

Spirulina – eine wertvolle Nahrungsergänzung

- Spirulina ist ein mehrzelliger autotropher Mikroorganismus und gehört zu den Cyanobakterien. Spirulina besitzt Chlorophyll, das ihr eine grün-bläuliche Farbe verleiht. Da ihre Proteine alle essenziellen Aminosäuren sowie viele Vitamine und Mineralstoffe enthalten, wird sie als Nahrungsergänzung verwendet.
- Ihr natürlicher Lebensraum sind stark alkalische Salzseen (pH 9 bis 11) in Mittelamerika, Südostasien, Afrika und Australien. Heute wird Spirulina in Kulturen gezüchtet und kommt in Form von Tabletten oder Pulver unter der Bezeichnung „Mikroalge“ als Nahrungsergänzungsmittel in den Handel.

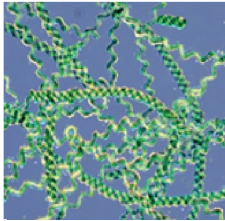


Abb. 1: Die Blaualge Spirulina (Cyanobakterium)



Abb. 2: Spirulina in Tablettenform

NAWI AKTIV ONLINE: SPIRULINA ALS SUPERFOOD?



- Recherchiert weitere Fakten über Spirulina als Nahrungsergänzungsmittel.
- Diskutiert über die Sinnhaftigkeit von Spirulina als Nahrungsergänzungsmittel.