



Des frites saines? C'est possible! De plus, elles sont délicieuses! Avec l'huile de coco extra vierge d'Amanprana.

L'acteur Koen De Bouw aime la cuisine saine. C'est pourquoi il était enchanté lorsqu'il a trouvé dans le magasin bio l'huile Cocos Extra Vierge d'Amanprana. 'La graisse saine', lisait-il sur l'emballage, 'sur le pain, pour la cuisson, la cuisine au wok et la friture.'

Pourquoi les frites sont-elles malsaines?

Les pommes de terre ne peuvent pas être mises en cause, car elles sont excellentes. Par contre, les huiles de supermarché bon marché, raffinées, dans lesquelles elles sont cuites, sont plus que nocives. Tout d'abord, elles contiennent de nombreux acides gras poly-insaturés (AGP), nocifs lorsqu'ils sont chauffés. Ensuite, ces huiles sont fortement désodorisées, raffinées et traitées chimiquement, ce qui les rend nocives pour nos millions de membranes cellulaires. Toutes les bonnes choses présentes dans l'huile ont été détruites. Enfin, ces huiles contiennent également souvent jusqu'à 30% de graisses trans, qui sont des parasites industriels responsables de la plupart des problèmes de civilisation et pour lesquels aucune limite de sécurité n'a été établie.

Comment dès lors préparer des frites saines? C'est très simple! Faites-les frire dans une huile saine, dans l'huile Cocos extra vierge d'Amanprana. Purement naturel. Cette huile ne contient que très peu d'AGP, n'est pas désodorisée, ni raffinée, voire chimiquement traitée et ne contient pas de graisses trans. En outre, l'huile Cocos extra vierge d'Amanprana présente de nombreuses caractéristiques saines qui ne se perdent pas à la cuisson.

Amanprana contribue à un aspect jeune et beau, favorise l'absorption de calcium et de magnésium, soutient une bonne flore intestinale, les parois intestinales et la digestion alimentaire, augmente l'immunité, préserve la dentition, tempère la faim et contient de nombreuses chaînes d'acides gras moyennes (MCT). Ces MCT vous confèrent 10% de calories en moins que les autres graisses, sont très faciles à digérer, apportent une grande vitalité et peu de stockage de graisse. Ils diminuent les accès de faim et augmentent la combustion de calories. Lors de l'usage à froid, vous goûtez la noix de coco, mais pas lors de la friture. L'huile Cocos extra vierge d'Amanprana peut se conserver jusqu'à 2 ans dans la friteuse, moyennant filtrage régulier.

Outre l'huile Cocos, Amanprana propose également 3 autres variétés à déguster sur le pain, en cuisson et au wok: Noix de Coco+Olive, Noix de Coco+Olive+Palme et Palme Rouge. Tous ces goûts sont uniques, doux et offrant chacun leurs propres avantages vitaux. L'huile de palme rouge Red Palm d'Amanprana contient par exemple 10 fois plus de carotènes que les carottes et constitue la source la plus riche en tocotriénols (vitamine-E). Ces deux substances nourrissent la peau et les yeux et les protègent contre les rayons UV du soleil.

100% bio, 100% végétarien, 100% extra vierge. Disponible en verre de 325 ml ou 1600 ml,

Pour localiser le magasin le plus proche: 'Puraliment', tel. 0369 11 11 11 www.noble-house.tk



GLUTEN 0%

Les fibres de noix de coco Amanprana, pauvres en calories et selles aisées

10 g fibres, seulement 30 Kcal par cuillère de farine de coco

| Énumération des sources de fibres | Farine de noix de coco | Son de froment | Graines de lin |
|-----------------------------------|------------------------|----------------|----------------|
| g de fibres / 100 g dont solubles | 61g / 6g | 30g / 3g | 35g / 9g |
| non solubles | 55g | 27g | 26g |
| acide phytinique nocif | non | oui | oui |
| gluten irritant | non | oui | non |
| cyanure nocif | non | oui | oui |
| 10 g de fibres | 1 c. soupe | 2 c. soupe | 2 c. soupe |
| 10 g de fibres | 30 Kcal | 72 Kcal | 114 Kcal |

L'huile de noix de coco pressée à froid, pour des frites ultra saines, délicieusement bonnes, d'une saveur douce et faciles à digérer.



Suggestion: les frites maisons bio en pelure. Facile à faire et beaucoup plus sain!



AMAN PRANA

LA FORCE VITALE SEREINE