



EQUILIBRIUM
intelligent food

www.equilibriumfood.com



**NON ACCONTENTARTI DEL CIBO BIOLOGICO,
PRETENDI STANDARD DI QUALITA' SUPERIORI**

BIO+
100%

Perché i prodotti Equilibrium Intelligent Food sono funzionali alla salute dell'organismo?



Materie Prime & Formulazioni

Equilibrium Food nasce dalla necessità di cibi funzionali, per un'alimentazione veramente sana ed equilibrata.

Le materie prime sono selezionate per la loro **compatibilità con l'organismo umano e le loro particolari proprietà nutritive**. In nessun alimento vengono utilizzati ingredienti che hanno subito **manipolazioni genetiche indotte artificialmente (no OGM, no irradiazioni)**.

L'**elevata presenza di sostanze bioattive**, come la curcumina e i polifenoli, favorisce il corretto funzionamento dell'organismo e riduce il rischio di contrarre malattie legate all'alimentazione.



Processi Produttivi & Sicurezza

Equilibrium Food segue le regole dell'agricoltura biologica e biodinamica **verificando che non vengano utilizzati diserbanti nocivi per la vostra salute**.

Lungo tutta la filiera, dalla produzione allo stoccaggio, vengono seguiti processi rispettosi delle materie prime per **preservarne i principi attivi e le caratteristiche nutrizionali**.

Per garantire al consumatore la totale trasparenza, eseguiamo **controlli sul DNA del grano utilizzato**. Le analisi e le certificazioni della filiera vengono svolte da laboratori indipendenti e sono consultabili da chiunque lo desideri.



Gusto & Salute

Chi ha detto che gli alimenti sani non possano essere anche gustosi?

Un'alimentazione equilibrata è il primo passo per prendersi cura di sé stessi, ma anche il palato vuole la sua parte. Ecco perchè, durante la nostra ricerca, abbiamo selezionato **solo gli ingredienti con le migliori qualità gustative e nutrizionali**.

Questo è anche il motivo per cui definiamo i nostri prodotti 100% BIO+. **Perché oltre ad essere buoni e genuini, apportano benefici concreti alla vostra salute**. Con gli alimenti Equilibrium Food, ad alta digeribilità, basso indice glicemico, ricchi di nutrienti e principi attivi utili all'organismo; **potrete finalmente seguire un'alimentazione sana ed equilibrata senza rinunciare al piacere del buon cibo**.

Perché accontentarsi dei cibi biologici convenzionali? Pretendi maggiori standard di qualità

	 INDUSTRIALE	 BIOLOGICO	 EQUILIBRIUM
 Assenza residuale di pesticidi	✗	✓	✓
 Assenza dello <0.9% di OGM, non subisce irradiazioni	✗	✗	✓
 Assenza di glutine ad alto peso molecolare	✗	✗	✓
 Controllo sull'indice glicemico	✗	✗	✓
 DNA Controllato su tutti i lotti	✗	✗	✓
 Controllo sul quantitativo di AGEs	✗	✗	✓
 Controllo della quantità di micotossine	✗	✗	✓

Benefici & caratteristiche della Pasta Bio+

ESSICCAZIONE A BASSA TEMPERATURA

per non produrre AGEs, sostanze potenzialmente inquinanti alla base dei processi degenerativi e della vecchiaia¹

SEMOLA DI GRANO DURO ANTICO:

Riduzione colesterolo e glucosio nel sangue²

Maggior quantità di minerali e antiossidanti³

CURCUMA: Effetto anti-infiammatorio⁴

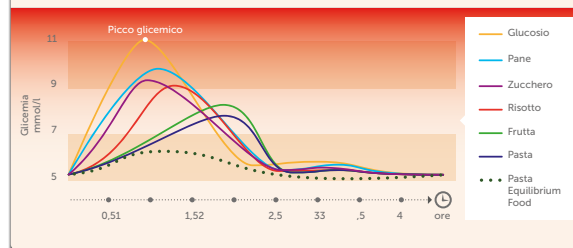
Riduce l'accumulo dei grassi⁵.

FILIERA CERTIFICATA
dal seme alla tua tavola, 100% made in Italy.



