



RIZ NOIR Germé

DESCRIPTION :

C'est la variété la plus rare des riz, historiquement réservée à la famille et à la cour de l'empereur de Chine

SUPER ALIMENT FONCTIONNEL : qui contient le + de valeurs nutritionnelles de tous les riz.

CULTURE : bio certifiée

Germé : protéines très faciles à digérer



VALEUR NUTRITIONNELLE :

SANS GLUTTEN / SANS CHOLESTEROL

FAIBLE EN GRAISSE / SUCRE / SEL

RICHE EN :

- Fibres alimentaires :
- Acides aminés :
- Anti oxydants :
- Anthocyanine :
- Thiamine : Vitamine B1 (coenzyme pour la production d'énergie, transmission de l'influx nerveux, croissance de l'organisme)
- Niacine : Vitamine B3 (nombreuses réactions métaboliques, production d'énergie, collabore à la formation de l'ADN, permet notre croissance normale)
- Vitamine E :
- Magnésium : (développement osseux, construction des protéines, réactions enzymatique, santé dentaire, fonctionnement normal du système immunitaire, métabolisme de l'énergie, transmission de l'influx nerveux.)
- Fer : (contenu dans chaque cellule il participe au transport de l'oxygène et à la fabrication des globules rouges, participe à la fabrication de nouvelles cellules, d'hormones et de neurotransmetteurs)
- Phosphore : (santé des os et des dents, croissance et régénérescence de tissus, ph normal du sang, 2 ème minéral le plus abondant dans notre organisme)
- Zinc : (réactions immunitaires, fabrication du matériel génétique, perception du gout, cicatrisation, développement du fœtus, harmonisation possible des hormones sexuelles et thyroïdiennes, participe à la synthèse de l'insuline.)
- Manganèse : (cofacteur d'une douzaine de processus métaboliques)

SOURCE DE :

- Sélénium : (prévient la formation de radicaux libres et converti les hormones thyroïdienne en leur forme active.)
- Cuivre : (constituant d'enzymes, il est nécessaire à la formation de l'hémoglobine et du collagène : structure des tissus,)
- Tocotriénols : (vit.E) (Hypocholestérolémiant, propriétés anti tumorales, neuro protecteur)
- Oryzanols : (hypocholestérolémiant, prévention des ulcères)
- Acide Féulurique : (aide à diminuer la tension artérielle, prévention de certains cancers)
- Tricine : (potentiel anti cancer)
- Anthocyanine : (Anti oxydant associés à la prévention de l'hypertension et inhibition de la croissance des cellules cancéreuses)

- Lectines : (Rice Bran Agglutinin : possibilité d'inhiber la croissance des cellules cancéreuses)
- Acide pantothénique (Vit B5) coenzyme participant à la production d'énergie, synthèse des hormones stéroïdiennes, des neurotransmetteurs et de l'hémoglobine)
- Pyridoxine : (Vit B6) métabolisme des protéines, des neurotransmetteurs, globules rouges, transport de l'oxygène, transformation du glycogène et glucose, bon fonctionnement du système immunitaire, des cellules nerveuses et des récepteurs hormonaux.
- Potassium
- Acide pangamique (Vit B 15) action sur l'oxygénation
- IP6 (Inositol hexaphosphate) contrôle la multiplication de cellules cancéreuses, limite la survenue de calculs rénaux.

PROPRIETES :

- 1/ Aide à prévenir les problèmes de gestion des sucres
- 2/ Aide à réguler le poids (Présence importante de C3G : Cyanidin-3-Glucoside qui transforme les graisses en cellules musculaire.)
- 3/ Aide à produire de l'énergie
- 4/ Aide à réguler l'hypertension (American Journal of Clinical Nutrition)
- 5/ Aide à gérer le poids, augmente la sensation de satiété
- 6/ Soulage le stress toxique.
- 7/ Diminue le risque de diabète (Etude Harvard School of Public Health 14 juin 2010)
- 8/ Action de la C-3-G : composant les anthocyanines
 - Aide à éliminer les radicaux libres
 - Activité anti vieillissement de par son action anti oxydante
 - Protège la rétine et les vaisseaux sanguins des yeux les aident à se dilater pour augmenter le flux sanguin.
 - Précurseur de la SuperOxyDismutase (SOD) aide à réguler le niveau de sucre dans le sang.
 - Influence possible sur l'expression génétique pour une meilleure gestion des graisses en contrôlant les hydrates de carbone.
 - Capacité d'améliorer la sensibilité à l'insuline = meilleure gestion des sucres et des graisses = plus de production d'énergie.
 - Possibilité d'amélioration des performances sportives.

RESUME :

Le riz noir est une très bonne source de magnésium, de fibres alimentaires, de sélénium et de manganèse. Grâce à sa teneur en amidon, il est un excellent « carburant » pour l'activité. Son enveloppe contient beaucoup de nutriments. Pour les préserver, cuisiner la version crue à la vapeur douce, al dente, et le consommer le lendemain de la cuisson. Le riz noir pourrait avoir un effet bénéfique sur le diabète en diminuant le taux de glucose sanguin. De part ces propriétés, le riz noir pourrait prévenir certains cancers et maladie cardio-vasculaires.

PRECAUTIONS :



Ces produits ne remplacent pas le médecin, ni les traitements prescrits par celui-ci. Si vous avez un problème de santé particulier, consultez un médecin avant d'utiliser ces produits. Ces produits et ce document ne sont pas destinés à diagnostiquer, traiter guérir ou prévenir des maladies. Arrêtez immédiatement la consommation de ces produits si vous ne vous sentez pas bien. Ce document ne constitue pas un recueil de propriétés thérapeutiques médicales. Il s'agit uniquement d'une liste récapitulant les usages ancestraux et les retours d'expériences, tirés de l'étude de nombreux sites sur l'amélioration de la santé par les plantes. Ces informations sont citées à titre purement informatif et ne peuvent être considérées comme des conseils médicaux personnalisés. Nous ne sommes pas un fournisseur de soins homologués, et nous nous interdisons formellement d'entrer dans une relation de praticien de santé vis-à-vis de malades, avec les lecteurs de nos conseils. Toutes nos sources sont consultables sur notre site : www.wellandyou.eu