



Emu hnedý – odveký obyvateľ austrálskych stepí – sa vo veľkom počte chová na farmách ako úžitkové zviera. Netreba si ho zamieňať s pštrosom africkým, ktorý neprodukuje toľko zo zdravotného hľadiska prospešnej olejovej kyseliny ako pštros austrálsky. Dozvedieť sa o tomto zázraku prírody viac stojí rozhodne za to.



# Zázrak z Austrálie

*Pštrosa austrálskeho, nazývaného emu hnedý, pozná na Slovensku čoraz viac ľudí, ktorí sa zaujímajú o zdravší spôsob stravovania a nové možnosti liečby predovšetkým kožných problémov.*

## Zdravé mäso

Emu hnedý je pomerne ťažký – v priemere váži 60-70 kg a je vysoký okolo 150-180 cm. Vzhľadom k svojim proporciám vyprodukuje pomerne veľa čistého (18 až 25 kg), výnimočne dobrého mäsa. Jeho mäso sa chuťovo podobá na hovädzinu, ale v porovnaní s ňou predstavuje zdravšiu alternatívu. Mäso emu hnedého obsahuje oveľa menej cholesterolu a tukov ako spomínaná hovädzina. Ďalej v ňom nájdeme dostatočné množstvo fosforu, draslíka, ktoré v hovädzom a bravčovom mäse alebo hydine chýbajú. Má menej kalórií ako bravčové mäso a pri hrozbe novodobých chorôb hospodárskych zvierat ako slintačka, krívačka či choroba šialených kráv je práve mäso z Emu spoľahlivou voľbou. Možno si z neho pripraviť skutočne lahodné a zdravé jedlá podľa receptúr racionálnej výživy. Vajička, ktoré samičky znášajú od novembra do konca marca, sa používajú nielen ako veľké dekoratívne kraslice, ale aj pri príprave jedál.

## Emu olej

Na našom trhu jestvuje veľa prírodných produktov, emu olej však má výhradné postavenie práve pre svoju veľmi

širokú škálu použitia. Pomáha napríklad pri probléme s popraskanými päťami, s akné, kŕčovými žilami, artritídou, ekzémoch, zmierňuje popáleniny a svoje miesto si nájde aj v kúpeľni - ako pleťové mlieko či olej po holení.

Výnimočné vlastnosti tohto oleja sa skrývajú vo vysokom obsahu kyseliny linolenovej, ktorá pomáha pri bolestiach kĺbov. V tomto podkožnom tuku sa nenachádzajú nasýtené mastné kyseliny, steroidy ani hormóny. Olej obsahuje biologicky aktívnu zlúčeninu a tzv. dlhoreťazovú mastnú kyselinu, ktorá sa vyznačuje tým, že je dlho skladovateľná. Emu olej obsahuje omega 3 mastné kyseliny, ktoré pôsobia v ľudskom organizme na syntézu prostaglandínov, teda chemických zlúčenín podobných hormónom, ktoré napomáhajú pri správnom fungovaní srdcovo-cievneho aparátu. Tieto zlúčeniny taktiež znižujú koncentráciu cholesterolu a tukov v krvi a zvyšujú hladinu prospešného HDL cholesterolu.

Emu olej tiež slúži ako prevencia pri spáleninách od slnka. Zmierňuje rôzne drobné poranenia či uštipnutia od hmyzu, pretože obsahuje kyselinu olejovú s lokálnym protizápalovým účinkom.

Emu olej nezlepuje póry a neobsahuje

fosfor, ktorý našej pokožke chýba a je naprogramovaná tak, že po aplikácii látky s obsahom fosforu sa automaticky zablokuje a nič ňou neprenikne. Po použití emu oleja pokožka reaguje opačne a umožní prienik dovnútra. Emu olej viaže aj ďalšie látky, takže má široké uplatnenie vo výrobe kozmetiky.

## Emu gél a kozmetika

Nie na všetky problémy treba hneď použiť emu olej v čistej podobe. Na trhu je k dispozícii aj Emu gél používaný na preťažené svaly pri športe, pri bolestiach chrbtice, kolien, ramien. Pri dlhom sedení v jednej polohe uvoľňuje stuhnuté svalstvo.

Na citlivú a suchú pokožku stačí použiť kozmetické výrobky s obsahom Emu oleja. V kozmetickej rade Velvet sú denné, nočné krémy, pleťové vody a pleťové mlieka. Rada Magnitudo obsahuje vitamín E, provitamín B5 s vysokou vsakovacou schopnosťou.

Emu olej a výrobky z emu oleja už svojimi vlastnosťami presvedčili mnohých a sú výzvovou pre všetkých, ktorí jeho priaznivé účinky ešte len chcú vyskúšať. Pre viac informácií navštívte stránky:

[www.emufarma.sk](http://www.emufarma.sk)  
[www.emuoil.sk](http://www.emuoil.sk)

