

# מורינגה מכונפת (אוליפרה) עץ הפלא עץ החיים



**הרצאת מבוא למורינגה - גידול חקלאי חדש בישראל**

המצגת הוכנה בעזרת איילה זוהר ז"ל, צוות מורינגה עין השופט

מציג: גיל שגיא, עין השופט  
טלפון: 0505796013 [gilsagee@gmail.com](mailto:gilsagee@gmail.com)

2012

**המקור של עץ המורינגה אוליפרה נמצא  
בהרי ההימאליה בהודו. עץ זה מכונה על ידי  
רבים "עץ הפלא" או "עץ החיים" של הטבע.**

**הוא עמוס ב- 90+ ויטמינים, מינרלים, חלבונים  
חיוניים, נוגדי חמצון, חוצות שומן מקבוצת  
אומגה, והרבה חומרים מזינים ורפואיים  
נוספים**







# צלפאים

צלפאים (Brassicales) היא סדרה של צמחים בעלי פרחים. הסדרה יורשת את שמה בעברית מהסוג צלף, ובשפות אחרות נקראת על שם אחד הסוגים החשובים שבה - כרוב (*Brassica*).

בסדרה נכללות, בין היתר, המשפחות הבאות:

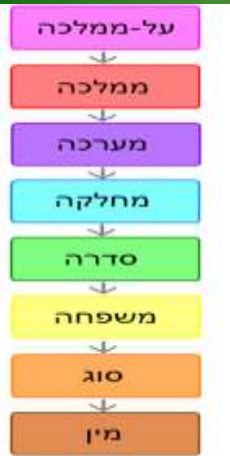
- מצליבים (Brassicaceae) הכוללת את הכרוב ואת החרדל
- צלפיים (Capparaceae) הכוללת את הצלף
- פפאיים (Caricaceae) הכוללת את הפפאיה
- באשניים (Cleomaceae) הכוללת את הבאשן

**מורינגיים (Moringaceae) הכוללת 13 מינים וביניהם המינים מורינגה רותמית ומורינגה מכונפת**

• רכפתיים (Resedaceae) הכוללת את המין רכפתן מדברי

• סלודוריים (Salvadoraceae) הכוללת את המין סלודורה פרסית

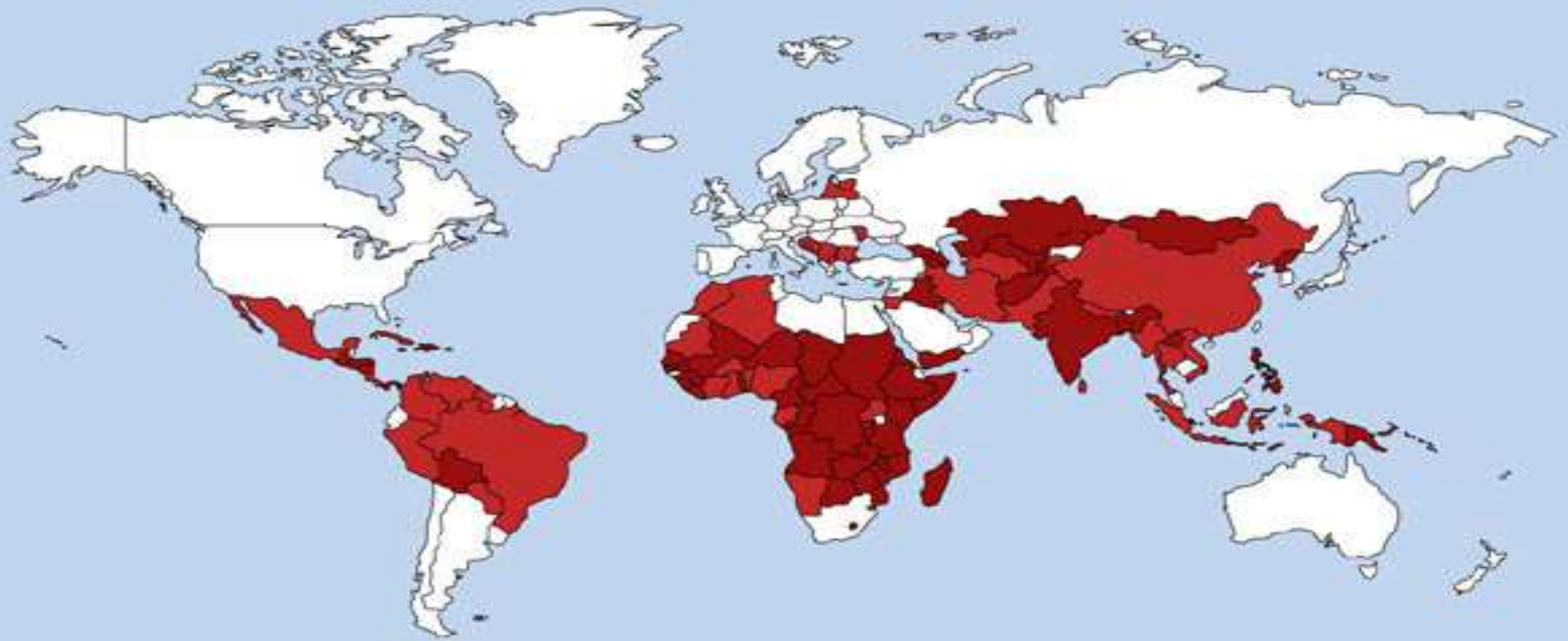
• טרופאוליים (Tropaeolum) הכוללת את כובע הנזיר



