

# Esimene aluseline vesi

**Eestis tuli müügile esimene tugevalt aluseline (pH 9,1) looduslik mineraalvesi Devin, mis pärineb Bulgaariast Rodope mägede südamest.**

Maapinnale jõuab mineraalidega rikastunud vesi Bulgaarias Rodope mägedes asuvas Devini külas 700 meetri sügavusel temperatuuril 44 °C. Nii soojalt villitakse mineraalvesi koha peal ka pudelitesse, kuid juua soovitatakse seda ikkagi toasoojana.

Milles seisneb aluselise vee tervislikkus? Mineraalidega rikastunud aluseline vesi aitab taastada organismi pH-tasakaalu, neutraliseerida kehas kahjulikke happelisi jääkaineid ning taastada inimesel stressirikast tööpäevast või üle piiri läinud peost.

Inimese keha pH ideaalne tase on 7,35, mis on kergelt aluseline. Iga selle väiksemgi kõikumine hakkab organismi mõjutama.

Organismi ülehappelisust põhjustavad näiteks magusaga liialdami-

ne, kohvi ja alkoholi tarbimine, samuti suitsetamine, stress, magamatus, vähene liikumine jms, mis omakorda loovad soodsa pinnase haiguste tekkeks.

Tugevalt aluseline mineraalvesi aitab aga taastada organismi pH-tasakaalu, neutraliseerida kahjulikke happelisi jääkaineid

Arvatakse, et inimese organismile on kasulik, kui juua päevas umbes 1 liiter vett 30 kg kehakaalu kohta ehk kaks-kolm liitrit vett päevas.

Tänapäeval kipub enamik inimesi jõulude ja aastavahetuse ajal oma organismi koormama liigsöömisega – rasvased põhiroad, suhkrurohked magustoidud koos glögi ja õllega.

Liikumist on vähe, ollakse rohkem tubased ja seetõttu on ainevahetuse happeliste jääkide tulp kehas eriti kõrge.

Sellise perioodi ajal ja järel on aluselise vee tarbimine hea enesetunde taastamiseks hindamatu.



TT

## Parim nipp pidulaua katmiseks on valida Rannarootsi hõrgutised.

[www.rannarootsi.ee](http://www.rannarootsi.ee)



Proovi ka: Jägerlandi peekonipraad • Pehme ahjuribi • Rannarahva kartulivorst sealihaga • Rannarahva ahjuvorstid