

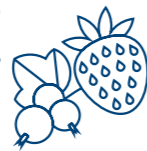
roberts
Berrie®

PÄIVÄN MARJAT

MIKSI VILLIMARJAT OVAT POHJOISEN SUPERRUOKAA



THE CLEANEST
ENVIRONMENT
IN THE WORLD



KYLMÄ TALVI PITÄÄ LUONNON PUHTAANA
JA KASVIT TERVEINÄ.



ROBERTS BERRIET VALMISTETAAN SUOMESSA, MISSÄ MAA,
ILMA JA VESI OVAT MAAILMAN PUHTAIMPIA.



VALOISAN KESÄN AIKANA POHJOISEN MARJAT MUODOSTAVAT
SUOJAKSEEN ANTOSYAANEJA.



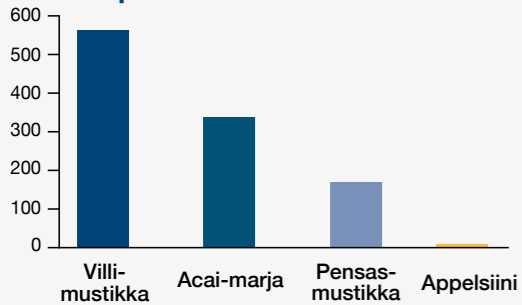
LYHYT, INTENSIIVINEN KASVUKAUSI ANTAA VILLIMARJOILLE
VOIMAKKAAN JA AINUTLAATUISEN MAUN.



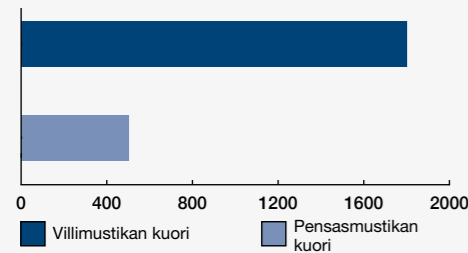
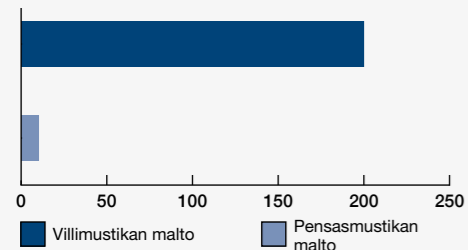
TOUGH LIFE
MAKES NORDIC BERRIES
STRONG



Antosyaanipitoisuus mg/100g tuorepaino



Antosyaanipitoisuus mg/100g tuorepaino



MIKSI ANTOSYAANEJA?

ANTOSYAANIT SUOJELEVAT SOLUJAMME VAURIOILTA JA KEHOAMME SAIRAUKSILTA ESTÄMÄLLÄ VAPAIEN RADIKAALIEN MUODOSTUMISTA.

MIKSI KOKONAISIA MARJOJA?

USEAT RAVINTOAINEEET OVAT VAIN KUORESSA JA SIEMENISSÄ.

Villimustikka
Vaccinium myrtillus

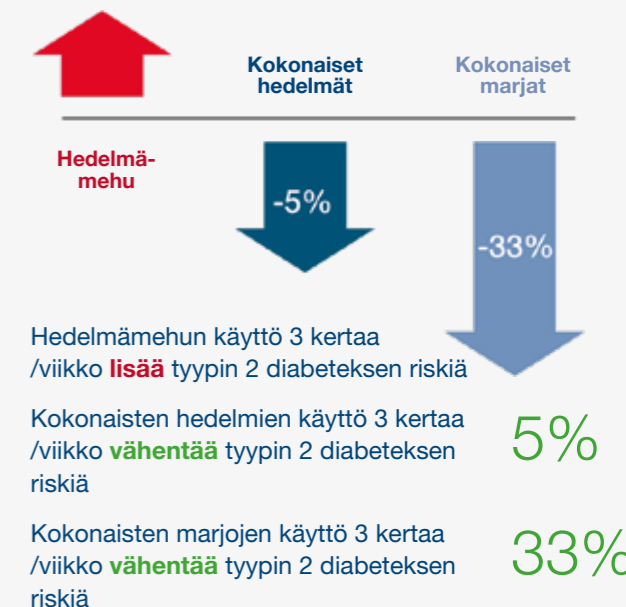


Pensasmustikka

MARJAN ANTOSYAANIPITOISUUS NÄKY Y SEN VÄRIN VOIMAKKUDESTA. VILLIMUSTIKKA ON TUMMANSININEN SUPERMARJA, KUN TAAS PENSASMUSTIKKA ON SISÄLTÄ HAILAKAN VAALEA.