# תפוצת המורינגה המזינה



# תפוצת אזורי הרעב בעולם



# ההיסטוריה ותפוצה של המורינגה

- צמח המורינגה היה מוערך מאוד בעולם העתיק. הרומאים, היוונים והמצרים ידעו לעשות מיצוי של שמן מאכל מן הזרעים והשתמשו בו לבושם וכתחליב לעור.
- במאה ה-19, מטעים של מורינגה באיי הודו המערבית, ייצאו שמן לאירופה לשימוש כבשמים ושמנים עבור מכונות.
- אנשים בתת היבשת ההודית משתמשים בפירות המורינגה כמזון, במשך שנים רבות.
- העלים המזינים נאכלים ברחבי מערב אפריקה ובחלקים של אסיה





# תפוצה בארץ ישראל

גידול מטע לזרעים (דונם)	גידול שדה לעלים (דונם)	מקום	מגדל
16		גבעת יואב	ארנון בוטל
3		עין השופט	גיל/ עין השופט
30	10	כפר חיים	מאיה/ "מורינגה ישראל"
26		נורדיה	חיים/ נורדיה
10		גני יוחנן	ורד וישעיהו נון
3		גדרה	חובב לרנר
20		תלמי אליהו	עמרם אזולאי
11	4	גני טל	מוטי סנדר
	7	בקעת הירדן	ערן דהור/ ד"ר גיל יוסף שחר
3	7	עין תמר	ערן וין/ "מורינגה הערבה"
	14	עין יהב	איילה הורביץ
	10	חצבה	עמית מאיר
	3	חצבה	דודו מדר
122	55		סה"כ

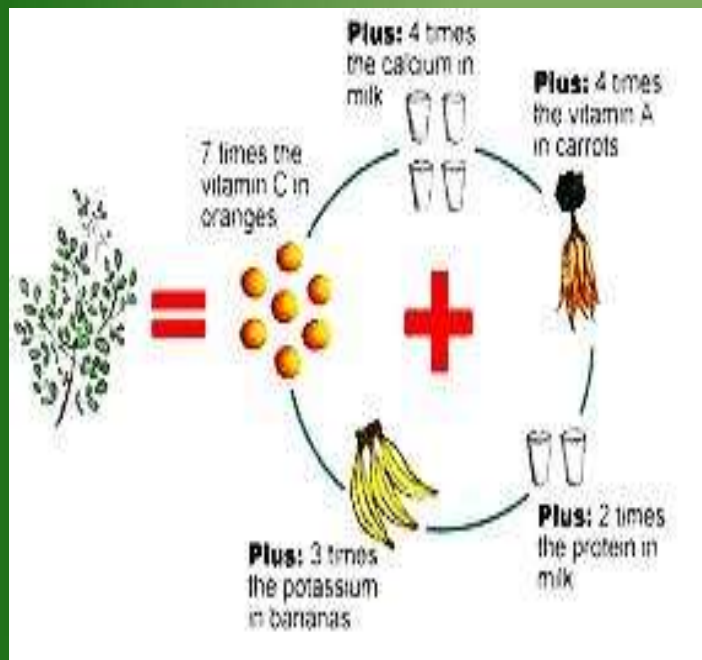
# מהם "מזונות על"?

