

Sesamo di Ispica

una carezza dal sole



I semi di sesamo crudi di Ispica (dalla pianta *Sesamum indicum*), conosciuti per l'alto contenuto di minerali, proteine e carboidrati, sono utili per la prevenzione all'**osteoporosi e per le malattie cardiocircolatorie**.

Ottima fonte di vitamine del gruppo B, alto contenuto di **Calcio e Ferro**, fosforo e potassio che li rendono indicati per contrastare gli stati psico-fisici di **affaticamento, per rinviare le difese del sistema immunitario** grazie al contenuto di zinco e selenio che riduce i radicali liberi. Aiutano a regolare l'intestino e ad abbassare i livelli di colesterolo cattivo grazie ai fitosteroli presenti.

BURRO DI SESAMO DI ISPICA CRUDO BIO, presidio "SLOW FOOD" ottenuto dalla macinazione diretta. La sua purezza garantisce tutti i benefici di questo sesamo coltivato e essiccato al sole di Sicilia.

SUGGERIMENTI D'USO

Arricchisce i piatti di un piacevole sapore esotico. Oltre alle già famose preparazioni (hummus, halva e babaganoush) può essere abbinato a peperoni, legumi, per condire prodotti da forno aggiungendo quel tipico aroma rustico. Insaporisce riso e pasta divinamente.

PROVALO CON IL NOSTRO MOSTO COTTO D'UVA BIO E POTRAI GODERNE DI UNA STUPEFACENTE VERSIONE GOLOSA.

OLIO PURO DI SEMI DI SESAMO DI ISPICA CRUDI, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo

USO TERAPEUTICO: Questo olio vegetale contiene la sesamina che è un efficace **purificatore del fegato**. Applicato dopo il bagno o la doccia, una volta riscaldato è in grado di sciogliere le **contratture e di alleviare i dolori causati dall'artrite**. Contrasta la forfora e regola la produzione di sebo; per patologie della pelle come **eczemi, scottature, cuperose ed eritemi**, una significativa azione **antivirale, antifungina**, lenitiva e antibatterica.

USO ALIMENTARE: Da aggiungere a qualsiasi pietanza per donare il sapore caratteristico e l'aroma unico.

Medicina tradizionale cinese: utili per idratare i tessuti asciutti e promuovere i fluidi corporei, stimola anche la lattazione. Combattono l'invecchiamento.

Semi di Zucca

un check-up totale



I semi di zucca Stiriani crudi sono un alimento ricco di fibre, fosforo e antiossidanti. Sono utili per il **controllo della glicemia** nel sangue, contrastano l'**anemia** per il loro contenuto di **ferro**. La presenza di **triptofano allevia i disturbi di ansia e stress**. Sono un supporto concreto al funzionamento muscolare e nervoso. Fonte di aminoacidi, vitamine (A, B, C, E) e minerali: fosforo, potassio, calcio, magnesio, zinco, ferro e rame.

BURRO DI SEMI DI ZUCCA CRUDI BIO ottenuto dalla macinazione diretta. La sua purezza garantisce tutti i benefici dei semi di zucca crudi.

SUGGERIMENTI D'USO

È perfetto per i piatti salati, pasta, risotto, salse e condimenti, insalate o semplicemente da spalmare sul pane. Adatto a frullati, porridge, muesli e yogurt. Abbinamenti saporiti e originali si ottengono in abbinamento a pomodori, rape, fragole e lamponi. Provalo con il nostro **miele di melata bio** e potrai goderte una **sorprendente versione dolce**.

AMICEARTH TI SVELA UN "SEGRETO": AGGIUNGI UN CUCCHIAINO DI **CREMA DI ZUCCA BIO RAW** A UN BICCHIERE D'ACQUA, FRULLA TUTTO PER QUALCHE SECONDO ED ECCO IL TUO LATTE VEGETALE PRONTO DA GUSTARE. DAL SAPORE MAI PROVATO PRIMA!

OLIO PURO DI SEMI DI ZUCCA CRUDI, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo

USO TERAPEUTICO: Ricco di acidi grassi polinsaturi: acido linoleico, acido oleico, acido palmitico per la salute cardiovascolare.

Un vero alleato per la salute maschile. Produce un **effetto benefico sulla prostata** in caso di **ipertrofia prostatica**. Costituisce un valido **supporto ormonale post-menopausa**.

