Schär presenta la nuova colazione senza glutine

crostatina-8d9de61e

Cambia la colazione gluten free grazie a **Schär**, l'azienda italiana leader del senza glutine. Del resto, si tretta del pasto più importante della giornata, che deve garantire energia e nutrienti adeguati per affrontare gli impegni quotidiani.

«*La colazione è il primo, vero e proprio, pasto della giornata* – spiega il **Prof. Luca Piretta**, **specialista in Gastroenterologia, Endoscopia Digestiva e Scienza della Nutrizione Umana, membro del Dr. Schär Institute** – *che dovrebbe fornire in media 350-450 calorie, corrispondenti al 20% circa del fabbisogno energetico giornaliero*. *Per questo saltarla potrebbe comportare sonnolenza, difficoltà di concentrazione ed ipoglicemia. Ciò vale anche per i celiaci e per gli intolleranti al glutine che, come tutti, necessitano del corretto apporto di vitamine, sali minerali e proteine, ma soprattutto i carboidrati, tra i costituenti principali della nostra alimentazione perché facili da digerire e assimilare in quanto costituiscono l'energia "pulita" per il nostro organismo. Anche per la colazione del mattino, i celiaci possono, quindi, scegliere prodotti con carboidrati naturalmente privi di glutine, che sostituiscono egregiamente i cereali vietati e contare, così, su un'alimentazione varia ed equilibrata. Anche i grassi devono essere presenti nel primo pasto della giornata, anche se in quantità ridotte* – continua **Piretta** - *Solitamente, se parliamo di prima colazione all'italiana, l'apporto di grassi è dato dal consumo di latte vaccino, intero o parzialmente scremato, ma non sono rari i casi in cui alla celiachia e all'intolleranza al glutine si accompagna anche l'intolleranza al lattosio. Sappiamo, infatti, che il deterioramento della mucosa intestinale può portare a una carenza di lattasi, inibendo così la completa idrolizzazione del lattosio con il conseguente mancato assorbimento dei monosaccaridi derivati (glucosio e galattosio). Anche in questi casi non bisogna eliminare dalla propria dieta il latte e i suoi derivati: in commercio esistono prodotti "delattosati", che possono essere consumati in tutta sicurezza oppure consumare formaggi stagionati che hanno perso il lattosio durante la stagionatura».*

Nonostante circa 7 milioni di Italiani saltino ancora la prima colazione, va sottolineato come – nel nostro Paese – l'abitudine più radicata resti quella della prima colazione casalinga, anche se sta emergendo un nuovo trend di consumo all'insegna di una scelta salutistica e naturale, che vede frutta fresca e secca, centrifugati, tisane e tè affiancare gli alimenti classici della colazione all'italiana.

Osservatorio Aidepi/Doxa 2016

«*Non possiamo non apprezzare il 'rito' quotidiano della prima colazione in famiglia* – rimarca la **Dott.ssa Elena Dogliotti, biologa nutrizionista, membro del Dr Schär Institute** – *un grande classico della tradizione italiana che prevede il consumo di prodotti da forno, in abbinamento ad una bevanda calda, come latte, caffè, caffelatte, cappuccino o tè, e a spremuta d'arancia, marmellata, miele, cereali, muesli e yogurt. Il nostro modello di prima colazione, rispetto, ad esempio, a quella anglosassone prevalentemente a base di alimenti salati, è, infatti, meglio articolato e risponde a due obiettivi: smaltire la bile e migliorare i processi digestivi, mettendo stomaco e intestino in condizioni ideali per il resto della giornata. E questo vale anche per la prima colazione senza glutine. Oggi sono molti gli Italiani, soprattutto donne, che hanno disturbi collegati all'assunzione di glutine, un pubblico molto vasto e sempre più esigente che però – grazie all'innovazione nei processi produttivi e allo sviluppo di prodotti alimentari gluten-free – non deve più rinunciare al piacere di una gustosa prima colazione casalinga. Sempre senza perdere di vista la varietà e il gusto, caratteristiche fondamentali di un'alimentazione sana bilanciata e piacevole, a iniziare proprio dalla prima colazione».*

Proprio per rispondere ai bisogni di tutti i consumatori gluten-free, Schär punta sempre di più non solo sulla **grande attenzione alla Ricerca & Sviluppo**, sulla **scelta di materie prime e ingredienti di qualità a cominciare dai cereali naturalmente privi di glutine**, come riso, mais, quinoa, teff, amaranto, grano saraceno che contengono molte vitamine del gruppo B, e sull'**utilizzo di tecniche produttive d'avanguardia** ma anche sul **gusto**. Gusto è sinonimo di sapore, piacere, gioia, godimento e soddisfazione… imprescindibili soprattutto quando si parla di prima colazione!

Con Schär, la prima colazione è sempre un dolce risveglio grazie alla bontà e alla varietà rappresentata dai suoi tre "mondi": **la colazione classica**, con i gustosi croissant, o i tanti biscotti della tradizione (Gran Risveglio, Petit, Frollini); **la colazione benessere**, con tanti prodotti ricchi in fibre (Carrotinis, Biscotto all'Avena, Cereal Bisco) e il piacere leggero di Bon Raisin, e **la colazione golosa**, con le nuove crostatine alla nocciola, i soft waffel e le torte (Lemon Cake, Marble Cake). E fino al 3 agosto, c'è ancora più gusto a fare colazione con i prodotti Schär (Carrotinis, Gocce di Luna, Hoops, Gran Risveglio, Biscotto all'avena, Frollini, Soft Waffle, Croissant Ambient, Petit, Bon Raisin, Bon Choc): è appena partita, infatti, la **grande raccolta punti "Il Buongiorno che ti premia"** per

collezionare l’esclusivo set colazione e rendere ancora più allegra la tavola.

Il Gruppo Dr. Schär e il marchio Schär

Riconosciuto come pioniere e leader indiscusso nel mercato Europeo del senza glutine, il Gruppo Dr. Schär ha costruito una vasta offerta di prodotti senza glutine di alta qualità, innovativi e sicuri, garantendo sapore e varietà. Con oltre 150 prodotti, Schär risulta essere il marchio più forte del Gruppo Dr. Schär. Schär lavora da sempre al fianco di esperti per garantire non solo un’ampia gamma di prodotti, ma anche consulti e servizi che rendono più facile la vita a chi deve o vuole seguire una dieta senza glutine. Per ulteriori informazioni visita il sito www.drschaer.com o www.schaer.com.

www.schaer.com

www.facebook.com/schaer