

LIEVITO DI BIRRA

Nome:

Lievito di Birra

Nome botanico:

Il lievito alimentare è costituito da cellule di lieviti della specie *Saccharomyces cerevisiae*, sottoposte a particolari procedimenti di essiccazione. Queste cellule sono prima preparate per coltura su terreni nutritivi naturali (melasse), arricchite di sostanze azotate, fosforate e di oligoelementi. Tramite questo processo di fermentazione si ottiene l'accrescimento e la moltiplicazione delle cellule dei lieviti, le quali sintetizzano proteine di alto valore biologico, glucidi e vitamine del gruppo B. LIEVITO VIVO: questo lievito dovrebbe essere utilizzato quasi esclusivamente per la panificazione. Le cellule dei saccaromiceti sono sottoposte ad un particolare trattamento che le racchiude, vive, in piccole sfere che le mantengono in vita per lungo tempo (cellule vive per grammo: 4/6 miliardi). LIEVITO SECCO: le cellule dei saccaromiceti sono essiccate in modo rapido e a bassa temperatura. Con questo processo si conservano intatti tutti i fattori nutrizionali (proteine nobili, Vitamine del gruppo B) ed è garantita la loro stabilità nel tempo. La rapida essiccazione, uccide i saccaromiceti, e impedisce che questi producano fermentazioni che potrebbero dar luogo, nell'intestino, a turbe digestive. L'analisi nutrizionale media dei due lieviti non presenta sostanziali differenze nella composizione. I lieviti presentano proteine di alto valore biologico, glucidi facilmente assimilabili, vitamine del gruppo B (il lievito è l'alimento più ricco di vitamine di questo gruppo), e sostanze minerali. Il lievito di birra, essendo un alimento ricco del complesso vitaminico B, agisce da tonico e riequilibratore del sistema nervoso; è dunque utile nello stress e a tutti i soggetti con problemi nervosi. Esso regolarizza la digestione, purifica la pelle e la rende più bella e luminosa; rafforza i denti, i capelli e le unghie, favorendone la crescita. È un buon regolatore del fegato e del ricambio, capace di eliminare in pochi giorni sfoghi della pelle dovuti alla cattiva alimentazione. Il fegato è, infatti, un grande beneficiario della azioni del lievito: ricercatori quali Herman Finke Laznika hanno dimostrato che il lievito è un efficace epato-protettore, e un valido integratore nella dieta dei cirrotici. Dreyer ha osservato nei bambini un guadagno di peso corporeo e un miglioramento generale di salute a seguito di somministrazione di lievito (da 3 a 7 grammi al giorno). Il lievito dovrebbe essere presente come integratore nelle diete dei diabetici.

Componenti attivi principali:

Attività e impiego:

Posologia:

Si consiglia l'assunzione di 4 g al giorno suddivisi nei pasti principali.

Qualità prodotto:

Note:

In letteratura non sono segnalati effetti tossici o secondari del lievito