

PREPARATO 4

Categoria : NUTRIAMO SALUTE

Pubblicato da [Achille](#) in 6-2-2020

Â NUTRIAMO SALUTE PREPARATO 4Â -Â (CAVOLO)Â Codice prodotto:Â 2253 Dose di impiego:
Â Mix completo al 100 %. Caratteristiche:Â Preparato 4 (cavolo) Â un prodotto con farina
Integrale di Segale, Lino, Girasole, Psyllium, Farina di Cavolo, Inulina, Curcuma e pepe nero.
-Â La Farina Integrale di Segale Â ricca di lisina, treonina e pentosani oltrechÂ un basso
indice glicemico.-Â I Semi di Lino presentano un alto tenore di mucillagini lassative e
pectine, acidi grassi polinsaturi, tra cui lâ€™acido linoleico, e un buon contenuto di proteine,
sali minerali, vitamine, oligoelementi, fibre ed enzimi.-Â I semi di girasole sono ricchi di
sostanze benefiche essenziali per la salute del nostro organismo, tra cui gli acidi oleico e
linoleico, ferro, magnesio, zinco, selenio, triptofano e moltissime vitamine (E e del gruppo B).
-Â Il cavolo Â una delle verdure piÃ¹ nutrienti e salutari del mondo. Dovrebbe essere
considerato fondamentale per la nostra alimentazione, per via della ricchezza e varietà delle
sue proprietà benefiche. Tra le caratteristiche benefiche dei cavoli spiccano le proprietà
antinfiammatorie. Lâ€™infiammazione Â la causa principale di malattie come artrite,
patologie cardiache e autoimmuni, che possono comparire a causa di un eccessivo consumo
di prodotti di origine animale. Il cavolo Â un potente antinfiammatorio naturale, in grado di
prevenire e di alleviare le patologie infiammatorie.Â Il cavolo Â ricco di ferro. Contiene piÃ¹
ferro per caloria di una bistecca. Lâ€™assimilazione del ferro contenuto negli alimenti di
origine vegetale Â facilitata dal consumo di cibi ricchi di vitamina C. Inoltre, questo ortaggio
contiene piÃ¹ calcio per caloria del latte. Il nostro corpo sarebbe in grado di assimilare il
calcio vegetale ancora meglio rispetto al calcio derivato dai latticini. Il cavolo Â una fonte
importante di sostanze benefiche che aiutano il sistema immunitario a difendere il nostro
organismo dalle malattie e dagli attacchi di germi e batteri. Â ricco di vitamina A e vitamina
C, ma anche di carotenoidi e flavonoidi dalle spiccate proprietà antiossidanti, che con la loro
azione contribuiscono alla prevenzione dei malanni e dellâ€™invecchiamento precoce. I
cavoli contengono oltre 45 tipi di flavonoidi, con la quercitina al primo posto. I flavonoidi
presenti nei cavoli uniscono benefici antiossidanti e antinfiammatori, che lo rendono un
alimento adatto per la prevenzione dello stress ossidativo. Â stato provato scientificamente
che il consumo di cavoli si rivela efficace per ridurre il rischio di contrarre alcuni tipi di
cancro, con particolare riferimento al cancro al seno, alla vescica, alle ovaie, al colon e alla
prostata. Il consumo di cavoli aiuta il nostro organismo a disintossicarsi. Alcuni componenti
presenti nel cavolo sarebbero infatti in grado di regolare lâ€™eliminazione delle tossine a
livello genetico. Il consumo di crucifere, infatti, contribuisce allâ€™incremento della presenza
di glucosinolati, degli enzimi naturali considerati in grado di aiutare lâ€™organismo dalle
sostanze cancerogene e il fegato a depurarsi. Il cavolo Â un ottimo alleato contro
lâ€™ipertensione e la pressione alta grazie alla presenza dellâ€™acido glutammico, un
aminoacido che, come Â stato dimostrato, contribuisce notevolmente ad abbassare la
pressione sanguigna. Il consumo di 100 g di Preparato 4 corrispondono allâ€™assunzione di
40 g di cavolo fresco.-Â La curcuma, oltre ad essere un potente antiossidante e
antinfiammatorio, svolge anche un'azione depurativa, coleretica e colagoga, utili per il fegato
e la colecisti. Riconosciuta come protettiva del sistema immunitario Â anche un potente
antiossidante in grado di contrastare l'azione dei radicali liberi, responsabili dei processi di

invecchiamento e di danneggiamento delle membrane delle cellule che compongono il nostro organismo. L'azione della piperina, contenuta nel pepe nero, ne moltiplica gli effetti benefici sopra descritti. - Ricco di Fibre. Le fibre solubili (tra cui l'inulina), contenute nel preparato hanno la peculiare caratteristica di trattenere (come una spugna) le sostanze nutritive rallandone l'assorbimento nel transito intestinale cos' da fornire energia in maniera graduale e pi' costante nel tempo. Gli effetti positivi associati possono essere riassunti:- Aumento della massa fecale e del numero di evacuazioni- Accrescimento selettivo di batteri "buoni, detti eubiotici, responsabili degli effetti benefici dell'inulina- Aumentato assorbimento di calcio, ferro e magnesio- Riduzione del picco glicemico- Possibile effetto positivo sulla riduzione di colesterolo e trigliceridi nel siero- Possibile effetto protettivo nei confronti del cancro al colon.Ottima lavorabilita' , gustoso al palato, interessanti proprieta' nutraceutiche e prebiotiche, sono le sue caratteristiche salienti.100 g. di PREPARATO 4 contengono (valori medi)15,8 g. di PROTEINE - il 32 % della RDA giornaliera 11,1 g. di FIBRE - il 44 % della RDA giornaliera* 1,83 g. di OMEGA 3 - il 366 % della RDA giornaliera* 1,86 g. di OMEGA 6 - il 93 % della RDA giornaliera*Con:VITAMINE DEL GRUPPO B: (TIAMINA - 35 % RDA, RIBOFLAMINA - 8 % RDA, NIACINA - 11 % RDA, Vit. B5 - 10 % RDA, Vit. B6 - 15 % RDA, Vit. C- 28 % RDA, Folati - 28 % RDA. Vit. E - 19 % RDA)MINERALI: (CALCIO - 6 % RDA, FOSFORO - 29 % RDA, MAGNESIO - 21 % RDA, POTASSIO - 15 % RDA, FERRO - 15 % RDA, ZINCO - 15 % RDA, RAME - 37 % RDA, SELENIO - 47 % RDA, MANGANESE - 52 % RDA)* RDA basata su un consumo calorico di 2000 kcal/die (REG. U.E. 1169/2011 allegato XIII, pag. 61 - LINEE GUIDA OMS 2003)Utilizzo: Preparato 4 puo' essere utilizzato tal quale nella preparazione di pani, focacce, pizze, dolci, ecc., in pezzature e formati a piacere. Conservabilita' : 12 mesi dalla data di produzione nella sua confezione integra.Imballo: Confezione da kg. 10.