

# Die Goji-Beere - ein Gesundbrunnen besonderer Art

©Red. gesundheit.com/Cornelius Hoffmann/Fotos: Wikipedia, Noea Ltd, Institut für Mangostan & natürliche Antioxidantien

Es ist schon eine bemerkenswerte Geschichte: Binnen weniger Jahre forschen weltweit tausende von Wissenschaftlern intensiv an einer kleinen, korallen-roten Frucht. Der Grund: ihr absolut beispielloser Reichtum an gesundheits-fördernden Inhaltsstoffen. Über 2.700 wissenschaftliche Forschungsstudien und med. Erfahrungsberichte wurden über die verblüffende Wirkung der ansonsten allgemein unbekanntenen Goji-Beere, die den lateinischen Namen *Lycium barbarum* trägt, veröffentlicht.

So enthält die Goji-Beere beispielsweise 4.000 Prozent mehr Antioxidantien als Orangen und mehr B-Vitamine als jede andere Frucht. Dazu entdeckten Wissenschaftler ein bislang unvergleichliches Potential an Mineralien und Spurenelementen sowie vielen weiteren Vitaminen und anderen bekannten und bisher unbekanntenen Vitalstoffen. In Fachkreisen spricht man bereits von einer wahren Gesundheits- und Anti-Aging-Sensation.



Auch der bekannte amerikanische Experte für Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel, Prof. Dr. Dr. Earl Mindell, Verfasser von mehreren Dutzend Gesundheits-Bestsellern, bestätigte nach eingehender Analyse: "Die Goji-Beere enthält das mit Abstand größte Potential an gesundheitsfördernden Vitalstoffen das mir in meiner jahrzehnte langen Forschung begegnete. Ihre positive Wirkung auf den Organismus ist unvergleichlich und wird von keiner anderen bisher bekannten Pflanze erreicht."

In Zentralasien galt die Goji-Frucht von alters her wegen ihrer hervorragenden Wirkung in Bezug auf Gesundheit, Langlebigkeit, Vitalität und Schönheit als allererste Wahl. Dass dies nicht ohne Grund ist, belegen neuste wissenschaftliche Untersuchungsergebnisse und Analysen aus aller Welt. Es ist die einzigartige Fülle und Zusammensetzung von bislang z. T. unbekanntem Vitalstoffen, durch welche diese Frucht bei so vielen Beschwerden, Symptomen und Krankheitsbildern hervorragende Ergebnisse zeigt, ohne die geringste Spur von unerwünschten Nebenwirkungen.

Dabei sind die getrockneten Goji-Früchtchen ebenso kostengünstig wie wohlschmeckend. Eine handvoll täglich verzehrt, soll innerhalb weniger Wochen wahre Wunder bewirken, was ich inzwischen selbst bestätigen kann. Aufmerksam wurden die Medien erst, als die Hollywood-Prominenz diese Beeren als das Nonplusultra für Wohlbefinden, Gesundheit und Anti-Aging entdeckte und sich diese Kunde nahezu explosionsartig innerhalb weniger Monate in den USA, in Kanada, Australien und Neuseeland verbreitete. Die Nachfrage überstieg bisweilen das Angebot, der meist aus Zentralchina stammenden Früchte, obwohl alleine in der freien Provinz Ningxia 2007 über 850.000 Zentner Goji-Beeren von rund 45 Mio. Goji-Sträuchern geerntet wurden.



Nun schwappt die Goji-Welle nach Europa. Großbritannien und Irland hat die Neuigkeit bereits erreicht, vor allem im Biohandel avancierten Goji-Produkte binnen weniger Wochen zum Umsatzträger Nummer eins unter den Gesundheitsprodukten.



Doch hier die beste Nachricht: Goji-Sträucher wachsen in nahezu allen Regionen dieser Welt - auch in Europa. So kann praktisch jeder im heimischen Garten diesen Strauch selbst ziehen und damit die Frucht mit der größten Dichte und Vielfalt an Vitalstoffen unter allen bislang bekannten Nahrungsmitteln selbst ernten. Versierte Baumschulen verzeichnen bereits eine sprunghaft ansteigende Nachfrage nach *Lycium-barbarum* Sträuchern.

**Wolfberry** ist eine häufig in den USA anzutreffende Bezeichnung der Goji-Beere. *Lycium barbarum* ist die wissenschaftlich-lateinische Bezeichnung der Goji-Pflanze. International setzt sich immer mehr der Begriff Goji-Beere oder Goji-Berry (engl.) durch.

©Red. gesundheit.com/Cornelius Hoffmann/Fotos: Wikipedia, Noea Ltd, Institut für Mangostan & natürliche Antioxidantien