

purašana
your natural protection

VOTRE SECRET VITALITÉ

Superfood, Superfood Mix,
Super Mix, Superfruit,
Super Sweet & Super Flavor

Bio - Vegan - Cru - Sans gluten





Découvrez dans cette brochure les infos produits de la gamme Purasana. Index de toutes les références à l'arrière de la brochure.

QU'EST-CE QU'UN SUPERFOOD?

Les superfoods/raw food biologiques de Purasana sont des aliments purs issus de céréales, de plantes, d'algues, de graines, de baies, de fruits, de légumes... sans pesticides, produits chimiques, agent de charge, colorant, aromatisant, conservateur ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel.

Ils sont naturellement riches en nutriments essentiels et en phytonutriments, comme les fibres alimentaires, les acides gras (oméga 3/6/9), les protéines, les vitamines, les minéraux, les acides aminés essentiels, les enzymes, les antioxydants, la chlorophylle...

QUAND PARLE-T-ON DE RAW FOOD?

On parle de Raw food lorsque les aliments sont chauffés à une température qui ne dépasse pas la chaleur corporelle, soit 40°C maximum. L'aliment conserve ainsi tous ses éléments vitaux et nécessaires – la "vie" de l'aliment est préservée – et le corps peut ainsi les assimiler de façon optimale. Les superfood/raw food vous procurent un élan de vitalité.

POURQUOI MANGER DES SUPERFOOD?

L'exploitation moderne des terres agricoles, le recours aux engrais artificiels et nombre d'autres facteurs en tout genre détériorent la valeur nutritionnelle du produit des cultures sur le plan des nutriments essentiels et des phytonutriments. Il est recommandé de consommer le plus possible des aliments crus et variés pour en retirer tous les nutriments nécessaires à un bon équilibre physiologique. Les superfoods constituent à cet effet le complément idéal et naturel. C'est la raison pour laquelle ils gagnent en popularité et sont utilisés par un nombre croissant de personnes.

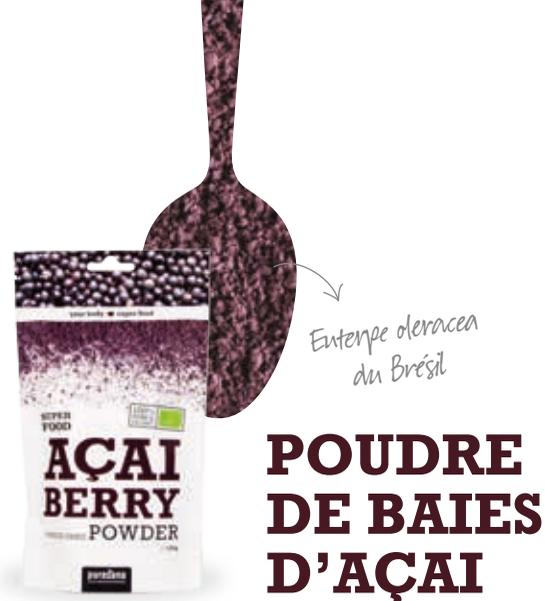
COMMENT UTILISER VOS SUPERFOOD?

Il y a une multitude de possibilités pour utiliser les superfoods. En règle générale pour tous les superfoods et superfoods mixés vous pouvez mélanger 2 à 3 cuillères à café de poudre dans 250 - 300 ml de smoothies, shakes, lait (végétal), jus de fruits ou les rajouter dans vos yaourts, céréales du petit déjeuner et desserts. Vous pouvez aussi combiner plusieurs superfood. Soyez surtout inventif et n'hésitez pas d'expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.

SUPER FOOD

Un large éventail de produits de qualité riches en éléments vitaux bénéfiques à votre santé. Laissez libre cours à votre imagination et faites-vous plaisir en créant des recettes originales.





POUDRE DE BAIES D'AÇAÍ

Extrêmement concentré, 20 kilos de fruits pour 1 kilo de poudre.

Les baies d' Açaí, semblable aux raisins, poussent le long des rives de l' Amazone, sur des palmiers qui puisent leur force dans le sol riche de la forêt tropicale. Une fois mûres, les baies sont écrasées et lyophilisées, de façon à obtenir une poudre mauve vif. Les baies sont considérées comme un fruit contenant naturellement une multitude d'éléments nutritifs et de phytonutriments. Riche en vitamines, fibres, minéraux, la poudre de baies d'Açaí de Purasana s'obtient par un processus de lyophilisation qui permet une conservation optimale des valeurs nutritives.

Riche en vitamine E, B1, B2, fibres et antioxydants.

Contient aussi du potassium, calcium, magnésium, protéines, acides palmitoléique.

Particularités

- La teneur élevée en antioxydants (haut niveau d'ORAC)
- Renforce l'immunité

2-3 cc
250-300 ml

Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes. Une petite cuillère peut donner un goût extra à vos recettes.



POUDRE DE BAOBAB

Le baobab est largement répandu à travers les savanes et les régions sèches d'Afrique. Il est aussi appelé l'arbre du pain de singe. Les arbres atteignent 20 m de hauteur et sont depuis longtemps une source importante pour l'alimentation humaine. Le fruit est recueilli avec un impact minimal sur l'environnement. Après la récolte du fruit, la coque externe dure est entrouverte et le contenu est retiré. Le baobab est connu pour sa haute teneur en vitamine C et en fibres. Le fruit contient également des minéraux essentiels comme le calcium, le potassium et le magnésium.