KOKONAISTEN MARJOJEN SYÖMINEN VARMISTAA SOKERIN TASAISEN IMEYTYMISEN JA EHKÄISEE VEREN SOKERIPIIKKEJÄ.

Tyypin 2 diabeteksen riski käytettäessä 3 kertaa/viikko



Arktiset Aromit ry, The Arctic Bilberry, Hellström et al. 2009

Muraki I, Manson JE, Hu FB, Willett WC, van Dam RM, Sun Q. Fruit consumption and risk of type 2 diabetes: results from three prospective longitudinal cohort studies. BMJ 2013; 347:f5001



Villimustikka



Puolukka



Karpalo



Lakka



Tyrni



Musta-herukka



Mansikka



Vadelma



Villimustikka



Puolukka



Karpalo



Lakka



Tyrni



Musta-herukka



Mansikka



Vadelma

USEAT IN VITRO/EI-KLIINISET JA KLIINISET TUTKIMUKSET OSOITTAVAT, ETTÄ MARJOILLA JA/TAI NIIDEN ERILAISILLA POLYFENOLISILLA, BIOAKTIIVISILLA OSILLA VOI OLLA SAIRAUKSIA ENNALTAEHKÄISEVIÄ VAIKUTUKSIA

Diabetes, tyyppi 2								
Syövät								
län aiheuttama oksidatiivinen stressi								
Matala-asteinen tulehdus								
Sydän- ja verisuonitaudit								

Kähkönen M. et al. 2003. Berry anthocyanins: isolation and antioxidant activities. J. Agric. Food Chem. 83: 1403-1411.

Nohynek L. J. et al. 2006. Berry phenolics: antimicrobial properties and mechanisms of action against severe human pathogens. Nutr. Cancer 54: 18-32.

Zafra-Stone S. et al. 2007. Berry anthocyanins as novel antioxidants in human health and disease prevention. Mol. Nutr. Food Res. 51:675-83.

Koponen J. et al. 2007. Contents of Anthocyanins and ellagitannins in foods consumed in Finland. J. Agric. Food Chem. 55: 1612-1619.

Erlund I. et al. 2008. Favourable effects of berry consumption on platelet function, blood pressure and HDL cholesterol. Am. J. Clin. Nutr. 87: 323-331.

Larmo P. et al. 2008. Effects of sea buckthorn berries on infections and inflammation: a double-blind, randomized, placebo-controlled trial. Eur. J. Clin. Nutr. 62: 1123-1130.

Ovaskainen M.-L. et al. 2008. Dietary intake and major food sources of polyphenols in Finnish adults. J.Nutr. 138: 562-566.

Hellström J. et al. 2009. Proanthocyanidins in common food products of plant origin. J. Agric. Food Chem. 57: 7899-7906.

Lehtonen H.-M. et al. 2010. Berry meals and risk factors associated with metabolic syndrome. Eur. J. Clin Nutr. 64: 614-621.

Krikorian R. et al. 2010. Blueberry supplementation improves memory in older adults. J. Agric. Food Chem. 58: 3996-4000.

Stoner G. D. and Seeram N. P. 2011. Berries and Cancer Prevention. A book, 303 p. Springer, New York.

Täydellinen referenssilista on luettavissa netissä www.robertsberrie.com/fi/marjojenterveysvaikutukset

JA ETTÄ NIILLÄ ON HYÖDYLLISIÄ VAIKUTUKSIA ELIMISTÖÖN JA TERVEYDEN YLLÄPITOON.

Aivot								
Virtsatie								
Iho ja limakalvot								
Silmät								
Ruoansulatuskanavan ja suoliston bakteeritasapaino								
Immuunijärjestelmä								

Kolehmainen M. et al. 2012. Bilberries reduce low-grade inflammation in individuals with features of metabolic syndrome. Mol. Nutr. Food Res. 56: 1501-1510.

