettsäuren in Kombination mit mct so wichtig?

Nur über langkettige Fettsäuren (lct) kann der Organismus auch fettlösliche Vitamine aufnehmen! Bei reinen mct – Produkten (ceres-mct) müssen – bei längerer Verwendung – Vitamine anderweitig zugeführt werden, z.B. über Kapseln.

Aus langkettigen Fettsäuren bildet der Körper zudem körpereigene Abwehrstoffe (Immunglobuline) und bestimmte Prostaglandine (Gewebshormone). Diese sind Vorstufen von Bausteinen, die der Organismus bei Entzündungen, z.B. des Magen-Darmtraktes, dringend braucht. Sie begünstigen beispielsweise auch die Bildung von neuen Zellmembranen.

Zusätzlich sind unsere leckeren mct-basis-plus-Produkte durch die Kombination von mittel- und langkettigen Fettsäuren (Verhältnis 85:15) sehr gut erhitzbar (Öl bis 150°C, Margarine bis 200°C). Dadurch lassen sich mit unseren Produkten fantastische Schlemmergerichte für die ganze Familie zaubern. Leckere Rezeptideen finden Sie z. B. auf unserer Homepage: www.basis-mct.com.



Palmkern

Wann sollten mct – Fette verwendet werden?

Generell dann, wenn herkömmliche Fette nicht oder nur noch teilweise vertragen werden. Dies äußert sich meist durch Oberbauchbeschwerden, starke Blähungen, Übelkeit und Fettstühle.

Fettunverträglichkeit kann auftreten bei:

- ✓ Altersbedingte Minderproduktion an Verdauungssäften und Verdauungsenzymen
- ✓ Zöliakie
- ✓ Gallensteine
- ✓ Pankreatitis, Pankreasinsuffizienz
- ✓ Operative Entfernung der Bauchspeicheldrüse, des Magens oder von Teilen des Dünndarms
- ✓ Morbus Crohn
- ✓ Lympherkkrankungen (hier empfehlen wir unser ceres – mct)
- ✓ Mukoviszidose (zystische Fibrose)
- ✓ Krebserkrankungen