

Pasta Semintegrale

Pasta Semintegrale

Nutrizione ad elevata qualità



Natural Power ha sempre avuto come obiettivo la ricerca costante di prodotti che soddisfino i gusti e le esigenze dei consumatori. La Nostra Linea Nutrizione deriva dai migliori cereali coltivati in luoghi incontaminati secondo il metodo dell'Agricoltura Biologica e Biodinamica. Il controllo scrupoloso dei metodi di lavorazione su tutta la filiera, dalle sementi al prodotto finito, ci permette di garantire un prodotto sano, buono, profumato e incomparabile. La "Molitura a Pietra" dei nostri cereali, ci consente di ottenere un migliore risultato qualitativo e nutrizionale in quanto, grazie ad essa, meno aggressiva della classica macinatura a cilindri, preserva intatta tutta l'attività enzimatica del cereale. La differenza fra questi due metodi di macinazione è sostanziale, in quanto il processo di raffinazione classica a cilindri causa l'impoverimento dei principi nutritivi del chicco e l'eliminazione del Germe, il quale è ricco di grassi insaturi e di vitamine idrosolubili. Il controllo a garanzia di tutti i processi di produzione e di trasformazione delle materie prime nel rispetto dei regolamenti dell'Agricoltura Biologica, è effettuato da Bioagricert e Ecocert, autorevoli Organismi di controllo sulla certificazione del prodotto. Queste materie prime sapientemente trasformate, danno così vita alla Linea Nutrizione Generavita®. La struttura dei cereali è quasi la stessa per tutti i tipi di cereali. La crusca è composta da tessuti compresi fra il tegumento esterno del seme e lo stato di aleurone dell'endosperma. L'endosperma è il magazzino del seme ed è composto soprattutto da proteine e da carboidrati. Il germe contiene l'embrione, cioè la sostanza germinante del chicco. Quando il grano viene trasformato in farina, vengono eliminate la crusca, lo strato di aleurone e il germe, lasciando solo l'endosperma. Lo svantaggio consiste nel fatto che, eliminare la crusca ed il germe, provoca la perdita di molti elementi nutritivi fondamentali (vedi tabella). Il vantaggio consiste, invece, nel fatto che la farina dura più a lungo. La raffinazione provoca la

perdita di elementi nutritivi importanti ed in particolare di tiamina (vitamina B1).

Perdita di elementi nutritivi per la rimozione di crusca e germe	
Elemento Nutritivo	Perdita
Tiamina (B1)	97%
Piridoxina (B6)	94%
Niacina (B3)	88%
Cromo	87%
Magnesio	80%
Potassio	77%
Zinco	72%
Acidi grassi essenziali	70%
Fibra	70%
Riboflavina	68%
Calcio	60%
Acido pantotenico	57%
Proteina	25%

La carenza grave di tiamina provoca una malattia grave detta "beriberi", caratterizzata dalla totale perdita di appetito, insufficienza cardiaca, ritenzione idrica, psicosi (disorientamento, allucinazioni, perdita di memoria, ecc.), dolori muscolari e altri sintomi di funzionalità nervosa. Nei secoli passati, il beriberi era relativamente comune in Asia, fra i marinai, nelle prigioni e, prima del 1890, la sua causa era ignota. Il primo indizio è stato scoperto nel 1873, quando un medico navale olandese osservò che i marinai europei si ammalarono di beriberi molto meno dei marinai reclutati nelle Indie Orientali. Diminuendo la quantità di riso bianco nell'alimentazione dei marinai, i casi di beriberi calarono, ma le autorità mediche erano ancora convinte che il beriberi fosse provocato da qualche agente tossico o infettivo presente nel riso bianco. Takaki, un medico giapponese che prestava servizio sulle navi, fu il primo a segnalare che il beriberi sembrava una carenza nutrizionale, egli basava la sua conclusione sul fatto che il beriberi diminuiva sui marinai giapponesi con aggiunte alimentari di carne, latte in polvere e verdure. Nel 1890 gli esperimenti del medico olandese Eijkman cominciarono a chiarire la funzione dell'alimentazione nel beriberi. Egli infatti, si accorse che dando da mangiare al pollame riso bianco bollito, si provocavano sintomi simili al beriberi. Aggiungendo al mangime pula di riso (il materiale rimosso dal riso integrale per produrre il riso bianco), Eijkman riuscì a guarire i polli dal beriberi. In seguito, il suo collaboratore dimostrò che era possibile prevenire il beriberi in polli allevati con riso brillato aggiungendo alla loro alimentazione piselli freschi, fagiolini e carne. Da questa osservazione i due studiosi dedussero

correttamente che il cibo conteneva qualcosa che preveniva il beriberi. Nel 1911 Funk, lavorando al Lister Institute di Londra, isolò dalla pula di riso la sostanza che, a suo avviso, preveniva o curava il beriberi, egli chiamò la sua scoperta "vitamina". In realtà, come si scoprì in seguito, quella che Funk aveva isolato era la vitamina antipellagra o tiamina: la Vitamina B1. Nel 1926 la tiamina pura, cioè la vera vitamina antiberiberi, venne isolata da due scienziati olandesi, Jansen e Donath, che lavoravano a Giava. Oggi il riso bianco viene spesso arricchito con tiamina e altri nutrimenti persi durante la brillatura. Tuttavia il beriberi è ancora endemico in molte parti dell' Asia, dove il riso brillato e non arricchito fornisce tuttora più dell'80% delle calorie. Il beriberi e molte altre carenze alimentari, nei paesi del Terzo Mondo, potrebbero essere prevenute semplicemente mangiando riso integrale. La storia del beriberi e della scoperta della tiamina illustra bene il valore dei cereali integrali rispetto a quelli raffinati. Oltre a fornire molti elementi nutritivi, i cereali integrali forniscono molti nutrienti e probabilmente molte altre sostanze sconosciute dalle proprietà salutari. Invece di togliere dai chicchi elementi nutritivi naturali per poi aggiungere di nuovo al cibo un piccolo numero di questi elementi in forma sintetica, non è più sensato mangiare cereali integrali? **I cereali integrali sono una fonte primaria di carboidrati complessi, di fibre alimentari, di minerali e di vitamine del gruppo B.** La quantità e la qualità delle proteine nei cereali integrali è superiore a quella dei cereali raffinati. L'alimentazione ricca di cereali integrali ha dimostrato che protegge dal cancro, dalle malattie cardiache, dal diabete, dalle vene varicose e dai disturbi del colon, compresi il cancro, le infiammazioni intestinali, le emorroidi e le diverticoliti.



