

Alimenta la vida con brotes germinados ecológicos Brot d'Or

Cuando una semilla es estimulada con agua, inicia el proceso que la convertirá en una planta. Para hacerlo posible, transforma su composición, que se enriquece con enzimas, aminoácidos, vitaminas y proteínas. Justo en ese momento, cuando germina, se convierte en un alimento lleno de vida que aporta grandes beneficios a nuestra salud.

Hay que tener en cuenta que la mayoría de las propiedades de un vegetal se encuentran en una concentración mucho mayor en su estado de brote germinado. De esta forma, encontraremos algunos más indicados para aumentar el aporte proteico, como en el caso de las leguminosas, u otros que, como el brócoli, son especialmente ricos en calcio y magnesio.

Las plantas en proceso de germinación protegen las funciones metabólicas del organismo y poseen un gran poder regenerativo y revitalizante, único para mantener y recuperar la salud. Estimulan el sistema inmunitario gracias a su potente poder antioxidante, ralentizan el envejecimiento celular y ayudan a paliar el estrés, el cansancio y las enfermedades degenerativas.

Los brotes germinados son ali-

mentos predigeridos. Su alto contenido en enzimas regenera la flora intestinal, mejora los procesos digestivos y la asimilación de los nutrientes. A todo esto hay que añadir el bajo contenido en grasas y su fácil digestión.

Como alimentos vivos que son, los brotes y germinados conservan sus propiedades nutricionales intactas. El hecho de que se hayan obtenido y envasado de forma ecológica permite alargar su vida y por tanto sus cualidades. Actualmente tenemos 17 referencias en el mercado y se van añadiendo más en función de las demandas del consumidor

100% ecológico y sostenible

Las semillas nos nuestro tesoro más preciado. Sólo utilizamos las de procedencia ecológica, certificada según los estándares europeos. Las plantas de las que se obtienen no han sido tratadas con pesticidas, fer-



tilizantes u otros fitosanitarios químicos de síntesis. Así, respetando nuestra materia prima, es como respetamos también el medio ambiente, favoreciendo la conservación de suelos equilibrados. Por eso nos preocupa enormemente reducir al mínimo nuestra huella sobre la tierra. En este sentido, hemos optado por el uso de un envase biodegradable hecho con almidón de maíz para la presentación de nuestros productos.

En la cocina

Consumir los brotes crudos es la mejor forma de asimilar todos sus nutrientes y apreciar sus cualidades organolépticas en plenitud. Pero no es necesario cerrarse puertas, ya que cocciones cortas y poco agresivas también dan buenos resultados. El calor puede aportar nuevos sabores y aromas, como ocurre con cualquier vegetal.

Los brotes germinados pueden introducirse de forma fácil en tu día a día, incorporándolos en cremas, sopas, batidos, ensaladas, bocadillos, crepes, tortillas, pastas, arroces, gazpacho, tostadas... y son excelentes también como guarnición.