Glicemia

L'indice glicemico (IG) rappresenta la velocità con cui aumenta la glicemia in seguito all'assunzione di 50 grammi di carboidrati. Se il picco glicemico è molto elevato, viene liberata molta insulina che abbassa velocemente la glicemia. Quando la glicemia si abbassa il cervello va in crisi e chiede altro cibo. Scatta la fame!



PORZIONE*	XS	S	M	L
kcal/giorno	1200/1400	1500/1700	1800/2000	2200/2400
kg	45/55	60/70	75/85	90/100
COLAZIONE	-	-	-	-
PRANZO	60 gr 219 kcal	80 gr 292 kcal	120 gr 438 kcal	150 gr 547 kcal
MERENDA	-	-	-	-
CENA	-	-	-	-

*Le porzioni sono definite secondo la formula di Harris-Benedict per stimare il consumo calorico giornaliero, 1kcal ogni ora per Kg di peso corporeo, inteso come peso corporeo in forma. Per esempio se pesi 100Kg ma dovresti perdere 15 Kg di grasso, allora rientrerai nella categoria M.

Riferimenti Scientifici

1. Yamamoto M, et al. Curr Osteoporos Rep. 2016; Di Pino A, et al. J Clin Lipidol. 2016 Sep-Oct.
2. Int J cibo Sci Nutr 2016 9 agosto: 1-7
3. Int J Mol Sci. 2016 Agosto; 17 (8): 1217.
4. Drug Des Devel Ther . 20 settembre 2016; 10: 3.029-3.042
5. Nutr Res Pract . 2016 Ottobre; 10 (5): 487-493

Benefici & caratteristiche dei Cantucci Bio+

PRODOTTI A

BASSA TEMPERATURA

per non produrre AGEs, sostanze potenzialmente inquinanti alla base dei processi degenerativi e della vecchiaia¹

FILIERA

CERTIFICATA

dal seme alla tua tavola, 100% made in Italy.

CURCUMA

Effetto anti-infiammatorio¹²

Riduce l'accumulo dei grassi¹³

ZEOLITE:

Facilita l'espulsione di eventuali micotossine dal nostro organismo¹⁰

Migliora la permeabilità intestinale¹¹

FARINA INTEGRALE DI GRANO DURO ANTICO:

Riduzione colesterolo e glucosio nel sangue²

Maggior quantità di minerali e antiossidanti³

OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA:

Riduce il rischio cardiovascolare⁴

Antinfiammatorio e antiossidante⁵

Riduce la glicemia⁶

Diminuisce LDL e trigliceridi e aumenta HDL⁷

Riduce la pressione sanguigna⁸

INULINA:

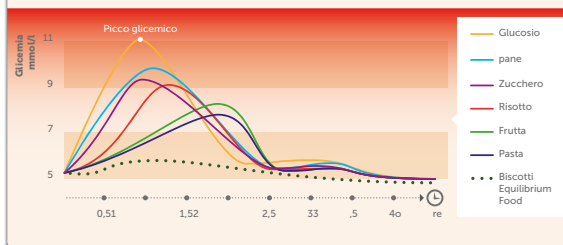
Migliora la funzione intestinale e immunitaria⁸

Migliora il profilo del glucosio e colesterolo nel sangue⁹



Glicemia

L'indice glicemico (IG) rappresenta la velocità con cui aumenta la glicemia in seguito all'assunzione di 50 grammi di carboidrati. Se il picco glicemico è molto elevato, viene liberata molta insulina che abbassa velocemente la glicemia. Quando la glicemia si abbassa il cervello va in crisi e chiede altro cibo. Scatta la fame!



PORZIONE*	XS kcal/giorno Kg	S 1500/1700 60/70	M 1800/2000 75/85	L 2200/2400 90/100
COLAZIONE	60 gr 228 kcal	80 gr 304 kcal	100 gr 380 kcal	120 gr 456 kcal
PRANZO	-	-	-	-
MERENDA	30 gr 114 kcal	40 gr 152 kcal	50 gr 190 kcal	60 gr 228 kcal
CENA	-	-	-	-

*Le porzioni sono definite secondo la formula di Harris-Benedict per stimare il consumo calorico giornaliero, 1kcal ogni ora per Kg di peso corporeo, inteso come peso corporeo in forma. Per esempio se sei 100Kg ma dovresti perdere 15 Kg di grasso, allora rientrerai nella categoria M.

