

# Alimenti Funzionali

SALUTE | BENESSERE | BELLEZZA

Salute e benessere  
Carioli del 19 e 20  
Nutrizione e fitness  
L'aspirato per sentirsi di più  
gestione del peso  
Il principio della dieta vegetariana  
Alimentazione  
Gli alimenti funzionali per chi non mangia...

WHAT IS NEXT, IS HERE.

MOLINO FAVERO  
FADOVA dal 1921

L'ALIMENTAZIONE DEL FUTURO È GIÀ QUI.

Novantacinque anni di esperienza ci hanno insegnato a guardare al futuro, imparando dal passato. Biodiversità, filiera controllata, monitoraggio dei processi produttivi, tecnologia e ricerca continua sono per noi un "meccanismo perfetto" collaudato, flessibile e certificato. Per offrire ad aziende e consumatori esigenti soltanto farine dall'elevato apporto nutrizionale, sane e sicure, secondo la miglior tradizione italiana.



www.molinofavero.com

**ALIMENTI FUNZIONALI**  
**Semestrale**  
**Chiriotti Editore**  
**Tiratura: 10.000 copie**

aprile 2020



## A Napoli i sapori autentici dell'Oriente

**Staj noodle bar**, locale di Napoli nato per promuovere una cucina diversa in un vero e proprio viaggio verso Oriente, propone due interessanti novità provenienti dalla cultura coreana e cinese: sono il **kimchi** e il **kombucha**. Il primo è un classico della tradizione culinaria coreana, caratterizzato da origini antichissime e realizzato attraverso la fermentazione del cavolo napa in aggiunta a spezie come peperoncino, aglio, zenzero e cipollotti freschi che donano differenti sapori e colori alle preparazioni in cucina. Una porzione di **kimchi** fornisce oltre il 50% della razione raccomandata di vitamina C e carotene ed è ricco di vitamina A, tiamina (B1), riboflavina (B2), calcio e

### Mangiare meno per invecchiare meglio

È noto che una dieta ipocalorica risulta positiva per un invecchiamento più salutare. Nuovo studio pubblicato su Cell.

I ricercatori americani del Salt Institute hanno realizzato gli effetti della dieta sulle cellule, utilizzando cavia, suddivise in due gruppi: uno con dieta normale e l'altro con il 30% di calorie in meno. A termine, sono state effettuate analisi genetiche su oltre 148.000 cellule provenienti da tessuti adiposi, fegato, rene, pelle, midollo osseo, cervello e muscoli, per valutare i livelli di attività. Il 37% dei cambiamenti cellulari osservati nei topi sottopesi è una normale dieta non erano presenti nei topi che mangiavano di più. Ad esempio, l'aumento della risposta infiammatoria non si verificò o diminuì molto nei soggetti posti a restrizione calorica. "Questo studio ci offre nuove informazioni con le quali potremmo eventualmente essere in grado di agire con farmaci per trattare l'invecchiamento negli umani", conclude Juan Carlos Izpisua Belmonte, uno degli autori dello studio.



Da sinistra: fagioli e cavolfiori, gamberi e un broccolo più salutare. fieno, e cordero battuti dall'acido lattico che lo rendono un piatto unico perfetto per i cultori di uno stile di vita sano e naturale. La seconda utilizza il kimchi, meno commercializzato di un tè addolcito e fermentato con una massa solida microscopica chiamata "coltura di kombucha". Come per altri alimenti fermentati, i benefici del kombucha sono legati alla presenza di sostanze probiotiche che nutrono la flora batterica dell'intestino. Da Staj il kombucha ha il sapore come prediletto in due varianti: kombucha cilionese, in frizione a base di cilionella e hemogramma fermentata, e un cocktail preparato con gliu, lime e passion fruit, un drink dove l'effervescenza del kombucha si mixa alla perfezione ai toni dolci e profumati degli altri ingredienti della miscelazione.

### A Napoli i sapori autentici dell'Oriente

**Staj noodle bar**, locale di Napoli nato per promuovere una cucina diversa in un vero e proprio viaggio verso Oriente, propone due interessanti novità provenienti dalla cultura coreana e cinese: sono il **kimchi** e il **kombucha**. Il primo è un classico della tradizione culinaria coreana, caratterizzato da origini antichissime e realizzato attraverso la fermentazione del cavolo napa in aggiunta a spezie come peperoncino, aglio, zenzero e cipollotti freschi che donano differenti sapori e colori alle preparazioni in cucina. Una porzione di **kimchi** fornisce oltre il 50% della razione raccomandata di vitamina C e carotene ed è ricco di vitamina A, tiamina (B1), riboflavina (B2), calcio e



rassegna stampa a cura di

dipunto studio  
uffici stampa | pr | eventi