Riche en vitamine C, calcium, potassium, magnésium, fibres.
Contient aussi des protéines.

Particularités

- Très haut pouvoir nutritif, aussi pour les enfants
- Génère rapidement une sensation de satiété
- Accompagne souvent partie d'un régime pauvre en calories
- Supplément alimentaire pour activités sportives, en cas de fatigue
- De plus en plus populaire

2-3 cc
250-300 ml

Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



POUDRE D'HERBE D'ORGE

La poudre d'herbe d'orge est extraite de l'herbe d'orge jeune et fraîche, qui regorge d'éléments nutritifs et phytonutriments vitaux. Elle est également l'un des meilleurs moyens d'équilibrer le pH de votre corps. La poudre est biologique et ne contient aucun additif. L'herbe d'orge est séchée immédiatement après la récolte. Riche en fibres, potassium, acide folique, calcium et vitamines B1 & B5. Elle contient naturellement de la chlorophylle et des caroténoïdes.

Riche en fibres, potassium, acide folique, calcium et vitamines B1 & B5.

Contient aussi de la chlorophylle et de la bêta carotène.

Particularités

- Puissant détoxifiant (chlorophylle)
- Rétablit l'équilibre du pH dans le corps
 - meilleur fonctionnement enzymatique
 - amélioration du métabolisme
 - meilleure assimilation des nutriments
 - améliore le niveau d'énergie
- Renforce le système immunitaire

2-3 cc
250-300 ml

Pour adoucir le goût fort de la poudre d'herbe d'orge vous pouvez ajouter une petite cuillère à café de poudre de lucuma ou d'agave comme édulcorant.



POUDRE DE BETTERAVES ROUGES

Les betteraves rouges sont cultivées depuis plusieurs millénaires sous tous les climats tempérés en tant que légume. Le processus d'obtention de la poudre de jus de betteraves rouges Purasana est unique. Les betteraves rouges sont très nutritives. La poudre de betteraves rouges Purasana peut être utilisée par tous ceux qui s'orientent vers un mode de vie plus sain. Elle est également très populaire auprès des athlètes d'endurance.

Riche en vitamine A, vitamine B, vitamine C, potassium, magnésium et fer.

Contient aussi des fibres, protéines et enzymes.

Particularités

- Améliore l'endurance, procure une meilleure circulation,
- Favorise la répartition des glucides, des graisses et des protéines afin d'obtenir plus d'énergie

2-3 cc
250-300 ml

Les sportifs peuvent consommer jusqu'à 35 g en mélange. Remarque: la betterave peut colorer votre urine, ce qui est parfaitement normal.



*Theobroma cacao du Pérou
"La nourriture des dieux"*

POUDRE DE CACAO ECLATS DE CACAO FÈVES DE CACAO

Les fèves de cacao sont les graines du cacaotier, un petit arbre vert qui pousse dans les régions tropicales.

Les premières fèves de cacao sur le sol européen sont venues du Mexique. La recette de la boisson au cacao a été gardée secrète où la plus de 100 ans. Très riche en éléments nutritifs et phytonutriments, le cacao a longtemps été sous-estimé à cause de la graisse et du sucre que contient le cacao traité, c'est-à-dire le chocolat. Les flavonols de cacao contribuent à maintenir la vasodilatation dépendante de l'endothélium et favorise une meilleure circulation sanguine. Cet effet est obtenu avec un apport quotidien de 200 mg de flavonols de cacao.

Riche en fer, potassium, calcium, phosphore, magnésium, zinc et cuivre.

Contient aussi des protéines.

Particularités

- Bombe d'antioxydants (en contient davantage que le vin rouge, les myrtilles, les baies d'açaï, les grenades et les baies de goji)
- Sentiment naturel de bien-être
- Faible indice glycémique (6-10 %) et un très haut niveau d'ORAC

FÈVES DE CACAO

Produits à partir de fèves fermentées et séchées au soleil.

Les fèves de cacao déterminent le goût du chocolat. Il y a différents types de fèves de cacao, chacune avec son propre goût. Vous pouvez éplucher nos fèves de cacao en les frottant dans vos mains.

Les fèves de cacao (décortiquées ou brisées) sont idéales pour fabriquer différentes préparations à base de chocolat, au petit-déjeuner.

ECLATS DE FÈVES DE CACAO

Les éclats de fèves de cacao sont de tout petits morceaux de cacao pur, brut, sans sucre ni exhausteur de goût.

Vous pouvez ajouter les éclats de fèves de cacao à votre petit-déjeuner, aux yaourts, glaces, desserts ou comme garniture dans les gateaux.

POUDRE DE CACAO

La poudre de cacao est obtenue pour un procédé artisanal utilisant des fèves de cacao fermentées et sechées au soleil.

Cette poudre est pure et sans sucre ou exhausteur de goût.

2-3 cc
250-300 ml



Pour vous donner de l'énergie pour commencer la journée, diluer quelques cuillères de poudre de cacao et une cuillère de sucre de fleur de cocotier Purasana dans 250 - 300 ml de smoothies, shakes, lait (végétal) ou jus de fruits.



*Myrciaria dubia
de Pérou*

POUDRE DE CAMU CAMU

Le camu camu est une baie rouge-mauve originaire de l'arbre Myrciaria dubia. Cet arbre pousse près des rives de l'Amazonie et contient naturellement une multitude d'éléments nutritifs et phytonutriments.

