GABA te, 250g

Art nr. 313, Honey lemon

**GABA balanserar överproduktion av N-metyl D-aspartat (NMDA), minskar produktion av neurotoxiner och kan därmed lindra muskelsmärta och sömnbesvär.**

Enligt forskning har GABA inga toxiska effekter och har visat sig lindra oro, ångest och stressymtom. GABA bidrar till en bättre sömn vilket hjälper oss att prestera maximalt både fysiskt och psykiskt. När vi sover aktiveras kroppens immunsystem och viktiga hormoner bildas. Att sova tillräckligt kan minska risken för sjukdomar som förhöjda blodfetter, hjärt-kärlsjukdom, diabetes typ 2, depression och utmattningssyndrom.

**Teanin** ökar bildningen av GABA och verkar även mycket positivt för immunförsvaret. Klinisk forskning visar att teanin skapar välmående, lugn och avslappning då det ökar våra våra nivåer av dopamin och serotonin.

**Kamomill och Ashwaganda** bidrar till en lugnande effekt samtidigt som dem påverkar stresshormonet kortisol. Magnesium hjälper likt GABA till att reglera nervfunktion samt förhöja effekten hos B3 (niacinamid). Magnesium används med fördel som en synergist till GABA för att uppnå bästa effekt.

NETTOVIKT

200g (ca 40 serveringar)

**DOSERINGSSTORLEK**

1 skopa (5g)

DOSERING

1 skopa (5g) dagligen blandas i 2-3 dl vatten eller i din smoothie. Drickes förslagsvis på morgonen.
**Serveringsförslag (varmt te):** Lägg 5 g pulver i en tekopp, slå över varmt vatten och avnjut som kvällsdryck innan sänggående.
**Serveringsförslag (is te):** Fyll ett glas med vatten och iskuber, rör därefter ner 5 g pulver och drick som en fräsch kvällsdryck innan sänggående.

**INGREDIENSER**Klumpförebyggande medel (isomaltos, kiseldioxid), färgämne (sockerkulör), surhetsreglerande medel (citronsyra), smakämnen, sötningsmedel (sukralos)

**Näringsinnehåll:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Näringsinnehåll** | **Per servering (5g)** |
| Energi | 17 kcal |
| Protein | 0 g |
| Kolhydrater | 2 g |
| Fett | 0 g |

|  |  |
| --- | --- |
| **Innehåll** | **Per servering (5g)** |
| GABA | 500 mg |
| L-teanin | 400 mg |
| Ashwaganda | 400 mg |
| Kamomill | 400 mg |
| Yerba Mate | 200 mg |
| Magnesium | 160 mg\*43% RDI |

*\*RDI: Rekommenderat dagligt intag (RDA RL 2008/100/EU)*

ÖVRIGT

Lämplig för vegetarianer och veganer. Innehåller sötningsmedel.

FÖRVARING

Torrt, svalt, väl förslutet och oåtkomligt för barn.

**ALLERGENER**
Produkten kan innehålla spår av gluten.

KOSTTILLSKOTT

Rekommenderad dagsdos ska ej överskridas. Bör inte användas som alternativ till en varierad kost. Förvaras utom räckhåll för barn.

KVALITETSGARANTI

Producerad i Sverige enligt rådande EU-normer.