

Papayakerne (Papayasamen) getrocknet, natur - 50g

Papayakerne, Papaya Samen – schonend getrocknet – 100% Natur

Papayakerne, auch Papayasamen genannt, werden in Handarbeit aus der Papayafrucht (*Carica papaya*) gewonnen und dann schonend getrocknet. Die Herstellung / Gewinnung der Papayakerne ist mühsam und aufwändig. **Papayasamen sind sehr leicht. 50 g getrocknete Kerne sind die Ausbeute aus ca. 20 kg frischen Papayafrüchten.** Die Kerne werden in reiner Handarbeit aus der exotischen Frucht entfernt, von anhaftendem Frucht-Fleisch befreit, sorgfältig gereinigt und anschließend schonend bei 50 °C getrocknet. Wichtig ist ein gleichmäßiger Trocknungsprozess der Papaya-Kerne, damit kein Schimmel entsteht.

Vorteile der Papayakerne auf einen Blick

- 100 % naturbelassen
- in Handarbeit hergestellt
- Papaya-Kerne sind reich an pflanzlichen Mikronährstoffen

Enzymreiche Papayakerne kaufen: Warum sie so wichtig sind

Die kleinen festen Körnchen sind reich an Ballaststoffen und den eiweiß- und fettspaltenden Enzymen Papain und Carpain. Papain bildet aus den Nahrungseiweißen die essentielle Aminosäure Arginin. Diese ist wichtig für Zellerneuerung und Regeneration unserer Organe. Das Enzym Carpain steuert den Cholesterinspiegel und wirkt sich senkend auf die Blutfettwerte aus. Auch interessant ist, dass die Papayakerne basisch verstoffwechselt werden und so "saure" Nahrungsmittel ausgleichen können.

Was passiert eigentlich, wenn Eiweiße nicht vollständig abgebaut werden, die wir mit der Nahrung täglich aufnehmen?

Wenn Eiweiße nicht richtig verwertet werden, gelangen sie unverdaut in den Darm und können hier vielfältige Probleme auslösen. Die Darmflora kommt aus dem Gleichgewicht und die Immunkraft wird beeinträchtigt. Zudem kann es zu weiteren Beschwerden wie Blähungen, Magen-Darmproblemen etc. kommen. Fettspaltende Enzyme der Papaya werden daher sehr geschätzt, um all die Eiweiße aus der Ernährung optimal verwerten zu können, sodass sie ihren Zweck erfüllen.

Verwendung der Papayasamen als Gewürz oder pur

- Papayakerne können Sie gut als Pfefferersatz verwenden. Frisch vermahlen entfalten sie am besten ihr pfeffrig scharfes Aroma. Auch verschiedene andere Verwendungsmöglichkeiten werden in der Literatur genannt, so auch in dem Buch von Barbara Simonsohn, hier im Shop erhältlich.
- Möchte man die Papayakerne zu einem bestimmten Zweck einnehmen, sollten 2-3 mal täglich etwa 6 Papayakerne nach dem Essen gekaut werden. Eine positive Begleiterscheinung dabei ist, dass Mundgeruch verschwinden kann.
- Papayasamen können darüber hinaus gemahlen in Smoothies oder Säften eingesetzt werden.

Papaya-Kerne in der alternativen Tier-Therapie

Als Wurmkur oder auch bei Parasitenbefall haben sich Papayakerne bei Tieren bewährt. Laut einer Studie von 2005 schafften die Papayasamen eine Entwurmung bei ca. 90 % der Schweine. Sowohl akut als auch zur Vorbeugung sollen die Papayakerne in der Tiertherapie helfen. Vermutet wird neben einer Wirkung bei Parasiten auch eine Abhilfe bei bakteriellen Infektionen. Zudem lassen Studien an Affen und Ratten darauf schließen, dass Papayakerne bei der Verhütung eingesetzt werden können. Nach 3-monatiger Einnahme bzw. Verabreichung der Papayakerne war die Unfruchtbarkeit der Tiere erreicht. Diese kommt nach dem Absetzen der Papaya Kern Kur nach einiger Zeit wieder zurück.

Botanische Informationen zu Papayas

Die Papayapflanze wächst baumartig, gehört aber nicht zu den Bäumen. Botanisch gesehen gehört sie zu den Melonenbaumgewächsen und erreicht eine maximale Wuchshöhe von 10 m. Die Früchte ähneln Mangos, sind aber länglicher und etwas ovaler. Papayas, oder auch gerne Baummelonde genannt, werden ca. 40 cm lang und erreichen einen Durchmesser von bis zu 30 cm. Dementsprechend können Sie auch 6 kg wiegen. **Die Kerne der Papayafrüchte enthalten das Enzym Papain, welches im Fruchtfleisch der reifen Exotik-Frucht nicht mehr vorkommt.**

Allgemeine Hinweise zu den Papayakernen

Zutaten: 100 % Papayakerne.

Lagerung: Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter.

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Papayakerne (Papayasamen) getrocknet, natur - 50g"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	375 kj
Brennwert kcal	75 kcal
Fett	43 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.5 g
Kohlenhydrate	13 g
davon Zucker	0.8 g
Ballaststoffe	4.8 g
Eiweiß	19 g
Salz	0.005 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte der Papayakerne unterliegen natürlichen Schwankungen.