Riche en vitamine C.

Contient aussi des protéines.

Particularités

- Renforce et protège l'immunité et la résistance

2-3 cc
250-300 ml



Goût amer (citronné) distinct, prononcé, assez sec, boisé, légèrement exotique avec des saveurs de fond sucrées, idéal pour intensifier d'autres saveurs.

Maximum 2 à 3 g par jour.



*Salvia hispanica de
Paraguay, Colombie, Pérou*

GRAINES DE CHIA

Le Chia (Salvia Hispanica) est une plante d'Amérique du Sud. Depuis des siècles, la graine est reconnue comme un aliment incontournable. La graine de chia offre naturellement dans un rapport équilibré une multitude d'éléments nutritifs et phytonutriments. Les graines de chia de Purasana sont non traitées et ne contiennent aucun additif.

Riche en oméga 3, fibres, calcium, phosphore, manganèse, cuivre et vitamines B1, B3 & E.

Contient aussi des protéines.

Particularités

- Favorise la digestion
- Source d'énergie
- Procure une longue sensation de satiété
- A un bon ratio en oméga 3/6

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.

Consommer maximum 15 g par jour.



POUDRE DE CHLORELLA

La chlorella est une micro algue verte unicellulaire, appartenant à la famille des algues vertes. C'est une algue d'eau douce de forme ronde avec un diamètre de 2-10 micromètres. Le nom chlorella vient du grec "chloros" qui signifie "vert", et du suffixe "ella" latin, qui signifie "petit". Elle pousse en grande quantité en l'Asie du Sud-Est et colore les rivières et les lacs en vert.

La chlorella est l'une des meilleures sources de nutriments au monde. Elle est composée d'une multitude d'éléments nutritifs et de phytonutriments. Elle contient comparativement plus de chlorophylle que toute autre plante sur terre. La chlorella est riche en vitamines, minéraux et fibres.

Un apport minimum de 3 g par jour de chlorella renforce la vitalité et aide à éliminer les métaux lourds de l'organisme.

Riche en fibres, phosphore, cuivre, manganèse, fer, sélénium et vitamines B1, B2, B3, B6, B9 & K.

Contient aussi des glucides, protéines, acide folique, chlorophylle.

Particularités

- Comparativement plus de chlorophylle que toute autre plante
- Puissant détoxifiant
- Substitut de préparations multivitaminées

2-3 cc
250-300 ml



La poudre de chlorella a un goût assez prononcé et puissant, elle accompagne parfaitement les légumes et des smoothies à base des légumes.

Vous pouvez utiliser 2,5 à 5 g par jour.



POUDRE DE GREEN MIX

Un mélange riche à base de poudre de chlorella, poudre de spiruline, poudre d'herbe de blé et poudre d'herbe d'orge. C'est une source de vitamines, minéraux et phytonutriments qui peuvent être absorbés facilement par le corps. Il s'agit d'un aliment complet et naturel exempt de tout additif synthétique qui est de ce fait parfaitement assimilé par l'organisme.

Riche en acide folique, sélénium, fer, toutes les vitamines B, potassium, calcium, zinc, cuivre, manganèse, chrome, phosphore et chlorophylle.

Contient aussi de la bêta carotène.

Particularités

- Puissant détoxifiant
- Effet alcalinisant
- Source de puissance et d'énergie
- Renforce le système immunitaire
- Indispensable pour tous les sportifs

2-3 cc
250-300 ml



Avec le mélange Green Mix composez vous-mêmes vos smoothies et boissons détoxifiantes et dynamisantes.



POUDRE DE GUARANA

La Paullinia cupana est une plante grimpante qui pousse en Amazonie. La poudre de guarana de Purasana est, quant à elle, obtenue à partir de graines moulues de ce fruit. La guaranine, similaire à la caféine, est naturellement présente dans les graines. La grande différence entre la caféine et la guaranine réside toutefois dans le fait que cette dernière est absorbée plus lentement par notre organisme. L'effet est donc plus long et plus réguliers.

Riche en fibres.

Source de protéines.

Contient aussi de la caféine.

Particularités

- Améliore les performances mentales, physiques et la mémoire
- Apporte énergie et endurance

1 cc
250-300 ml



La poudre de guarana peut être ajoutée dans un cocktail multi-fruits: énergie et endurance garanties.



POUDRE DE PROTÉINES DE CHANVRE

La poudre de protéine de chanvre est une source végétale de protéines issue de l'une des plantes les plus complètes et consommées au monde. Naturellement riche en protéines et fibres elle est source de vitamines et de phytonutriments. La poudre de protéines de chanvre est un excellent substitut végétarien pour les sportifs, athlètes ou personnes qui souhaitent rester en forme. Ses acides gras essentiels sont nécessaires pour une croissance normale et le développement des enfants. Le procédé de mouture unique garantit une poudre sans additif ni traitement chimique.

Riche en fibres, protéines, fer, magnésium, phosphore, potassium et oméga 3.

Source de calcium.

Contient aussi des vitamines B1, B2, B3, B6, E.

Particularités

- Source de protéines végétales
- Alternative saine à la viande et au poisson
- Idéal pour les végétariens et les sportifs

2-3 cc
250-300 ml



Délicieuse saupoudrée sur les salades. Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



GRAINE DE CHANVRE DÉCORTIQUÉE

La graine de chanvre décortiquée est constituée de la chair de la graine (intérieur blanc). Ses acides gras essentiels sont nécessaires pour une croissance normale et le développement des enfants.