Riferimenti Scientifici

1. Yamamoto M, et al. Curr Osteoporos Rep. 2016; Di Pino A, et al. J Clin Lipidol. 2016 Sep-Oct.
 2. Int J cibo Sci Nutr 2016 9 agosto: 1-7
 3. Int J Med Sci. 2016 Agosto; 17 (8): 1217
 4. Br J Clin Pharmacol 2016 29 febbraio doi: 10.1111/bcp. 12925
 5. Food Chem Toxicol 18 febbraio 2016; 90:171-180 doi: 10.1016
 6. Diabetes Care 9 febbraio 2016. Pii: dc152189
 7. Eur J Nutr. 12 dicembre 2015

8. Asia-Pacifico J Clin Nutr . 2016 Dec; 25 (4): 652-675
 9. Eur J Clin Nutr. 2016 Settembre 14. doi: 10.1038
 10. J Int Soc Sport Nutr 2015 20 ottobre; 12: 40. doi: 10.1186
 11. J Anim Sci Technol. 2016 Jun 22;58:24. doi: 10.1186
 12. Drug Des Devel Ther. 20 settembre 2016; 10: 3.029-3.042
 13. Nutr Res Pract . 2016 Ottobre; 10 (5): 487-493

Benefici & caratteristiche delle Tagliatelle

ESSICCAZIONE A BASSA TEMPERATURA

per non produrre AGEs, sostanze potenzialmente inquinanti alla base dei processi degenerativi e della vecchiaia¹

SEMOLA DI GRANO DURO ANTICO:

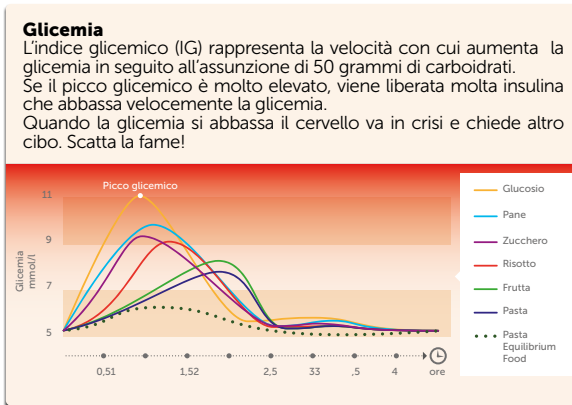
Riduzione colesterolo e glucosio nel sangue²

Maggior quantità di minerali e antiossidanti³

FARINA DI CASTAGNE SELVATICHE TICINESI

FILIERA CERTIFICATA

dal seme alla tua tavola, 100% made in Italy.



PORZIONE* kcal/giorno Kg	XS 1200/1400 45/55	S 1500/1700 60/70	M 1800/2000 75/85	L 2200/2400 90/100
COLAZIONE	-	-	-	-
PRANZO	60 gr 219 kcal	80 gr 292 kcal	120 gr 438 kcal	150 gr 547 kcal
MERENDA	-	-	-	-
CENA	-	-	-	-

*Le porzioni sono definite secondo la formula di Harris-Benedict per stimare il consumo calorico giornaliero, 1kcal ogni ora per Kg di peso corporeo, inteso come peso corporeo in forma. Per esempio se pesi 100Kg ma dovresti perdere 15 Kg di grasso, allora rientrerai nella categoria M.

Riferimenti Scientifici

1. Yamamoto M, et al. Curr Osteoporos Rep. 2016; Di Pino A, et al. J Clin Lipidol. 2016 Sep-Oct.
2. Int J cibo Sci Nutr 2016 9 agosto: 1-7
3. Int J Mol Sci. 2016 Agosto; 17 (8): 1217.