- מזונות העל הם אותם המזונות שמכילים מספר רב של מרכיבי תזונה ייחודיים- לא אחד או שניים בולטים
- מזונות שיספקו מקור אמין ומלא של חלבון במינימום קלוריות וכמות משמעותית של מינרלים וויטמינים
- מזונות שיחזקו את המערכת החיסונית, ינקו את הכבד, יספקו מרכיבים נוגדי הזדקנות (אנטי אייג'ינג), ויכילו כמויות גדולות של נוגדי חמצון (אנטי אוקסידאנטים)
- צריכה יום יומית של אחד או מספר "מזונות על" יספקו לנו כמות יפה של מה שדרוש לנו כדי להיות בשליטה מלאה על בריאותינו
- "מזון על" הוא שילוב בין מזון לתרופה ויש בו את היכולת להגביר את כוח החיות הטבעית והאנרגיה של

באופן נדיר למזון ממקור צמחי, עלי המור ינגה מכילים את כל  
חומצות האמינו (בונות חלבונים) החיוניות לאדם

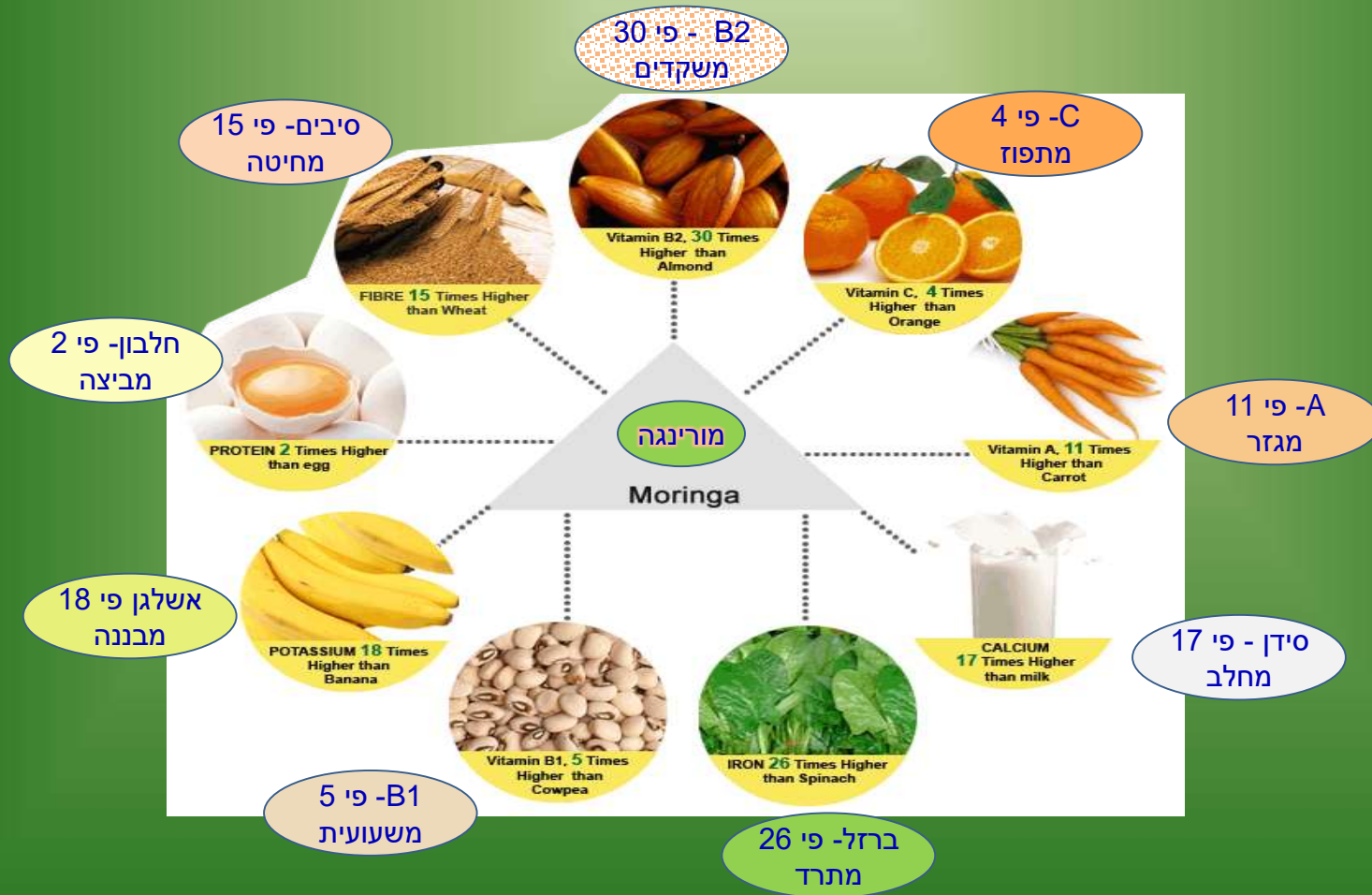


# לגדל מורינגה, זה כמו לגדל מולטי-ויטמינים ומולטי מינרלים



ויטמין A  
ויטמין B1  
ויטמין B2  
ויטמין B3  
ויטמין C  
סידן  
כרום  
אבץ  
חלבון  
אשלגן  
זרחן  
מנגן  
מגנזיום  
ברזל  
נחושת

