

LA SELECCIÓ DEL MES - ELS IMPRESCINDIBLES



ALIMENTACIÓ / FRUITES I VERDURES



La Pera, non stop de Fruita i Verdura Ecològica Certificada de Proximitat

La Pera és una empresa fundada pel tàndem energètic de Salvador Santacana i Silvia Creixen, especialitzats en la venda de fruita i verdura ecològica certificada, oferint qualitat i servei en tres àrees de consum. Troba'ls i visita'ls a:

- **Venda al major:** servei diari directe a botigues i supermercats: Tel. 649933356.
- **Venda al detall:** servei diari a la seva botiga de Masquefa: Tel. 616947715.
- **Venda en mercats:**
 - Mercat Ecològic de Pedralbes "Pedralbes Centre" (tots els divendres) Av. Diagonal 609-615 (Barcelona)
 - Mercat Ecològic del Vallès, cada dissabte, alternant les poblacions de Sant Quirze del Vallès, Cerdanyola, Barberà del Vallès i Rubí

Més informació a:

<http://mercatecologicdelvalles.cat>

ALIMENTACIÓ / CEREALS



Descobreix el Teff, un cereal vital de El Granero Integral

La seva farina pot usar-se en substitució de la de blat per elaborar pa de pessic, galetes o pans. Atès que al coure adquireix una textura gelatinosa, la farina de teff també pot emprar-se per espessir salses o cremes o elaborar búdins. Els flocs de teff són ideals per a les persones que vulguin incrementar el seu consum de fibra. Poden escampar-se sobre iogurts,

begudes vegetals (soja, civada, arròs, etc.), sucs, sopes o brous.

El Teff és un cereal sense gluten, pel que resulta ideal per a persones celíaqües o amb intolerància al gluten. És ric en carbohidrats d'alliberament lent, de manera que els esportistes es beneficiaran del seu consum. En tractar-se d'un cereal amb un alt poder saciant, pot ser consumit per aquelles persones que vulguin controlar el seu pes o regular la gana. A l'intestí actua com un prebiòtic, estimulant la flora natural. És ric en minerals com el Calci i el Magnesi i en l'aminoàcid Lisina, molt important per a la metabolització del Calci.

- **Certificació:** Sohisert
- **Producció i Distribució:** Biogran S.L. www.elgranero.com Tel. 902 18 07 93

ALIMENTACIÓ / HERBES



Wheatgrass Herba de Blat BIO en pols de Vegetalia, Imprescindible, pren-ne una cullerada cada matí i et sentiràs millor

Superaliment que ens presenta l'empresa Vegetalia que redueix el risc de tenir malalties cròniques i infeccions. A més aporta molta energia, ajuda a depurar el cos, millorar la salut física i allargar l'esperança de vida.

Font extraordinària de minerals com el magnesi, el calci, el potassi, el sofre, el fluor, el silici i el zinc, entre d'altres; i vitamines com les vitamines del grup B, la C i la E. La seva riquesa en magnesi li confereix propietats relaxants de la musculatura i del sistema nerviós, i és ideal per millorar la recuperació dels esportistes i per a les persones amb fatiga crònica. També regula els nivells d'ansietat, ja que conté L-triptòfan i L-fenilalanina. Es pot barrejar amb fruita, o afegir a les cremes de verdures, per exemple.

- **Ingredients:** 100% Herba de Blat en pols de cultiu ecològic

- **Certificat:** Euro Fulla
- **Producció i Distribució:** Vegetalia, S.L. www.vegetalia.com

ALIMENTACIÓ / CARN VEGETAL



Veganmeat Tradicional Bio, producte 100% vegà de Granovita

Conserva vegetal a base de Anacard BIO. A punt per menjar en amanides, entrepans, canapès, en guisats, arrebossat, a la planxa, etc. La primera carn vegetal bio del mercat, realitzada a base d'anacard, sense gluten, sense ou i sense llet. Sabor únic i gran textura, serveix com embotit, com carn vegetal a rodanxes. Conserva vegetal (textura de carn vegetal vegana) a punt per menjar.

- **Certificat:** Comitè d'Agricultura Ecològica de la Comunitat Valenciana (CAECV). Euro Fulla
- **Producció i Distribució:** Granovita, S.A. www.granovita.com

ALIMENTACIÓ / FARINETES INFANTILS



Farinetes d'Espelta Integral Ecològica Töpfer

De fàcil dissolució i molt digestives. Els nutrients que es troben en els aliments són molt importants per al bon desenvolupament físic i mental del nen. És per això que des de fa més de 100 anys, utilitzen únicament matèries primeres ecològiques per produir aliments d'alta qualitat, incorporant els nous avenços científics en matèria de nutrició en el desenvolupament dels seus productes.

Ingredients: farina d'espelta en gra sencer ecològica. Altres referències disponibles: Farinetes d'arròs, arròs amb plàtan, cereals amb poma i plàtan, de civada, de blat de moro amb pastanaga i gamma de llet de continuació.

- **Certificació:** EG-ÖKO – Euro Fulla
- **Marca:** Töpfer / Especialistes en Alimentació i Cosmètica Infantil des de 1911
- **Distribuïdor:** Biogran S.L. www.elgranero.com Tel. 902 18 07 93

ALIMENTACIÓ / HAMBURGUESES



Hamburgueses Zuaitzo fetes amb proteïnes vegetals d'origen 100% ecològic

Molt nutritives amb un baix contingut calòric. Amb un alt valor en proteïnes, hidrats de carboni complexos, vitamines i minerals, i una equilibrada proporció de cereals, llegums i verdures. Lliures de OGMs, sense conservants ni colorants.

9 sabors:

Tofu i Pastanagues, Tofu i Pebrot, Tofu i Xampinyó, Tofu i Formatge, Tofu i All i Julivert, Tofu i Algues, Tofu i Carbassó, Tofu i Taronja-Curri-Panses i Falafel picant.

- **Certificat:** Consell d'Agricultura i Alimentació Ecològica d'Euskadi (ENEK) / Euro Fulla
- **Marca:** Zuaitzo - www.zuaitzo.com
- **Distribuïdor Catalunya:** BO-Q Alimentación Natural S.L. 93 174 00 65 - www.bo-q.com

LA SELECCIÓ DEL MES
ELS IMPRESCINDIBLES
és un espai no publicitari on
els productes referenciats són
seleccionats segons el criteri
del consumidor.

Recomana'ns a
bio@bioecoactual.com
el teu producte preferit