

SPIRULINEUR

(Broyeur de Spiruline pure en paillettes, production 100%
Ecocert)



contrôle





Le Nouveau SPIRULINEUR et l'Exhausteur de Saveur

Parfait !!! Avec de la Spiruline Pure  .

Paillettes Premium Labellisées.

Douce en goût, la paillette est un condiment étonnant, avec le Spirulineur il est à ranger avec les épices plutôt que les médicaments !!! Saupoudré Tout vos plats, Chaud et Froid avec le Spirulineur...

100% française  , notre paillette de spiruline est produite dans nos ferme, 34120 Tourbes, (fédération française de Spiruline). Chaque Spirulineur est contrôlée et emballée à la main, par nos soins.

Rincée avant le pressage

C'est notre secret pour vous délivrer une paillette au vrai goût de spiruline, léger.

Déshydratée à basse température (<40°C) et sous air filtré

Son contenu nutritionnel est ainsi préservé au mieux, et notre spiruline est crue !

Concassée à la main, parce qu'on n'aime pas la poudre...

On peut ainsi contrôler sa texture, sa couleur et son goût avant de l'emballer.

Analysée à chaque lot pour le taux de protéines et de fer

Produite selon notre charte qualité et sous mention Ecocert, la spiruline c'est l'excellence à la française. Cela nous prend plus de temps mais ça en vaut la peine !

Un condiment étonnant, une épice douce, un parmesan végétal

Et chargé de nutriments précieux ! On insiste, la spiruline est un Super-ALIMENT.

**LA SPIRULINE EST UN SUPERALIMENT ESSENTIELLEMENT
CONSOMMÉ POUR SES APPORTS NUTRITIONNELS ET SES
BIENFAITS SUR NOTRE SANTÉ. ELLE EST PRÉSENTE SUR TERRE
DEPUIS 3,5 MILLIARDS D'ANNÉES ET VIT NATURELLEMENT DANS
DES LACS D'EAU DOUCE DES PAYS CHAUDS. C'EST UN ORGANISME
MICROSCOPIQUE.**

Qu'est-ce que la spiruline ? **Un aliment ancestral**

Naturellement, la spiruline se développe dans des lacs d'eau douce riche en **sels minéraux et alcaline**, des producteurs la cultivent en France dans des fermes aquacoles et valorisent ce super aliment. **Une fédération de producteurs unique au monde**, depuis 1999, **la Fédération des Spiruliniers de France (FSF)**. Ses adhérent.e.s producteur.rice.s sont réparti.e.s dans toutes les régions de France et sont réunis autour d'une charte éthique qui les engage à produire de la spiruline selon **un esprit paysan**, dans le **respect** des Hommes et de la Nature.

COMPOSITION DE LA SPIRULINE

Un super aliment c'est « un aliment riche en nutriments considéré comme étant spécialement bénéfique pour la santé et le bien-être »

Les atouts nutritionnels les plus connus de la spiruline sont sa forte teneur en protéines, son taux de fer, son taux de bêta-carotène, sa richesse en acide gamma-linolénique ou AGL et la présence de phycocyanine.

-Pourquoi en France la Spiruline ne peut être Bio ??? La Fédération Française des Spirulinier de France vous explique.

<https://www.spiruliniersdefrance.fr/la-spiruline-bio/>

Spiruline sèche en brindilles.

La spiruline produite en France se présente sous la forme de "paillettes" ou "brindilles". C'est la garantie d'une spiruline séchée à basse température sous forme de spaghetti.

La paillette est la forme la plus adaptée pour consommer la spiruline **au quotidien** dans son alimentation, avec le Spirulineur c'est Parfait pour saupoudrer tous vos plats.

La portion recommandée par jour...

La plupart des spirulinier.ère.s recommandent aux consommateur.rice.s de manger quelques grammes par jour de spiruline (ou 1g à 5g). La spiruline étant un **aliment**, il n'existe pas de posologie pour l'intégrer à son alimentation, contrairement aux compléments alimentaires d'origine chimique, avec le Spirulineur c'est parfait, vous pouvez saupoudrer tous vos plats chaud et froid, c'est l'accompagnateur de tous vos plats préférés., la quantité que l'on peut consommer doit être directement reliée aux **besoins propres** de chacun (état de grande fatigue, préparation d'un examen, d'une compétition sportive, grossesse, ...).

- **Les protéines : quantité et qualité**

La spiruline contient entre 60% et 70% de protéines, ce qui en fait l'un des aliments connus les plus riches en protéines. Par ailleurs, ce sont des protéines complètes car elles renferment tous les acides aminés dont nous avons besoin pour notre santé.

- **Le fer : biodisponibilité**

- **L'acide gamma-linolénique comme dans le lait maternel**

L'acide gamma-linolénique est un acide gras courte chaîne de type oméga 6.

- **La phycocyanine : l'or bleu de la spiruline dans les pays du Sud.**

La spiruline que nous voyons verte contient 3 types de pigments : la chlorophylle (pigment vert), le bêta-carotène (pigment orangé) et la phycocyanine (pigment bleu).

La phycocyanine représente entre 18% et 35% du poids sec

- **Vitamine B12**

Dans 3 g de spiruline, on peut parfois mesurer jusqu'à 19% de nos apports journaliers nécessaires en vitamine B12.

- **Un beau cocktail**

A côté de ces nutriments spécifiques, la spiruline contient une belle gamme de minéraux (phosphore, potassium, magnésium, cuivre, zinc, manganèse, ...) et d'oligo-éléments.

ON Y RETROUVE TOUTES LES VITAMINES SAUF LA VITAMINE C :

- Vitamine A, la vitamine de la vue et du bronzage
- Vitamines B1, B2, B6, B9, utiles au système nerveux
- Vitamine E, la fameuse "anti-vieillessement" des cellules
- Vitamine K qui intervient dans la coagulation, la minéralisation osseuse et la croissance cellulaire

Qui consomme de la spiruline ?

- Les sportif.ve.s pour la résistance à l'effort, l'accélération de la récupération et la musculation.
- Les fatigué.e.s suite à des activités intenses, des sorties d'opération, des périodes d'insomnie, ...
- Les anémié.e.s en manque de fer et autres carences nutritionnelles.
- Les végétarien.ne.s et ceux.celles qui limitent la viande et les produits laitiers.
- Les étudiant.e.s en période d'activité d'apprentissage intense.
- Les personnes très âgées qui ne s'alimentent plus beaucoup.
- Les femmes enceintes et allaitantes.

Bref, la spiruline est naturellement bonne pour tou.te.s à tous les âges !

Accompagnée de vitamine C et d'oméga 3

La spiruline ne contient pas de vitamine C : manger un fruit avec la spiruline permettra de **mieux fixer** le fer de la spiruline !

Contre-indications

Ces caractéristiques font de la spiruline un aliment **contre-indiqué** pour les personnes présentant des teneurs en fer élevées ou porteuses de l'hémochromatose.

Commandé sur notre site internet : **<https://www.attitude-bienetre.fr/>**