IL CATALOGO PRODOTTI

Cantucci Bio+

Descrizione

Farina integrale di grano duro antico Cappelli e Mandorle **100% da Agricoltura Biologica Italiana** con aggiunta di: **Curcuma**, spezia nota per i suoi effetti **antinfiammatori**, **antiossidanti** e **ipoglicemizzanti**; **Zeolite**, minerale vulcanico che facilita l'espulsione di eventuali micotossine dall'organismo e migliora la permeabilità intestinale; **Inulina**, fibra in grado di migliorare il profilo del glucosio e del colesterolo nel sangue. I nostri biscotti sono cotti a **bassa temperatura** con l'utilizzo di **olio extravergine di oliva biologico Italiano** per ridurre al minimo la possibilità di produrre **AGEs**, sostanze chimiche dannose alla base dei processi degenerativi a carico dell'organismo umano. **Il DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta**, **CCPB**, **Sidel CAB**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti

40% farina integrale di grano duro antico Cappelli biologica, uova, zucchero di canna, mandorle, Olio Extra Vergine d'Oliva, 4% Inulina, Miele d'Arancio, Sale, polvere lievitante: cremor tartaro, 0,2% Zeolite, Curcuma in polvere, pepe nero.

Articoli per cartone

12 pz.

Dimensione

L 38cm, P 26cm, H 18cm

Peso

2,0 kg



Crackers Bio+

Descrizione

Farina di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da Agricoltura Biologica con aggiunta di una quantità elevata di Semi di Lino Biologici, che rende i crackers particolarmente ricchi di Omega 3 e Lignani. Questi ultimi due nutrienti hanno mostrato in numerosi studi scientifici la capacità di diminuire colesterolo, processi infiammatori, ipertensione e dislipidemie ("Nutrients 2016,8(3),136"). Nella produzione non vengono utilizzati agenti lievitanti né grassi idrogenati. Come unico grasso viene impiegato l'Olio Extravergine di Oliva Biologico. Il DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi. Le certificazioni di qualità dell'intera filiera (ICEA, QCertificazioni, Bio.inspecta), garantiscono l'assenza di qualunque manipolazione indotta artificialmente al DNA delle materie prime, l'assenza di elevate quantità di micotossine, AGEs o di qualunque altro tipo di inquinante alimentare che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici.

Ingredienti

48,2% farina di grano duro antico Cappelli, 35% Semola di grano duro Antico Integrale, 8,7% Olio Extravergine di Oliva, 0,9% estratto di malto d'orzo, sale, farina di orzo maltato, aroma naturale al rosmarino.

Articoli per cartone

12 pz.

Dimensione

L 28 cm, P 26.5 cm, H 32 cm

Peso

4.5 kg



Tagliatelle di grano duro antico e farina di castagne

Descrizione

Semola di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da Agricoltura Biologica e farina di castagne selvatiche del Canton Ticino. Le **Tagliatelle** Equilibrium intelligent Food, sono prodotte con semola di grano duro antico Cappelli coltivato in Italia. Il **basso indice glicemico dei grani antichi** e l'**aggiunta di farina di castagne selvatiche** rendono questa pasta unica nel suo genere per l'apporto di elementi nutritivi benefici all'organismo. La **pastificazione secondo il metodo artigianale** esalta le caratteristiche nutritive ed il **sapore genuino del grano**. Prodotte secondo tradizione, rigorosamente trafilate al bronzo ed essiccate a bassa temperatura per non alterare le proprietà nutrizionali e ridurre al minimo la possibilità di produrre **AGEs**, sostanze chimiche dannose alla base dei processi degenerativi a carico dell'organismo umano. Il **DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta**, **CCPB**, **ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti

90.9% Semola di grano duro antico varietà Cappelli, 9.1% Farina di castagne selvatiche del Canton Ticino

Articoli per cartone

20 pz.

Dimensione

L 30 cm, P 30 cm, H 40 cm

Peso

6 kg



**EDIZIONE
LIMITATA**



Spaghetti Bio+

Descrizione

Semola di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da **Agricoltura Biologica** con aggiunta di **Curcuma**, spezia che ha evidenziato in oltre 1000 studi scientifici, il suo effetto **antinfiammatorio, antiossidante e ipoglicemizzante**. Gli **Spaghetti vengono** prodotti seguendo i metodi dell'antica tradizione: rigorosamente trafilati al bronzo ed essiccati a bassa temperatura per non alterare le eccezionali proprietà nutrizionali e ridurre al minimo la possibilità di produrre **AGEs**, sostanze chimiche dannose, alla base dei processi degenerativi a carico dell'organismo umano. **Il DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta**, **CCPB**, **ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti

87% Semola di grano duro antico Cappelli biologica, 10% Acqua, 2% Curcuma Biologica, 1% Pepe nero Biologico

Articoli per cartone

12 pz.