La storia del beriberi e della scoperta della tiamina illustra bene il valore dei cereali integrali rispetto a quelli raffinati. Oltre a fornire molti elementi nutritivi, i cereali integrali forniscono molti nutrienti e probabilmente molte altre sostanze sconosciute dalle proprietà salutari. Invece di togliere dai chicchi elementi nutritivi naturali per poi aggiungere di nuovo al cibo un piccolo numero di questi elementi in forma sintetica, non è più sensato mangiare cereali integrali? **I cereali integrali sono una fonte primaria di carboidrati complessi, di fibre alimentari, di minerali e di vitamine del gruppo B.** La quantità e la qualità delle proteine nei cereali integrali è superiore a quella dei cereali raffinati. L'alimentazione ricca di cereali integrali ha dimostrato che protegge dal cancro, dalle malattie cardiache, dal diabete, dalle vene varicose e dai disturbi del colon, compresi il cancro, le infiammazioni intestinali, le emorroidi e le diverticoliti.

Alimenti integrali provenienti da coltivazioni biologiche



L'intera Linea Nutrizione Generavita®, deriva da coltivazioni biologiche certificate da enti autorevoli a regime CEE, una garanzia necessaria per il consumatore attento alla qualità. L'agricoltura biologica è

un sistema di produzione che utilizza solo processi e prodotti naturali ed esclude il ricorso a sostanze chimiche di sintesi, nocive all'equilibrio del suolo e delle piante. Infatti, mentre l'agricoltura tradizionale ricorre a fertilizzanti, disinfestanti ed antiparassitari che inquinano l'ambiente, contaminano gli alimenti e li impoveriscono di sostanze nutritive nobili, l'agricoltura biologica è compatibile con l'ambiente stesso. L'uso di fertilizzanti organici, di rotazione e di appropriate lavorazioni della terra stimolano l'attività degli organismi viventi nel suolo. Ciò assicura una crescita equilibrata delle piante che forniscono così alimenti vitali, ricchi di principi nutritivi nobili e più saporiti. Alimentarsi di cibi provenienti da coltivazioni biologiche controllate significa mantenersi in salute e contribuire ad evitare l'inquinamento ed a salvaguardare l'ambiente. Con questo sistema di coltivazione, la terra si riempie di microrganismi e quindi di vita. Nelle chiome degli alberi si insediano insetti nocivi ma anche insetti predatori dei precedenti e anche uccelli, tanto da formare un giusto equilibrio e l'uomo non ha bisogno di intervenire con veleni.

un sistema di produzione che utilizza solo processi e prodotti naturali ed esclude il ricorso a sostanze chimiche di sintesi, nocive all'equilibrio del suolo e delle piante. Infatti, mentre l'agricoltura tradizionale ricorre a fertilizzanti, disinfestanti ed antiparassitari che inquinano l'ambiente, contaminano gli alimenti e li impoveriscono di sostanze nutritive nobili, l'agricoltura biologica è compatibile con l'ambiente stesso. L'uso di fertilizzanti organici, di rotazione e di appropriate lavorazioni della terra stimolano l'attività degli organismi viventi nel suolo. Ciò assicura una crescita equilibrata delle piante che forniscono così alimenti vitali, ricchi di principi nutritivi nobili e più saporiti. Alimentarsi di cibi provenienti da coltivazioni biologiche controllate significa mantenersi in salute e contribuire ad evitare l'inquinamento ed a salvaguardare l'ambiente. Con questo sistema di coltivazione, la terra si riempie di microrganismi e quindi di vita. Nelle chiome degli alberi si insediano insetti nocivi ma anche insetti predatori dei precedenti e anche uccelli, tanto da formare un giusto equilibrio e l'uomo non ha bisogno di intervenire con veleni.

Preparati da spruzzo

I preparati da spruzzo **Cornoletame** e **Cornosilicio** aiutano la buona formazione della pianta e lo rafforzano nell'autodifesa dalle avversità.

Il **Cornoletame** rafforza la vita nel terreno così da aiutare ad emettere un'abbondante radice e così viene rafforzato il legame della pianta con la terra e gli scambi.

Il **Cornosilicio** apporta notevoli forze di luce e di calore anche nelle parti più in ombra e umide, tanto da dare impulso per la formazione di una abbondante chioma ed incrementare l'accumulo di carboidrati nei frutti, in modo da averli ben formati nella struttura interna.

Il cumulo biodinamico ed i preparati da composto

E' bene lasciare compostare la sostanza organica in cumuli ben coperti con paglia o erbe per non meno di tre mesi. Questa copertura viene fatta per fermare l' azoto nel cumulo, avendo questo la tendenza a salire nell'aria sotto forma di ammoniaca. Aiutando la buona humificazione del composto, i preparati biodinamici, che non determinano un indirizzo nella decomposizione e