Kähkönen M. et al. 2012. Antioxidant activity of isolated ellagitannins from red raspberries and cloudbberries. J. Agric. Food. Chem. 60: 1167-1674

Puupponen-Pimiä R. et al. 2013. Effects of ellagitannin-rich berries on blood lipids, gut microbiota, and urolithin production in human subjects with symptoms of metabolic syndrome. Mol. Nutr. Food Res. 57: 2258-2263.

Törrönen R. et al. 2013. Berries Reduce Postbrandial Insulin Responses to Wheat and Rye Breads in Healthy Women. J. Nutr. Sci. 143: 430-436.

Zhang H.-M. 2014. Research progress on the anticarcinogenic actions and mechanisms of ellagic acid. Cancer Biol. Med. 11: 92-100.

Overall J. et al. 2017. Metabolic Effects of Berries with Structurally Diverse Anthocyanins. Int. J. Mol. Sci. 18: 422.

Ledda A. et al. 2017. Highly standardized cranberry extract supplementation (Anthocran®) as prophylaxis in young healthy subjects with recurrent urinary tract infections. Eur. Rev. Med. Pharmacol. Sci. 21: 389-393.

roberts
Berrie®

SUOMALAINEN RUOKAINNOVAATIO

ROBERT BERRIE ON SAANUT USEITA KANSAINVÄLISIÄ TUNNUSTUKSIA JA ON OLLUT MYÖS SUPER BOWL -MAINOKSESSA.



PÄIVÄN MARJAT

PUHTAITA, KOKONAISIA POHJOISEN MARJOJA JUOTAVASSA MUODOSSA
YMPÄRI VUODEN.



HELPPO

NAUTI MISSÄ JA MILLOIN VAIN.
KANNESSA KÄTEVÄ JUOMA-AUKKO.
SÄILYY HUONEENLÄMMÖSSÄ.



LUONNOLLINEN

POHJOISEN VILLIMARJOJA.
KAIKKI MAKEUS MARJOISTA JA
HEDELMÄSTÄ.



TERVEELLINEN

VALTAVA MÄÄRÄ KOKONAISIA,
ANTOSYAAANEJA TÄYNNÄ OLEVIA
POHJOISEN MARJOJA.



HERKULLINEN

POHJOISEN MARJOJEN VAHVA
OMINAISMAKU.



BERRIET TEKEVÄT HYVÄÄ KAIKILLE.



OTA PÄIVÄN MARJAT MUKAASI JA
NAUTI MISSÄ JA MILLOIN VAIN.

RETKELLÄ **TREENIN JÄLKEEN**
PÄIVÄKODISSA TAUOLLA **MATKOILLA**
YSTÄVÄN KANSSA TÖIDEN JÄLKEEN **KOTONA**
LEIVONNASSA AAMUPALALLA **VÄLIPALANA**
LOUNASTAUOLLA **REISSUSSA**
LUENNOLLA **SALILLA** JÄLKIRUOKANA



PÄIVÄN SUPERMARJAT

Roberts Berrie

Monipuolinen valikoima pohjoisen marjoja. 1dl -purkki kulkee kätevästi mukana ja voit nauttia päivän marjat kun ehdit, missä ja milloin vain.



139 VILLIMUSTIKKAA



106 PUOLUKKAA & KARPALOA



90 TYRNIMARJAA



32 MUSTAHERUKKAA & MANSIKKAA



95 VILLIMUSTIKKAA & VADELMAA



PÄIVÄN TEHOMARJAT

Roberts Berrie+

Berrie+ -perheessä yhdistyvät marjojen hyvät ominaisuudet ja hyvinvointia lisäävät vaikutukset. Ota mukaasi ja nauti, kun tarvitset.

VATSAN TASAPAINOON



VILLIMUSTIKKA & LUUMU
+KUITU
6,6 g RAVINTOKUITUA, GLUTEEINITON

IHON HYVINVOINTIIN



LAKKA & TYRNI
+KOLLAGEENI
2,5 g KOLLAGEENIA

NORMAALIN LIHASSMASSAN YLLÄPITOON JA KASVATTAMISEEN



VILLIMUSTIKKA & GRANAATTIOMENA
+PROTEIINI
7,1 g PROTEIINI

3L HANAPAKKAUKSET

Hanapakkaukset

3L hanapakkaukset ovat helppo ja edullinen tapa nauttia päivän marjat. Hanapakkaukset ovat käteviä niin kotona kuin työpaikallakin.