Dimensione

L 30 cm, P 20 cm, H 17 cm

Peso

6.5 kg



Linguine Bio+

Descrizione **Semola di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da Agricoltura Biologica con aggiunta di Curcuma**, spezia che ha evidenziato in oltre 1000 studi scientifici, il suo effetto **antinfiammatorio, antiossidante e ipoglicemizzante**. **Le Linguine vengono** prodotte seguendo i metodi dell'antica tradizione: rigorosamente trafilate al bronzo ed essiccate a bassa temperatura per non alterare le eccezionali proprietà nutrizionali e ridurre al minimo la possibilità di produrre **AGES**, sostanze chimiche dannose, alla base dei processi degenerativi a carico dell'organismo umano. **Il DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta, CCPB, ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti 87% Semola di grano duro antico Cappelli biologica, 10% Acqua, 2% Curcuma Biologica, 1% Pepe nero Biologico

Articoli per cartone 12 pz.

Dimensione L 30 cm, P 20 cm, H 17 cm

Peso 6.5 kg



Penne Bio+

Descrizione

Semola di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da **Agricoltura Biologica** con aggiunta di **Curcuma**, spezia che ha evidenziato in oltre 1000 studi scientifici, il suo effetto **antinfiammatorio, antiossidante e ipoglicemizzante**. **Le Penne vengono** prodotte seguendo i metodi dell'antica tradizione: rigorosamente trafilate al bronzo ed essiccate a bassa temperatura per non alterare le eccezionali proprietà nutrizionali e ridurre al minimo la possibilità di produrre **AGEs**, sostanze chimiche dannose, alla base dei processi degenerativi a carico dell'organismo umano. **Il DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta**, **CCPB**, **ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti

87% Semola di grano duro antico Cappelli biologica, 10% Acqua, 2% Curcuma Biologica, 1% Pepe nero Biologico

Articoli per cartone

20 pz.

Dimensione

L 40 cm, P 27,5 cm, H 44 cm

Peso

11.6 kg



Fusilli Bio+

Descrizione

Semola di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da **Agricoltura Biologica** con aggiunta di **Curcuma**, spezia che ha evidenziato in oltre 1000 studi scientifici, il suo effetto **antinfiammatorio, antiossidante e ipoglicemizzante**. I **Fusilli vengono** prodotti seguendo i metodi dell'antica tradizione: rigorosamente trafilati al bronzo ed essiccati a bassa temperatura per non alterare le eccezionali proprietà nutrizionali e ridurre al minimo la possibilità di produrre **AGEs**, sostanze chimiche dannose, alla base dei processi degenerativi a carico dell'organismo umano. **Il DNA del grano duro antico è certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta, CCPB, ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti

87% Semola di grano duro antico Cappelli biologica, 10% Acqua, 2% Curcuma Biologica, 1% Pepe nero Biologico

Articoli per cartone

20 pz.

Dimensione

L 40 cm, P 27.5 cm, H 44 cm

Peso

11.6 kg



Semola rimacinata di grano duro Bio+

Descrizione

Semola rimacinata di grano duro antico Cappelli Italiano **100% da Agricoltura Biologica**, geneticamente intatto dal 1915. Alcuni recenti studi scientifici hanno evidenziato un effetto **antinfiammatorio, ipoglicemizzante, ipocolesterolemizzante e una diminuzione dei sintomi legati alla sindrome dell'intestino irritabile dopo solo 6/8 settimane assumendo prodotti ai grani antichi** (Eur J Nutr. 2016; Br J Nutr 2014). Il DNA del grano duro antico è **certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta, CCPB, ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici**.

Ingredienti

100% Semolato di grano duro antico Cappelli biologica

Articoli per cartone

8 pz.

Dimensione

L 24 cm, P 30 cm, H 21 cm

Peso

6 kg



Semola integrale Bio+

Descrizione

Semola integrale di grano duro antico Cappelli Italiano 100% da Agricoltura Biologica, geneticamente intatto dal 1915. Alcuni recenti studi scientifici hanno evidenziato un effetto **antinfiammatorio**, **ipoglicemizzante**, **ipocolesterolemizzante** e una diminuzione dei sintomi legati alla **sindrome dell'intestino irritabile** dopo solo **6/8 settimane** assumendo prodotti ai **grani antichi** (Eur J Nutr. 2016; Br J Nutr 2014). Il DNA del grano duro antico è **certificato da laboratori di ricerca autonomi**. Le certificazioni di qualità del resto della filiera sono affidate a più enti indipendenti (**Bio.inspecta**, **CCPB**, **ICEA**) e garantiscono l'**assenza di elevate quantità di micotossine** o di qualunque altro tipo di inquinante che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici.

