



www.naturalita.it
il carattere di cio' che è naturale



Miele



2010



www.naturalita.it
il carattere di ciò che è naturale



Miele

*Il miele è la sostanza alimentare che le api producono partendo dal nettare dei fiori o dalle secrezioni di parti vive di piante, che esse raccolgono, trasformano, combinano con sostanze proprie e depongono nei loro favi. Avvengono numerosi scambi da un'ape all'altra, all'interno dell'alveare, che consentono una graduale maturazione ed arricchimento di enzimi che derivano dalle secrezioni ghiandolari delle api stesse. I componenti principali del miele sono il **fruttosio**, il **glucosio**, l'**acqua**, altri zuccheri e sostanze diverse, tra cui acidi organici, sali minerali, enzimi, aromi e molte altre.*

Il miele è un alimento di elevato valore nutritivo, facilmente assimilabile. Il glucosio fornisce energia di immediato utilizzo, il fruttosio viene metabolizzato a livello epatico e costituisce una riserva energetica. Cento grammi di miele forniscono 320 calorie ed un potere dolcificante elevato. E' costituito prevalentemente di zuccheri semplici (glucosio e fruttosio in percentuali diverse: tale rapporto è molto importante poiché, ad un elevato rapporto in glucosio corrisponde un'alta tendenza alla cristallizzazione.) e presenta una facile digeribilità. Il glucosio entra infatti direttamente in circolo e viene quindi utilizzato immediatamente mentre il fruttosio è consumato più lentamente garantendo un apporto energetico diluito nel tempo. E' per questo motivo che viene consigliato nell'alimentazione dello sportivo, nell'alimentazione geriatrica e nella dieta dell'età scolare. Un'altra sua prerogativa è quella di avere un elevato potere dolcificante (superiore a quello del saccarosio) quindi a livello dietetico permette di realizzare un piccolo risparmio calorico.

Il miele non è un alimento completo per la carenza di vitamine e protidi.

*La **cristallizzazione** è un processo naturale che dipende principalmente dalla composizione (rapporto tra glucosio e fruttosio) e dalla temperatura (massima sui 14C°). Se il contenuto di glucosio è elevato sarà più rapida.*



Miele Italiano di Acacia

Sapore: delicato di confetto, fine, vellutato

Proprietà: corroborante, lassativo, antinfiammatorio per la gola, patologie dell'apparato digerente, disintossicante del fegato, contro l'acidità di stomaco

Provenienza: Lazio, Monti Lepini (Fr)



Miele Italiano di Eucaliptus

Sapore: Miele aromatico, leggero, con proprietà balsamiche e antisettiche per polmoni e vie respiratorie. Ottimo dissetante se usato in tisane fredde.

Proprietà: azione antibiotica, antiasmatico, anticatarrale. Utile per la tosse. Ottimo nella cura di infezioni interne (reni, condotti urinari, vescica, ovaie, prostata, pancreas).

Provenienza: Lazio, Monti Lepini (Fr)



Miele Italiano di Millefiori

Sapore: molto delicato, senza retrogusti particolari

Proprietà: ricco di virtù terapeutiche, anche antidiarroiche, antiscorbutiche.

Provenienza: Lazio, Monti Lepini (Fr)



Miele Italiano di Castagno

Sapore: intenso con retrogusto leggermente amaro

Proprietà: favorisce la circolazione sanguigna, antispasmodico, astringente, disinfettante delle vie urinarie. Consigliato per anziani e bambini.

Provenienza: Lazio, Monti Lepini (Fr)

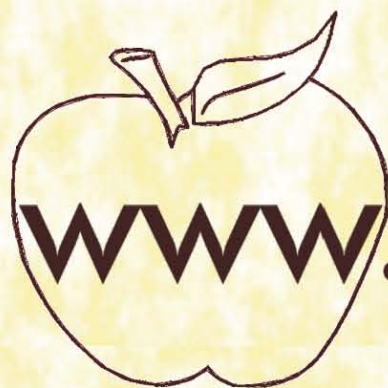


Miele Italiano di Bosco

Sapore: Miele dalla grande aromaticità, con sentori di bosco e macchia, consistenza maltosa. La qualità degli zuccheri e dei minerali ne fanno un integratore eccezionale ideale per gli sportivi.

Proprietà: antisettico polmonare e delle vie respiratorie (bronchiti, tracheiti, riniti, asma, raffreddore, influenza).


Provenienza: Lazio, Monti Lepini (Fr)





www.naturalita.it
il carattere di cio' che è naturale

Via di Trigatoria 70 - 00128 Roma

@ info@naturalita.it

 06.50696009

 346 6279147 - 340 9430600

 336 0738540