Riche en fibres, protéines, fer, magnésium, phosphore, potassium et oméga 3.

Source de calcium

Contient aussi des vitamines B1, B2, B3, B6, E.

Particularités

- Source de protéines végétales
- Alternative saine à la viande et au poisson
- Idéal pour les végétariens et les sportifs

2-3 cc
250-300 ml

Délicieuse saupoudrée sur les salades. Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



POUDRE DE LUCUMA

La poudre de lucuma provient des fruits séchés et moulus de l'arbre lucuma qui pousse dans la région des Andes. Ce fruit s'est vu attribuer le surnom "d' Or des Incas". Substitut idéal à d'autres édulcorants, il possède un indice glycémique bas et un goût délicieux. Il contient naturellement des sucres, des vitamines-B, des minéraux et des phytonutriments. La poudre de lucuma de Purasana provient des fruits séchés à basse température et ne subit aucun traitement chimique.

Contient des vitamines B1, B2, B9, phosphore, protéines et fibres.

Particularités

- Riche en sucres lents = carburant pour l'organisme
- Goût sucré naturel, pas de sucres inutiles faisant grossir, faible indice glycémique
- Renforce le système immunitaire
- Remplace les pommes de terre dans l'alimentation des enfants au Pérou

2-3 cc
250-300 ml

Goût légèrement sucré, doux avec des notes d'érable et de patate douce. Utiliser 3 à 25 g par jour.



POUDRE DE MACA

La maca est une petite plante à tubercules, cultivée depuis des siècles par la population autochtone des Andes. La maca pousse uniquement à une altitude supérieure à 3.500 – 4000 mètres. La racine est séchée au soleil et ensuite moulue. La poudre de maca de Purasana est riche en calcium et en fer. Avec un apport minimum de 1,5 à 3 g par jour la maca soutient les performances physiques et intellectuelles. C'est une source d'énergie et un stimulant pour améliorer le libido.

Riche en calcium et fer.

Contient des protéines.

Particularités

- Soutient les performances physiques et intellectuelles
- Une source d'énergie
- Stimulant pour la libido

2-3 cc
250-300 ml

Goût légèrement malté avec des pointes sucrées. Peut-être utilisée quotidiennement en cuisine, effet réchauffant par temps froid. Bon émulsifiant. Vous pouvez utiliser 10 à 20 g par jour.



POUDRE DE SPIRULINE

La spiruline est une algue d'eau douce microscopique, qui contient plus de nutriments essentiels et de phytonutriments que tout autre aliment. Les vitamines et les minéraux de la spiruline sont facilement absorbés par le corps. Avec un apport minimum de 600 à 900 mg par jour la spiruline est un complément alimentaire idéal en accompagnement des régimes et des programmes amincissants.

Riche en protéines, phosphore, magnésium, fer, potassium, zinc et vitamines B1, B2, B3, B6, K.

Source de calcium, cuivre, chrome, sélénium, chlorophylle, bêta carotène et zeaxanthine.

Particularités

- Améliore l'endurance, procure une meilleure circulation
- Favorise la répartition des glucides, des graisses et des protéines afin d'obtenir plus d'énergie

1 cc
250-300 ml

Son goût se situe entre celui des légumes potagers et des légumes marins, il est plus doux que celui de la chlorella. La poudre de spiruline se combine aisément aux légumes, aux potages. Dose : 2,5 à 5 g par jour.



POUDRE D'HERBE DE BLÉ

L'herbe de blé est récoltée lorsque la plante est encore jeune. Pendant sa phase de croissance, elle possède une composition unique qui offre tout ce dont notre corps a besoin pour fonctionner de façon optimale. L'herbe de blé de Purasana est biologique et cultivée en plein air. La combinaison de lumière naturelle et d'un sol riche favorise la concentration de nutriments dans les jeunes herbes en pleine croissance.

Riche en acide folique, calcium, potassium, fer, vitamines B1, B5, protéines et fibres.

Source de chlorophylle et de bêta carotène.

Particularités

- Détoxifiant (chlorophylle)
- Restaure le système digestif
- Riche en nutriments essentiels
- Couvre les besoins journaliers en légumes verts
- Sans gluten

2-3 cc
250-300 ml

La poudre d'herbe de blé a un goût rond et doux très particulier. Ce superfood se dissout dans n'importe quel boisson.



POUDRE DE BAIES DE GOJI

Les baies de Goji sont utilisées depuis plus de 3000 ans dans la médecine asiatique. Il s'agit de baies juteuses rouge-orangé qui poussent sur des arbustes, à l'origine en Asie. La poudre de baies de Goji Purasana est une poudre lyophilisée au délicieux arôme doux-amer, tout comme les baies fraîches. Les baies de Goji contiennent naturellement des vitamines essentielles et sont riches en caroténoïdes.

Riche en vitamine A, C, B1, B2, B6 et carotène.

