АННОТАЦИЯ К ПРОЕКТУ

**«СОК WHEATGRASS**

**КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ЭЛИКСИР ЗДОРОВЬЯ»**

Не случайно сок назван *напитком здоровья*, также, и неслучайно произошел резкий скачок его популярности!

Его популярность внезапно началась в 40-е годы 20 века. Когда американка Энн Вигмор, благодаря пророщенным зернам, исцелилась от онкологии.

Исследование потребителей, проведенное 2012 году в США, выявило более 85% респондентов, которые за 12 недель употребления сока Wheatgrass обнаружили улучшение самочувствия, состояния крови и кожи, уменьшения объема подкожного жира.

Так что же такое Wheatgrass? Витграсс – это особый напиток, основу которого составляет сок из росточков пророщенной пшеницы. Возможно ли его приготовить в домашних условиях?

**Цель проекта:** Оценить возможность приготовления сока Wheatgrass в домашних условиях как эффективного эликсира здоровья.

В ходе проведения работы по приготовлению полезного сока витграсс:

1. Мы изучили дополнительную литературу по теме исследования. Витграсс – это особый напиток, основу которого составляет сок из росточков пророщенной пшеницы.

2. Проанализировали свойства сока пшеницы на иммунитет человека. Витграсс - кладезь аминокислот и необходимых организму ферментов, способствующих лучшему усвоению и перевариванию пищи. Сок также повышает вашу активность. Пропадает дневная сонливость, упадок сил и отсутствие энергии. Улучшается настроение и повышается работоспособность! Витграсс можно употреблять и взрослым, и детям.

3. Разработали технологию приготовления сока из пшеницы, посеяла материал. Правильные технологии выращивания ростков пшеницы и самого процесса изготовления сока – главные условия качественного витграсса.

4.Заложили опыт по выращиванию всходов пшеницы;

5.Получили сок витграсс в домашних условиях;

6. Составили бизнес-план по реализации проекта.

7.Определили практическую значимость проекта.

Сегодня витграсс – это напиток, возводимый в статус эликсира для тех, кто пропагандирует здоровое питание.