Un **sostegno al sistema immunitario** grazie allo zinco che protegge le cellule dai danni dei radicali liberi. Per l'alta concentrazione di fitosteroli mantiene sotto controllo il livello di colesterolo. Per il trattamento dell'**eczema, cicatrizzante**, fortifica i bulbi dei capelli e dona salute al cuoio capelluto.

USO ALIMENTARE: Esplosione di sapore nei piatti, un perfetto condimento per insalate, verdure, zuppe e primi piatti. Per dare un tocco speciale ai dolci.

Medicina tradizionale cinese: ideali per la depurazione del sistema urinario, in caso di cistite o vescica iperattiva. Validi aiuti per l'eliminazione dei parassiti intestinali.

Nigella sativa

miracolo nella modernità



La Nigella Sativa, conosciuta anche come Cumino Nero, è una pianta erbacea appartenente alla famiglia delle Ranunculaceae. Alcuni nomi con cui la Nigella sativa viene chiamata: coriandolo romano, sesamo nero, fiore di noce moscata e grano nero. È stata anche descritta come una pianta miracolosa e considerata dai primi specialisti erboristi come "l'erba del Paradiso".

La pianta della nigella è comunemente usata per trattare problemi come **asma, raffreddore da fieno, diabete, ipertensione, eczema, perdita di peso e sollievo dal dolore mestruale**.

OLIO AI SEMI DI NIGELLA CRUDI, BIO E INTEGRALI spremuto a freddo

USO TERAPEUTICO: con le sue proprietà e i suoi composti speciali allevia e **riduce l'infiammazione**, ecco perché molte persone usano l'olio di Nigella sativa al posto dell'aspirina o dell'ibuprofene. Ha la capacità di rafforzare il **sistema immunitario, combattere il cancro, ridurre il gonfiore e prevenire le reazioni allergiche** similmente all'antistaminico. Può anche avere un **effetto preventivo su colite, pancreatite e altri disturbi digestivi**.

Rinforza la salute dei capelli e del cuoio capelluto poiché questo olio contiene **nigellone e timochinone**, che la ricerca ha dimostrato di essere un importante **antistaminico**, può prevenire la **caduta dei capelli** dovuta all'alopecia androgenetica o all'alopecia areata. Ampiamente utilizzato per i disturbi della pelle grazie alle sue proprietà antinfiammatorie e **antiossidanti**.

Può eliminare le **macchie scure** intorno agli occhi se applicato con continuità.

USO ALIMENTARE: si può utilizzare come condimento a crudo aggiungendo il suo aroma particolare alle pietanze o assumerlo come integratore quotidiano.

È molto popolare in vari sistemi di medicina tradizionale. Nella letteratura islamica, è considerata una delle più grandi forme di medicina curativa. Questi semi stimolano l'energia del corpo e aiutano il recupero dalla fatica e dallo scoraggiamento.



DAI UN'OCCHIATA AL NOSTRO PROFILO INSTAGRAM PER RICETTE E SPUNTI CREATIVI DA REALIZZARE A CASA!

@amic_earth

RAW

BIO

AMICEARTH

Nutriti con l'energia dei semi vivi!



Burri vegetali e oli biologici da semi crudi integrali

LI PUOI MANGIARE! LI PUOI SPALMARE!

Con i nostri prodotti inviti la salute e la creatività nella tua vita!



Slow Food

Prodotti Artigianali

amicearth.it
TerraCura Bologna
+39 377 385 5955

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. Potenziale 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, vescicali e biliari**.

Nocciole

fortificano in profondità



La Nocciola (*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 GORDERNE UNA SUBLIME VERSIONE DOLCE.

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

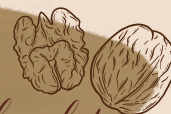
USO TERAPEUTICO: rigenerante delle cellule del **fegato** e delle cellule dell'apparato muscolo-scheletrico (studi clinici). Penetra facilmente nella cute senza ungere. Trattamento utile per le **ragadi al seno**. Purifica la pelle ed è essenziale come difesa **anti smog** aiutando a chiudere i pori 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 shiitake, per salse e marinare 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 nutrienti, tra cui fibre, **omega-3** e sali minerali, fitosteroli e fenoli.

È 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, purè 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 **antinviechiamento** 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 ai 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 globuli 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.