Particularités

- Contient différentes vitamines et acides aminés
- Donne une jolie couleur à vos plats

2-3 cc
250-300 ml

Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



POUDRE DE QUINOA INSTANTANÉE

Le quinoa est une pseudo-céréale savoureuse et nutritive qui est cultivée en Amérique du Sud depuis des milliers d'années. Le quinoa est une source de protéines complètes, contenant tous les acides aminés essentiels, avec une haute digestibilité des protéines, considérée comme équivalente à celle du lait. Comparé à certaines céréales le quinoa est "light": sans gluten, très digeste, avec un faible indice glycémique et avec une saveur délicieuse. Il crée une sensation de satiété grâce à sa teneur en fibres et en protéines.

Riche en vitamine B1, phosphore, magnésium, fer, cuivre et manganèse.

Source de calcium & acides aminés.

Particularités

- Contient plusieurs nutriments et acides aminés
- Une source de protéines complètes
- Idéal pour les végétariens et les végétariens

2-3 cc
250-300 ml

La poudre de quinoa instantanée Purasana a une saveur douce et est facilement soluble dans les liquides.



(POUDRE DE) POLLEN D'ABEILLE

Le pollen d'abeille est composé de petites boulettes produites par les abeilles lorsqu'elles mélangent leur nectar aux grains microscopiques du pollen de fleurs qu'elles récoltent. Le pollen d'abeille est partiellement collecté lors de l'entrée des abeilles dans la ruche. Le pollen Purasana est multifleurs avec un goût floral prononcé. Sa provenance européenne garantit une qualité maximale.

Le pollen contient des antioxydants et des acides aminés essentiels. En outre, il est riche en vitamine B. Le pollen d'abeille renforce notre vitalité et nos défenses naturelles et soutient notre immunité.

Riche en vitamine B1, B2, B9, E.

Source de la vitamine C, cuivre, sélénium, phosphore, calcium, potassium et zinc.

Particularités

- Renforce la vitalité et les défenses naturelles
- Contient des antioxydants et des acides aminés essentiels
- Idéal pour renforcer la vitalité de l'organisme et apporter de l'énergie

2-3 cc
250-300 ml

Vous pouvez aussi combiner plusieurs sortes de superfood. Il est recommandé de ne pas cuire le pollen d'abeille.

SUPERFOOD

MIX

Purasana a formulé quelques mélanges de Superfood offrant une valeur nutritionnelle accrue et un goût agréable.



QUINOA INSTANTANÉ & CACAO

Le quinoa est une pseudo-céréale avec un profil complet en protéines, ce qui signifie qu'il fournit tous les acides aminés essentiels, avec une haute digestibilité des protéines. Cette source de protéines est considérée comme équivalente à celle du lait. Comparé à certaines céréales, le quinoa est considéré comme "light", il est sans gluten, facile à digérer, avec un faible indice glycémique et une saveur délicieuse. L'ajout de poudre de cacao et de lucuma bio augmente la valeur nutritionnelle et améliore le goût.

Riche en potassium, phosphore, magnésium, fer, cuivre, manganèse.

Source de vitamine B1, calcium, acides aminés.

Particularités

- Usage divers
- Idéal pour les jeunes et personnes âgées
- Idéal pour les végétariens et les végétalistes

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



MACA & CACAO

Ajouter du cacao et du lucuma à la maca permet d'en neutraliser le goût pas toujours agréable. Vous profitez ainsi avec plaisir des propriétés nutritives de ce mélange divin. La maca soutient les performances physiques et intellectuelles, constitue une source d'énergie et stimule la libido. La maca Purasana est gélatinisée, ce qui signifie que les chaînes d'amidon ont été brisées pour en faciliter la digestion et l'absorption. Le cacao est riche en potassium, phosphore, magnésium, calcium, zinc et cuivre. Le lucuma renforce l'action énergisante de la maca et possède un goût sucré agréable.

Riche en vitamine C, fer et cuivre.

Source de potassium, calcium, phosphore et magnésium.

Particularités

- Source d'énergie
- Haut niveau d'antioxydants
- Idéal pour les sportifs

2-3 cc
250-300 ml

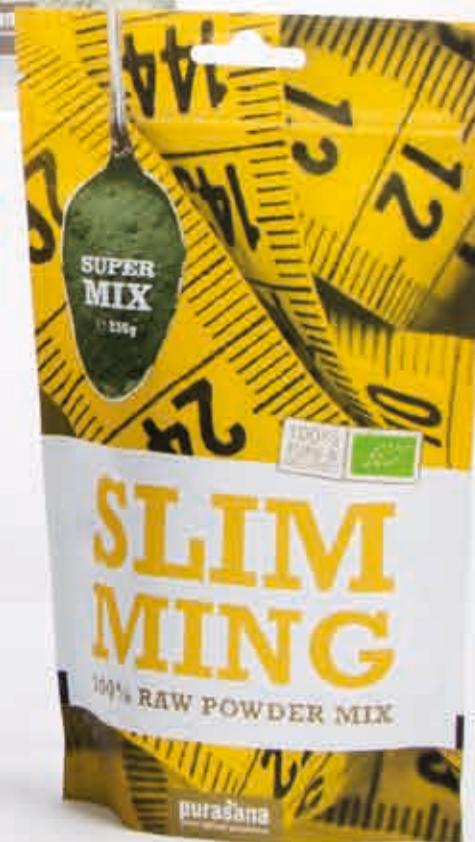


Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.

SUPER MIX

Découvrez tous les bienfaits des poudres de Superfood Purasana: une source nutritionnelle incroyable sous une forme facile à utiliser. Poudres pures et biologiques dans un mélange exquis sans additif.