# תכולת ויטמינים ומינרלים



# לפי פרסומים, באבקת עלים של מורינגה אוליפרה יש:

## השוואת ערכים תזונתיים:

פי 13 ויטמין  
A מתרד



פי 13 ויטמין  
A מגזר



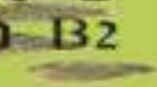
פי 7 ויטמין  
C מתפוזים



פי 50 ויטמין  
B3 מבוטנים



פי 50 ויטמין  
B2 מסרדינים



פי 4 ויטמין  
B מבשר



פי 36 מגנזיום  
מביצים



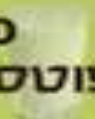
פי 4 סידן  
מחלב



פי 6 ויטמין E  
משמן קנולה



פי 63  
פוטסיום מחלב



פי 3 פוטסיום  
מבננות



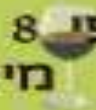
פי 25 ברזל  
מתרד



פי 2 חומצות  
אמינו חומץ שחור



פי 8 פוליפנול  
מיין אדום



פי 2 פרוטאינים  
מיוגורט



# כל החלקים שימושיים

עלים



תזונה

רפואה

זרעים

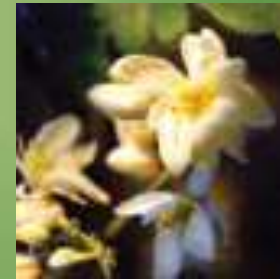
פירות



תזונה

רפואה

פרחים



רפואה

שרף גזע



רפואה

שורשים



רפואה

טיהור מים  
חומרי סיכה

רפואה  
שמן בישול

קוסמטיקה

# חלקים עיקריים לשימוש מסחרי

עלים ✦

פירות ✦

זרעים ✦



# אבקת זרעי מורינגה - לאחר מיצוי השמן

1. עשירה בתכונות רפואיות ותזונתיות
2. מקלה על מגוון רחב של מצבים רפואיים
3. יעילה בטיפול בזיהומים חיידקיים ופטרייתיים ואנמיה
4. יכולה לשמש כתוסף חלבון (מכילה כ-60% חלבון איכותי)



# אבקת פרי מורינגה - 100% טבעית

1. עשירה במרכיבים תזונתיים
2. עשירה בסיבים תזונתיים
3. תורמת לשמירה על תקינות הפרופיל התזונתי של הגוף



# אבקת עלי מורינגה - 100% טבעית

1. אבקת עלי מורינגה היא "תחנת כוח תזונתית"  
המכילה:



- מעל 90 חומרים צמחיים מזינים
- 47 נוגדי חמצון פעילים
- 36 נוגדי דלקות
- את כל 8 חומצות האמינו החיוניות

- מולטי מינרלים, מולטי ויטמינים ואחוז חלבון גבוה ואיכותי.

# תמצית עלי מורינגה

1. טיפול בדלקות בכלל, וטיפול בכאבי ודלקות מפרקים בפרט
2. חיזוק מערכת החיסון
3. טיפול במיגרנות ובאלרגיות שונות
4. תגבור חלב אם אצל אימהות מיניקות

# תה מורינגה

1. מגביר חיוניות ואנרגיה

2. תורם להתמקדות ובהירות מנטלית

מוגברת

3. עשיר בחומרים צמחיים נוגדי חמצון

4. מחזק את המערכת החיסונית



# שמן מורינגה

➤ שמן מורינגה הוא בין השמנים המבוקשים ביותר בייצור מוצרי טיפוח עור וקוסמטיקה, בשל נוגדי החמצון השונים שלו ואיכות התחדשות העור שהוא גורם.



➤ נוגדי חמצון אלה יעשו פלאות למניעת הזדקנות העור ושיקום העור עקב מחסור בחומרים מזינים.

➤ שמן המורינגה מכיל תכונות חיטוי אנטי דלקתיות, המסייעות לרפא בעיות עור קלות כגון חתכים, חבורות, כוויות, עקיצות חרקים ופריחות.

➤ שמן מורינגה עשיר בוויטמינים A ו-C וחומצות שומן בלתי רוויות



**Imagine  
what**

**92** Nutrients

**46** Anti-oxidants

**36** Anti-inflammatories

and **18** amino acids

**could do**

**for you!**