Ingredienti

100% Semola integrale di grano duro antico Cappelli biologica

Articoli per cartone

8 pz.

Dimensione

L 24 cm, P 30 cm, H 21 cm

Peso

6 kg



Farina di ceci Bio+

Descrizione

Farina di ceci Italiani, macinati a pietra, 100% da Agricoltura Biologica. Generalmente le varietà di ceci scelte per produrre farina **non sono** le stesse destinate al consumo intero. Per la farina vengono macinate prevalentemente varietà orientali o d'oltreoceano per ragioni puramente economiche. **Noi però abbiamo deciso di utilizzare una varietà pregiata prodotta in Italia**, naturalmente ricca di aminoacidi liberi, soprattutto di **Arginina**; che sta riscuotendo grande interesse in quanto è il **substrato per la sintesi dell' Ossido Nitrico (ON)**, un'importante molecola di segnalazione, che **mantiene una corretta omeostasi vascolare, prevenendo ipertensione, ipercolesterolemia, insufficienza vascolare, renale e insufficienza cardiaca cronica** (Front. Physiol. 2016). Ridotti livelli di Arginina nel sangue sono stati associati anche a diversi tipi di tumori (Clin Sci Lond. 2016) e alla presenza di enterocolite necrotizzante, malattia più grave dell'apparato digerente, più frequente nel neonato (J Nutr Biochem 2016). Le certificazioni di qualità dell'intera filiera (ICEA, Bio.inspecta), garantiscono l'**assenza di qualunque manipolazione indotta artificialmente al DNA delle materie prime, l'assenza di elevate quantità di micotossine o di qualunque altro tipo di inquinante alimentare che è possibile trovare negli alimenti, anche in quelli biologici.**

Ingredienti

100% farina di ceci

Articoli per cartone

12 pz.

Dimensione

L 24 cm, P 30 cm, H 21 cm

Peso

6 kg



Semi di lino Bio+

Descrizione

Semi di Lino 100% da Agricoltura Biologica Italiana, particolarmente ricchi di **Omega 3** e **Lignani** (antiossidanti fenolici), oltre ad altre innumerevoli componenti benefiche per la salute umana come: l'acido cinnamico, acido p-cumarico, acido caffeico, acidoferulico, pelargonidina, cianidina, delphinidina, herbacetin, kaempferol, luteolina e apigenina e le loro glucosidi, come l'Orientin, isoorientin, vitexina, isovitexina, vicenin e lucenin (Muir A., Westcott N. 2003). **Il Lino (Linum Usitatissimum) è una pianta ampiamente distribuita in zone a clima temperato quindi bisogna prestare attenzione alla provenienza.** In Polonia e nel Nord Europa ad esempio, crescono varietà come la Linola (spesso anche utilizzata per creare linee transgeniche), meno valida nutrizionalmente, visto il ridotto **contenuto dell'acido grasso Alpha-Linolenico (Omega 3), che varia dal 3% in cultivar come la Linola, fino ad arrivare al 73%** in altre più difficili da trovare in commercio. (M. Lukaszewicz et al. J Food Chem, 2004). Questo spesso giustifica la differenza di prezzo tra semi che all'apparenza sembrano simili. Inoltre, per ridurre al minimo la probabilità di riscontrare alte concentrazioni di micotossine è importante tenere presente il concetto di Km zero. Più i semi arrivano da lontano, maggiori saranno le incognite riguardo al trasporto e allo stoccaggio. Consigliamo di consumarli in modo regolare ed inserirli nella propria alimentazione quotidiana, tritandoli o frantumandoli per poi ingerirli immediatamente, così che gli acidi grassi polinsaturi, contenuti nei semi, non rischiano di essere ossidati. Ricordiamo che bisogna porre attenzione anche sull'olio di lino che è altamente suscettibile all'ossidazione, se non si utilizzano attenti accorgimenti possono sviluppare sottoprodotti potenzialmente cancerogeni (BMC Biotechnol. 2015; 15:62). Per questo motivo consigliamo i semi di lino interi.