Chaque mix a sa spécificité, pour que vous puissiez choisir le mix dont votre corps a besoin.





MIX PETIT- DEJEUNER

Maca, lucuma, spiruline, baies d'açaï, graines de chanvre et poudre de cacao.

Le mix Breakfast bio Purasana est un mélange de 6 aliments 100% purs et non traités, exempts de pesticides, substances chimiques, colorants, agents de charges, aromatisants, conservateurs et/ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel. Il contient une haute teneur en éléments nutritifs et phytonutriments et pour cette raison on peut réellement parler de super aliments. Ce mix de Superfood est un bienfait pour le corps et l'esprit, sans surcharger l'organisme de mauvaises graisses, sucres, toxines, etc. Il convient donc parfaitement à un style de vie sain et actif.

Riche en vitamine K, B1, B2, B3, potassium, phosphore, magnésium, fer, zinc, cuivre, manganèse et sélénium.

Source de vitamine E, acide folique et calcium.

Contient aussi de la chlorophylle, bêta carotène et zéaxanthine.

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



MIX RICHE EN FIBRE

Herbe de blé, herbe d'orge, poudre de cacao et lucuma.

Le mix Fiber bio Purasana est un mélange de 4 aliments purs et non traités, exempts de pesticides, substances chimiques, colorants, agents de charges, aromatisants, conservateurs et/ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel. Il contient une haute teneur en éléments nutritifs et phytonutriments et pour cette raison on peut réellement parler de super aliments.

Ce mix de Superfood est un bienfait pour le corps et l'esprit, sans surcharger l'organisme de mauvaises graisses, sucres, toxines, etc. Il convient donc parfaitement à un style de vie sain et actif.

Riche en fibres, acide folique, potassium, calcium, fer et cuivre.

Source de vitamine B1, B5, phosphore et magnésium.

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



MIX MINCEUR

Lucuma, guarana, spiruline, chlorella et graines de chanvre décortiquées.

Le mix Slimming bio Purasana est un mélange de 5 aliments purs et non traités, exempts de pesticides, substances chimiques, colorants, agents de charges, aromatisants, conservateurs et/ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel. Il contient une haute teneur en éléments nutritifs et phytonutriments et pour cette raison on peut réellement parler de super aliments. Ce mix de Superfood est un bienfait pour le corps et l'esprit, sans surcharger l'organisme de mauvaises graisses, sucres, toxines, etc. Il convient donc parfaitement à un style de vie sain et actif. Purasana mix "Minceur" contient de la spiruline, il est riche en oméga 3, vitamines et minéraux. Avec un apport quotidien minimum de 4 g du mix "Minceur", la spiruline apporte de l'énergie et diminue la sensation de faim. Il est également recommandé lors d'une diète pour maintenir la volume musculaire et aide améliorer le tonus et la vitalité.

Riche en fibres, vitamine K, B1, B2, B3, acide folique, potassium, phosphore, magnésium, fer, zinc, cuivre, manganèse, chrome et sélénium.

Contient aussi de l'oméga 6, bêta carotène, zéaxanthine et caféine.

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



MIX SPORTIF

Spiruline, guarana, lucuma, poudre de baies d'açaï, poudre de protéines de chanvre, maca, poudre de cacao et graines de chanvre.

Le mix Sport bio Purasana est un mélange de 8 aliments purs et non traités, exempts de pesticides, substances chimiques, colorants, agents de charges, aromatisants, conservateurs et/ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel. Il contient une haute teneur en éléments nutritifs et phytonutriments et pour cette raison on peut réellement parler de super aliments. Ce mix de Superfood est un bienfait pour le corps et l'esprit, sans surcharger l'organisme de mauvaises graisses, sucres, toxines, etc. Il convient donc parfaitement à un style de vie sain et actif. Purasana mix

"Formule Sportif" est riche en vitamines en minéraux et contient la poudre de protéine de chanvre qui est un excellent substitut végétarien pour les sportifs et athlètes. La guaranine contenue dans le guarana fonctionne comme la caféine, mais avec un effet prolongé et plus régulier.

Riche en vitamine B1, B2, B3, potassium, phosphore, fer et zinc.

Source de vitamine K, B6, calcium, magnésium, manganèse.

Contient aussi de la bêta carotène, zéaxanthine, caféine.

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



MIX DÉTOX TOTAL

Chlorella, spiruline, poudre de cacao, herbe d'orge, lucuma et herbe de blé.

Le mix Detox Total bio Purasana est un mélange de 6 aliments purs et non traités, exempts de pesticides, substances chimiques, colorants, agents de charges, aromatisants, conservateurs et/ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel. Il contient une haute teneur en éléments nutritifs et phytonutriments et pour cette raison on peut réellement parler de super aliments.

Ce mix de Superfood est un bienfait pour le corps et l'esprit, sans surcharger l'organisme de mauvaises graisses, sucres, toxines, etc. Il convient donc parfaitement à un style de vie sain et actif. Purasana mix "Détox Total" est riche en vitamines et minéraux et contient aussi la chlorella. La chlorella est riche en vitamines, minéraux et fibres. Avec un apport minimum de 15 g par jour de mix "Détox Total" la chlorella renforce la vitalité et contribue à éliminer les métaux lourds.

Riche en vitamine B1, B2, B3, acide folique, potassium, calcium, phosphore, fer, zinc, cuivre, manganèse, sélénium.
Source de vitamine K, B6, chrome.
Contient aussi de la chlorophylle, bêta carotène et zéaxanthine.

