



melograno



AFFRONTA LO STRESS DELL'INVERNO CON FRUTTA VIVA AL MIRTILLO E MELOGRANO

L'inverno è arrivato e, complici l'abbassamento delle temperature e l'aumento dei ritmi stressanti della vita moderna, diventa più difficile seguire una corretta alimentazione e uno stile di vita salutare. Ecco allora che, per tutti coloro che sono particolarmente attenti alla propria salute, arrivano da Zuegg i 'succhi del benessere' Frutta Viva, nelle due gustose varianti al Mirtillo e al Melograno.

Da ottobre a marzo, le temperature si abbassano e le giornate si accorciano, quindi siamo portati a preferire la sedentarietà, dimenticando la buona abitudine dell'attività fisica, e ad aumentare l'apporto calorico giornaliero, preferendo carboidrati e grassi a frutta e verdura. Tutto questo rende il nostro organismo più debole e maggiormente ricettivo verso i malanni di stagione. Invece, una sana alimentazione ci aiuta ad affrontare meglio gli attacchi del freddo, contrastando lo stress e prevenendo le malattie.

Per questo Mirtillo e Melograno, veri concentrati di proprietà nutritive, sono perfetti per affrontare questo periodo di stress climatico e ossidativo, soprattutto per chi ha un ritmo di vita frenetico ed è immerso negli impegni lavorativi. Si tratta, infatti, di due frutti che coniugano perfettamente bontà e benefici nutrizionali, diventando così alimenti naturalmente funzionali!

«Mangiare bene può aiutare l'organismo a "nutrirsi meglio" - afferma Evelina Flachi, esperta di nutrizione - specie all'inizio della stagione invernale, quando è decisamente più facile ammalarsi. Siamo, per questo, quasi obbligati a difenderci da virus e batteri in agguato e ogni alimento ricco di proprietà antiossidanti e protettive è utile a questo scopo, anche se non sempre è facile averli a disposizione. E' perciò utile un maggior consumo di alimenti ricchi di vitamine, antocianine e polifenoli che possiamo reperire anche in prodotti di qualità a base di mirtillo e melograno che, pur confezionati, risultano ricchi di antiossidanti protettivi».

Tante le occasioni di consumo di Mirtillo e Melograno "Frutta Viva": sono ottimi a colazione come complemento nutrizionale quotidiano, ma anche durante la giornata. «Tra le abitudini generali della corretta alimentazione - continua Evelina Flachi - sono fondamentali il numero e la frequenza dei pasti. Alternando ai tre pasti principali (colazione, pranzo e cena) due spuntini significa aumentare il proprio benessere e il rendimento nelle diverse attività quotidiane. Spesso, invece, i ritmi della vita moderna inducono a mangiare solo due o tre volte al giorno, aumentando così i rischi derivanti dal sovrappeso e da altre patologie».



mirtillo

nero selvatico





melograno



Mirtillo e Melograno Frutta Viva sono a base di frutta selezionata e garantita dalla filiera produttiva Zuegg. Il Mirtillo è un nettare di frutta poiché contiene il 40% di frutta, acqua e zucchero, per contrastare il gusto agrodolce del frutto. Il Melograno, invece, è una bevanda alla frutta, poiché contiene il 45% di frutta, succo di mela e zucchero.

La pratica bottiglietta di vetro, nel formato da 125 ml, garantisce un prodotto di qualità, igienico e sano, ma soprattutto adatto al consumo fuori casa, ad esempio in ufficio. Inoltre, meglio si adatta alle caratteristiche dei due frutti, garantendo la loro freschezza e il mantenimento di tutte le proprietà nutritive.

IL MIRTILLO

Il Mirtillo, conosciuto anche come 'cibo delle meraviglie', è ricco di una speciale classe di antiossidanti, gli antociani, che aiutano a mantenere tonici i vasi sanguigni, rinforzando i capillari, e sono una valida soluzione a cistiti e problemi all'apparato urinario, caratteristico disturbo invernale causato da un minor apporto di acqua. Inoltre, contiene molti acidi organici (malico, citrico ecc.) tonificanti dell'apparato digerente, zuccheri, tannini, pectina, mirtillina (glucoside colorante), antocianine, vitamine A e C, potassio, fosforo ed in quantità minore la vitamina B1 e B2.

IL MELOGRANO

Il Melograno, detto anche 'gioiello dell'inverno', contiene sia i polifenoli, in grado di contrastare il processo d'invecchiamento cellulare, che la vitamina C e i minerali, utili a prevenire e affrontare gli attacchi dell'inverno. Inoltre, i suoi chicchi sono ricchi di flavonoidi, vitamina A, tannini e acido ellagico (tannino vegetale). Inoltre, la tradizione attribuisce al frutto di melograno proprietà antibatteriche che sono state recentemente confermate da studi fatti sull'efficacia dell'estratto del frutto intero, mostrando effetti antibiotici e antivirali a determinati dosaggi e concentrazioni. Si può dire che il frequente consumo di questo frutto può favorire un'importante azione protettiva per l'organismo.

Dalla raccolta al confezionamento, proteggiamo per te le armonie di gusto e le energie della natura. Garantisce la Filiera Zuegg.
Scegli FruttaViva Zuegg: un piacere sano e naturale.

www.zuegg.com



mirtillo

nero selvatico

