



# Mandorle

mistero della giovinezza



La mandorla (*Prunus dulcis*) è un vero tesoro della natura. Le sue proprietà terapeutiche e protettive hanno effetti positivi su **obesità, ipertensione, diabete mellito e sindrome metabolica**. Costituisce un potenziale prebiotico.

**BURRO DI MANDORLE SICILIANE CRUDE BIO** ottenuto dalla macinazione diretta. La sua purezza garantisce tutti i benefici delle **mandorle intere**.

#### SUGGERIMENTI D'USO

Spalmalo su pane fresco, mescolalo nei frullati, nello yogurt o nel latte. Aggiungi dolcificanti naturali per creare una deliziosa variante. Questa crema si abbina perfettamente a risotti, a formaggi, verdure grigliate e può aromatizzare impasti, piatti di pasta e creme leggere per torte o biscotti. È adatto a diete vegan, senza glutine, senza zuccheri e senza lattosio. Ottima fonte di proteine per gli sportivi.

**OLIO PURO DI MANDORLE ITALIANE CRUDE, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo.**

**USO TERAPEUTICO:** Aiuta a equilibrare il fisiologico transito intestinale attraverso un **delicato effetto lassativo, protettore della mucosa gastrica**. Regola la glicemia e il colesterolo, protegge il cuore e le arterie, possiede proprietà antinfiammatorie e antiossidanti, nonché **fluidificanti ed espettoranti** in caso di catarro. Per le sue proprietà emollienti ripara la pelle idratandola, elasticizzante contro **smagliature, come antiprurito** e contro le **scottature**. Ottimo come impacco per **capelli secchi**. Indicato come olio base da massaggio. Potenziante contro la stipsi funzionale del lattante (1-2 cucchiaini da caffè).

**USO ALIMENTARE:** condire a crudo le pietanze a cui dona il suo caratteristico aroma, ottimo con zucca e zucchine.

Realizza le tue pizze e focacce gourmet con tutti i nostri prodotti!

La medicina tradizionale cinese consiglia l'Olio di Mandorle anche per la cura delle **bronchiti, della tosse, dei bruciori di stomaco e dei disturbi renali, vesicali e biliari**.

# Nocciole

fortificano in profondità



La Nocciole (*Corylus avellana*) è conosciuta dall'uomo fin dalle sue origini, una pianta magica e curativa, facilmente assimilabile, è il seme **più digeribile**.

È utile per: **ipertensione, malattie cardiovascolari, diabete, rinforza ossa e muscoli, controllo del peso e il metabolismo, riduce il rischio di tumori, antivirale e rigenerare il fegato**.

**BURRO DI NOCCIOLE CRUDE BIO, INTEGRALI DELLA TUSCIA** ottenuto dalla macinazione diretta. La sua purezza garantisce tutti i benefici delle nocciole intere.

#### SUGGERIMENTI D'USO

è utilizzabile praticamente con qualsiasi cosa. Si può aggiungere ai frullati, al caffè per renderlo una bevanda deliziosa, mescolarlo alla macedonia. Divinamente abbinato alle melanzane, ai legumi specialmente lenticchie. Accompagna quasi tutti formaggi ed è un eccellente condimento per la pasta.

AGGIUNGENDO IL NOSTRO MOSTO COTTO D'UVA BIO POTRAI GODERNE UNA SUBLIME VERSIONE DOLCE.

**OLIO PURO DI NOCCIOLE CRUDE, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo**

**USO TERAPEUTICO:** rigenerante delle cellule del **fegato** e delle cellule dell'apparato muscolo-scheletrico (studi clinici). Penetra facilmente nella cute senza ungere. Trattamento utile per le **ragadi al seno**. Purifica la pelle ed è essenziale come difesa **anti smog** aiutando a chiudere i pori e regolando la produzione del sebo. Rimedio efficace in caso di **eritema solare e di eczemi. È cicatrizzante, astringente, antinfiammatorio**.

**USO ALIMENTARE:** ottimo in abbinamento ai legumi, alle verdure, perfetto con i funghi specialmente porcini e shitake, per salse e marinate originali, per la preparazione di dolci e gelati.

La medicina tradizionale cinese dice che: le nocciole crude fortificano lo stomaco e purificano la milza, combattono la **stanchezza, il deperimento e la debolezza** dopo una malattia. Stimolano l'appetito nei bambini e ne promuovono uno sviluppo sano.

# Noci

magia della salute



La Noce, dalla pianta *Juglans regia*, è un seme ricchissimo di proprietà benefiche e nutritive, tra cui fibre, **omega-3** e sali minerali, fitosteroli e fenoli.