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.



MIX VITALITÉ

Poudre de baies d'asaï, lucuma, guarana, poudre de cacao, spiruline et herbe de blé.

Le mix Vitality bio Purasana est un mélange de 7 aliments purs et non traités exempts de pesticides, substances chimiques, colorants, agents de charge, aromatisants, conservateurs et/ou tout autre type d'additif synthétique ou artificiel. Il contient une haute teneur en éléments nutritifs et phytonutriments et pour cette raison on peut réellement parler de super aliments.

Ce mix de Superfood est un bienfait pour le corps et l'esprit, sans surcharger l'organisme de mauvaises graisses, sucres, toxines, etc. Il convient donc parfaitement à un style de vie sain et actif. Purasana mix "Vitalité" est riche en fer, acide folique, sélénium, chrome et vitamines B. La guaranine contenue dans le guarana fonctionne comme la caféine, mais avec un effet prolongé et plus régulier.

Riche en vitamine B1, B2, acide folique, potassium, phosphore, magnésium, fer, zinc, cuivre, sélénium et chrome.
Source de vitamine K, B3, calcium et manganèse
Contient aussi de la chlorophylle, bêta carotène et zéaxanthine.

2-3 cc
250-300 ml



Soyez surtout inventif et n'hésitez pas à expérimenter en ajoutant les superfoods dans vos plats et recettes.

SUPER FRUIT



Les baies ne sont pas seulement délicieuses à manger, elles offrent de nombreux avantages pour la santé. Les baies séchées gardent la totalité des nutriments actifs qui restent pratiquement intacts lors du séchage. Leur couleur intense indique, entre autre, la présence de substances bioactives. Elles sont pleines de vitamines, minéraux et antioxydants. Les avantages des baies ne sont pas attribuables à un actif particulier, mais la synergie des différentes substances bioactives. Elles se mangent tel quel ou mélangées avec les muesli, yaourts, du fromage blanc, dans les salades, smoothies, pâtisseries, etc...



BAIES DE CASSIS

Les cassis sont les baies noires d'un arbrisseau de la famille des Grossulariacées originaire de l'Europe septentrionale. Ils poussent spontanément dans les régions montagneuses et froides de la zone paléarctique. Le cassis contient beaucoup de vitamine C.

Principales substances

- Vitamine C
- Vitamine B
- Vitamine A
- Calcium
- Potassium
- Magnésium
- Fer



Goût fruité et généreux. Tous les super fruits Purasana peuvent s'utiliser seul ou mélangés entre eux. Idéal comme en-cas.



BAIES DE MYRTILLES

La myrtille est une plante de la famille des Ericaceaeées. C'est un arbuste d'environ 1,5 à 2 m de haut originaire du Nord-Ouest de l'Amérique. Les myrtilles contiennent beaucoup de minéraux et de vitamines.

Principales substances

- Vitamine C
- Sodium
- Potassium
- Calcium
- Phosphore
- Fer
- Magnésium
- Cuivre
- Zinc
- Antyoxidants



La myrtille a un goût prononcé, fruité et intense. Elle rend les smoothies estivaux plus fruités et naturellement sucrés. Ce super fruit apporte de belles nuances colorées.



BAIES DE CANNEBERGES

La canneberge, la grande airelle rouge d'Amérique du Nord, l'atoca ou l'ataca ou encore souvent appelée par son nom anglais dans les produits Européens, cranberry. C'est un arbrisseau qui croît dans les tourbières des régions froides. La canneberge est une plante de la famille des Ericaceaeées.

Principales substances

- Fibres
- Vitamine C
- Potassium
- Calcium
- Phosphore
- Fer
- Magnésium
- Cuivre
- Zinc



Goût légèrement acide, mais fruité et intense. Elles s'utilisent dans des smoothies à base de fruits, complément idéal de pommes en accompagnement de gibier. Elles se mélangent à des sauces froides, par ex. la mayonnaise, la véganaise, elles rendent les sauces plus intenses, plus rondes et leurs apportent un goût légèrement fruité.



BAIES DE GOJI

Le Goji est un fruit qui pousse sur des arbustes à feuillage persistant Lycium Barbarum et Lycium Chinense. C'est un fruit originaire d'Asie. Cette baie contient des antioxydants, vitamines et minéraux.

Principales substances

- Vitamine C
- Fer
- Fibres
- Vitamine B2, B6
- Calcium
- Magnésium
- Cuivre
- Zinc
- Bêta carotène
- Antyoxidants
- Potassium
- Sodium



Utilisées en quantité suffisante : goût fruité, discret ; les baies de goji accompagnent les salades de fruits, jus, muesli ou pour finaliser certains plats à base de légumes. Elles apportent de la couleur et se combinent également à des smoothies. Les astuces : ajouter 10 à 20 baies au thé pour en enlever l'amertume. Les faire tremper 1h avant utilisation afin de les ramollir.



BAIES DE GROSEILLES DU CAP

Le Coqueret du Pérou (*Physalis peruviana*) est une espèce du genre *Physalis* originaire d'Amérique du Sud (Colombie, Chili, Pérou). Le fruit séché du *Physalis Peruviana* est orange et est aujourd'hui commercialisé sous le nom de "Inca Berry" (la baie de l'Inca).