Ingredienti

100% semi di lino

Articoli per cartone

12 pz.

Dimensione

L 22 cm, P 14,5 cm, H 32 cm

Peso

6 kg



Olio Extravergine di Oliva Bio+

Descrizione

Olio Extravergine di oliva ad alto potere polifenolico **>500mg/Kg**, ottenuto solo dal 100% di Olive Italiane Biologiche. Con questa incredibile matrice polifenolica, l'**EFSA** (Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare) permette di evidenziare in etichetta i vantaggi salutistici che questo olio è in grado di apportare all'organismo, **utilizzandone soltanto 20 gr. al giorno**. Alcuni dei vantaggi descritti in molti studi scientifici sono il suo **effetto antinfiammatorio, antiossidante, ipoglicemizzante, ipotensivo e antitumorale** (J Nutr. 2016; Curr Vasc Pharmacol. 2016; Mol Nutr. Food Res 2016).

Per qualificare un olio extravergine d'oliva, occorre quindi conoscere parametri oggettivi come il contenuto di polifenoli all'imbottigliamento oltre che parametri soggettivi come il gusto. Essendo i polifenoli molecole termolabili consigliamo di evitare escursioni termiche eccessive e **conservare l'olio sempre in luoghi freschi e asciutti, lontani da fonti di calore e luce, con temperature comprese tra 14 e 21°C**.

Detto questo, si può intuire, quanto difficile potrebbe essere trovare un prodotto di questo genere nei canali di commercio convenzionali. Infatti, i **polifenoli sono presenti maggiormente nell'olio d'oliva estratto a freddo, dove l'intera filiera è stata organizzata in quest'ottica, compresi mezzi di trasporto e magazzini termoregolati**. Il nostro olio extravergine d'oliva, viene commercializzato solo da Aprile, quando le temperature risultano adatte ad assicurare un corretto trasporto tra il luogo di produzione e i magazzini di stoccaggio.

Ingredienti

100% olive italiane biologiche

Articoli per cartone

6 pz.

Dimensione

L 22 cm, P 14.5 cm, H 32 cm

Peso

6.1 kg



IL VINUM, Antico vitigno ricchissimo di Resveratrolo

Descrizione

Vino Monferrato Rosso DOC, prodotto con le migliori uve di un **Antico vitigno**, riscoperto per la sua incredibile quantità di **Resveratrolo (50/60 ml/L)**. Nell'Ottocento era utilizzato solo dalle famiglie più illustri e abbienti come rimedio per molte malattie. Infatti, recenti studi hanno dimostrato che **maggiore è la quantità di matrice polifenolica di un vino, maggiore sarà la capacità di prevenire malattie** (Thromb Res 2016)

Il vino rosso ricco di polifenoli ha la **capacità di aumentare la barriera antiossidante nel sangue**, sia su soggetti giovani che anziani (Nutr. J 2007), quando consumato regolarmente secondo dosaggi idonei al nostro organismo (**≤ 2 bicchieri al giorno**). Alcuni studi hanno evidenziato un notevole miglioramento dello stato antiossidante dopo l'assunzione di vino rosso ad alta concentrazione di polifenoli.

Ulteriori benefici sono stati dimostrati da una meta-analisi di 25 studi sui meccanismi che possono essere alla base di **effetti anti-invecchiamento, anti-diabetici e anti-tumoral** oltre ad **una minor incidenza delle malattie cardiovascolari**. (Thromb Res Jan 2016; Br J Nutr 2015; Am J Clin Nutr 2015)



Articoli per cartone

6 pz.

Dimensione

L 31 cm, P 26 cm, H 18.8 cm

Peso

8.5 kg

Restiamo in contatto! Seguici su:

 facebook: **equilibriumintelligentfood**

 instagram: **equilibriumfood**

Per visitare il nostro sito
scansiona il codice a lato
con la fotocamera del tuo Smartphone



EQUILIBRIUM
intelligent food

Equilibrium Food Sagl
Via Gemmo 3
6900 Lugano
Switzerland

info@equilibriumfood.com
Tel. +41 (0)91 234 84 36

www.equilibriumfood.com