E' un valido aiuto per la prevenzione e il sostegno di terapie a diversi problemi cardiovascolari. Aiuta ad abbassare il colesterolo. Studi scientifici hanno dimostrato che **stimola il metabolismo, previene gli ictus ed è un ottimo alimento prebiotico**.

**BURRO DI NOCI ITALIANE CRUDE BIO, INTEGRALI** una prelibatezza ottenuta dalla macinazione diretta che preserva il sapore caratteristico e le proprietà salutari delle noci intere.

#### SUGGERIMENTI D'USO

Da spalmare su pane, fette biscottate, biscotti, ecc. da aggiungere ai frullati, al porridge, nella preparazione di creme, dessert, impasti, nonché salse e pesti per condire la pasta e i risotti, per arricchire zuppe, puré e vellutate di verdure.

AMICEARTH TI SVELA UN SEGRETO: AGGIUNGI UN CUCCHIAINO DI CREMA DI NOCI BIO RAW A UN BICCHIERE D'ACQUA, FRULLA TUTTO PER QUALCHE SECONDO E IN UN LAMPO AVRAI IL TUO LATTE VEGETALE PRONTO DA GUSTARE!

**OLIO PURO DI NOCI CRUDE, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo.**

**USO TERAPEUTICO:** prezioso protettore del **cervello** e potente **anti-age**, efficace nelle **infiammazioni croniche come l'artrite reumatoide**, è antiossidante, remineralizzante e combatte i radicali liberi. Può essere aggiunto alla crema per il viso come trattamento per **pelli secche**. Possiede proprietà antiossidanti e **antinvecchiamento** nonché **antibatteriche e astringenti** per cui si usa per trattare pelli acneiche e pelli grasse.

**USO ALIMENTARE:** da consumare crudo su pasta, minestre, zuppe, vellutate e riso; nelle insalate e sulle verdure, come vinaigrette e per insaporire le varie pietanze proteiche.

Nella medicina tradizionale cinese le Noci Crude sono conosciute soprattutto come tonici del Rene. Stimolano l'attività cerebrale in generale, migliorano la concentrazione, rafforzano il sistema nervoso e hanno un effetto positivo sull'umore.

# Pistacchi

appassionati del corpo



I Pistacchi Crudi (*Pitacia Vera*) sono ricchi di vitamine, grassi sani, fibre, proteine, **Potassio e clorofilla**. Presentano un contenuto calorico più basso rispetto ad altra frutta a guscio. Sono un concentrato di antiossidanti, che contribuiscono a **combattere lo stress ossidativo** e a proteggere le cellule dai danni dei radicali liberi. La presenza di vitamina B6, **Potassio** e melatonina li rende ottimi per disturbi del **sistema nervoso, il miglioramento del sonno e della vista**.

**BURRO DI PISTACCHI CRUDI BIO, INTEGRALI** una prelibatezza ottenuta dalla macinazione diretta che preserva il sapore originale e i preziosi nutrienti.

#### SUGGERIMENTI D'USO

perfetto da spalmare su pane, da aggiungere a frullati o dessert, ottimo per mantecare risotti alla milanese condire la pasta, si abbina bene alla ricotta e allo stracchino.

Deliziosa base per dessert e gelati.

Provalo con il nostro **miele di melata bio** e potrai goderne una goduriosa versione dolce.

**OLIO PURO DI PISTACCHI CRUDI, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo.**

**USO TERAPEUTICO:** ricco in **clorofilla** che supporta l'emoglobina a ricostruire e integrare i glombi rossi. Ha riconosciute proprietà antitumorali. Scelta ideale per il **sostegno del sistema nervoso, il miglioramento del sonno e della vista**. Stimola il **ricambio cellulare** e con un uso regolare la pelle diventa più distesa, luminosa e levigata, è l'unico olio che stimola la produzione del **collagene**. Ideale per le **pelli secche o sensibili** e per gli appassionati di attività acquatiche, poiché **diminuisce l'effetto del cloro o del sale marino**. Può essere usato anche sui capelli secchi o ricci contrastandone la **caduta e le doppie punte**.

**USO ALIMENTARE:** ideale su patate, uova, formaggi freschi come la mozzarella, nella preparazione di salse o per condire la pasta o come ingrediente nella realizzazione di dolci e gelati.

Secondo la medicina tradizionale cinese, rafforza lo stomaco, cura la diarrea, protegge i nervi e calma il cuore, aumenta la memoria e rinforza la mente, aiuta a prevenire il cancro, aprire i canali del fegato e allevia la tosse.