ENJOY
EVERY
DAY

ON TÄRKEÄÄ

NAUTTIA SÄÄNNÖLLESTI JA MONIPUOLISESTI MARJOJA, SILLÄ JOKAISELLA NIISTÄ ON ERILAINEN RAVINTOARVO JA ERILAISET TERVEYSHYÖDYT.

roberts
Berrie®



POHJOISEN MARJAT



Villimustikka (*Vaccinium myrtillus*)

Villimustikka sisältää C- ja E-vitamiineja ja on myös hyvä ravintokuidun lähde. Villimustikan sininen malto on täynnä luonnollisia sinisen värin antavia antosyaaneja, kun taas pensasmustikka on sisältä hailakan vaalea.



Puolukka (*Vaccinium vitis-idaea*)

Puolukka sisältää E-vitamiinia ja siinä on myös runsaasti magnesiumia. Se on hyvä ravintokuidun lähde ja sisältää polyfenoleja, joiden terveysvaikutuksia tutkitaan laajasti.



Karpalo (*Vaccinium oxycoccos*)

Karpalot viihtyvät niukkaravinteisilla nevoilla ja rämeillä sekä rantasoilla koko Suomessa. Siinä on runsaasti C-vitamiinia. Raikkaan ja kirpeän makuinen karpalo on myös hyvä antioksidanttien ja ravintokuidun lähde.



Mansikka (*Fragaria x ananassa*)

Mansikassa on runsaasti flavonoideja ja ellagitanniineja. Siinä on enemmän C-vitamiinia kuin appelsiinissa ja yhtä paljon ravintokuitua kuin porkkanassa.



Tyrni (*Hippophaë rhamnoides*)

Tyrnissä on runsaasti C- ja E-vitamiineja, ravintokuitua ja elimistölle hyödyllisiä rasvahappoja. Vajaasta desilitrasta marjoja saa yhtä paljon C-vitamiinia kuin keskikokoisesta appelsiinista. Noin 4 - 7 % tyrnimarjan painosta on mallon ja siementen öljyä, joka koostuu pääasiassa kerta- ja monitydyttymättömistä rasvahapoista.



Vadelma (*Rubus idaeus*)

Vadelma sisältää C-vitamiinia ja folaattia. kahdessa desilitrassa vadelmia on yhtä paljon C-vitamiinia kuin yhdessä mandariinissa. Vadelma on myös hyvä ravintokuidun ja polyfenoleiden lähde.



Mustaherukka (*Ribes nigrum*)

Mustaherukan marjat, siemenöljy ja myös lehdet sisältävät runsaasti C- ja A-vitamiineja. Mustaherukassa on enemmän C-vitamiinia kuin appelsiinissa. Mustaherukan öljy sisältyy myös runsaasti hyviä rasvahappoja.



Lakka (*Rubus chamaemorus*)

Lakka sisältää runsaasti C-vitamiinia. Jo 75 grammaa kullankeltaisia marjoja riittää kattamaan päivän saantisuosituksen. Lakka sisältää myös E-vitamiinia ja ellagitanniineja enemmän kuin monet hedelmät ja viljat. Se on kaikista villimarjoista runsaskuituisin.

KORKEAN ANTOSYAAANIPITOISUUDEN LISÄKSI KAIKILLA POHJOISEN MARJOILLA ON MONIA MUITAKIN HYVIÄ TERVEYSVAIKUTUKSIA.



YLI 100 VUOTTA, 5 SUKUPOLVEA



VUONNA 1910 PERUSTETTU ROBERTS ON SUOMALAINEN PERHEIRITYS.
MEIDÄN MIELESTÄMME MARJAKAUDESTA PITÄÄ SAADA NAUTTIA YMPÄRI VUODEN.

roberts

Oy Roberts Ab

Inkilänkatu 3, 20300 Turku. Puh. 02 278 5000

www.robertsberrie.com