Principales substances

- Vitamine C
- Vitamine B1, B2, B6, B12
- Vitamine A
- Calcium
- Antyoxidants



Goût fruité exotique, légèrement acide, sucré et frais. Elles intensifient les saveurs d'autres fruits dans les smoothies, lient légèrement les smoothies (grâce à la pectine). Bon complément pour végétariens, culturistes, personnes ayant un travail physique grâce à leur concentration élevée en protéines (16%).



FRAISES

La fraise est le fruit des fraisiers, herbacées de la famille des Rosaceae. Au XVIIe siècle différentes espèces ont été importées en Europe du Nord et du Sud de l'Amérique. Les fraises sont faibles en calories, riches en fibres et source naturelle de sucres.

Principales substances

- Fibres
- Vitamine C
- Sodium
- Potassium
- Calcium
- Phosphore
- Magnésium
- Fer
- Antyoxidants



Goût sucré divin, goût fruité intense, transforme n'importe quel plat en un délice sucré exquis.



CERISES DOUCES

Le cerisier sauvage ou merisier est un arbre originaire d'Europe, appartenant au genre *Prunus* de la famille des Rosaceae, qui atteint 20m de haut. Le cerisier cultivé dans les jardins est plus connu, il existe de nombreuses variétés, plus succulentes les unes que les autres.

Principales substances

- Vitamine C
- Potassium
- Calcium
- Phosphore
- Magnésium



Goût fruité, doux et intense. Tous les super fruits Purasana peuvent s'utiliser seul ou mélangés entre eux. Idéal comme en-cas.



BAIES ULTRA MIX

Un mélange riche, composé de baies de goji séchées (Lycium Barbarum), canneberges (Vaccinium macrocarpon) et mûres blanches (Morus alba).

Principales substances

- Vitamines B1, B2, B3, B5, B6
- Vitamines A, C, E
- Fer
- Magnésium
- Potassium
- Sodium
- Zinc
- Sélénium



Tous les super fruits Purasana peuvent s'utiliser seul ou mélangés entre eux. Idéal comme en-cas.



BAIES DE MÛRIER BLANC

Morus alba

Le mûrier blanc, ou mûrier commun, est un arbre fruitier appartenant à la famille des Moraceae. Originaire de Chine, il provient maintenant principalement de Turquie. Le mûrier blanc peut atteindre 16 mètres de haut. Les fruits du mûrier blanc ressemblent aux framboises ou aux mûres sauvages et contiennent différentes vitamines et minéraux.

Principales substances

- Fer
- Calcium
- Vitamine C
- Fibres
- Antyoxidants



Un goût suave qui fait ressortir les saveurs de cacao dans des smoothies au cacao. Rend les smoothies naturellement plus sucré et plus intenses.



*Vous pouvez trouver la
recette de ce petit déjeuner
croustillant dans notre nouveau
livre de recette Purasana
"Devenir un Super Food Chef"*

SUPER SWEET & SUPER FLAVOR

Pour confectionner des smoothies, shakes, desserts,
utiliser les sweet et flavor de la gamme Purasana :
c'est la garantie de régaler les grands et les petits !





*Musa acuminata
d'Equateur*

POUDRE DE BANANES

Cette poudre de bananes Purasana 100% pure et biologique est produite à partir de bananes mûries sur l'arbre. La poudre est légèrement jaune avec un goût et une odeur typique et intense de bananes fraîches.

Principales substances

- Vitamine B6
- Vitamine C
- Potassium
- Bêta carotène
- Magnésium



La poudre de bananes Purasana est idéale dans la nourriture pour bébé, purée de fruits, desserts, pâtisseries, smoothies, muesli.... Très savoureux, aussi dans un cocktail.



*Cocos nucifera
d'Indonésie*

SUCRE DE FLEUR DE COCOTIER

Le sucre de fleur de cocotier Purasana provient du nectar des fleurs de cocotier. Aromatique, au goût intense. Ce délicieux sucre brun non raffiné au goût de caramel rajoute chaleur, profondeur et couleur à tous vos plats et desserts. Il contient du potassium, zinc, fer, magnésium & vitamines B. C'est un sucre lent avec un index glycémique de 35 (ex : le pain blanc 75, pomme de terre cuites à l'eau 78), ce qui fait que les calories sont absorbées plus lentement et cause de moins grandes fluctuations de la glycémie.

Principales substances

- Sodium
- Calcium
- Fer
- Potassium
- Magnésium
- Phosphore
- Zinc



Le sucre de fleur de cocotier Purasana est idéal dans la nourriture pour bébé, purée de fruits, desserts, pâtisseries, smoothies, muesli.... Très savoureux, aussi dans un cocktail.



*Agave tequilana
de Mexique*

POUDRE DE SUCRE D'AGAVE

La poudre de sucre d'agave est fabriquée à partir du nectar sucré de l'agave bleu (variété connue pour son grand pouvoir sucrant) qui pousse sur le sol volcanique du sud du Mexique. Cette plante est similaire aux cactus et yuccas en ce qui concerne la forme et l'habitat, mais fait en réalité partie des 136 variétés de la famille Agavaceae. L'agave est une source d'inuline, un glucide du groupe des fructanes. La poudre d'agave Purasana est très soluble et s'utilise dans de nombreux plats. Elle procure une agréable sensation en bouche, et sucre davantage que le sucre mais avec un plus faible indice glycémique. (GI 26).



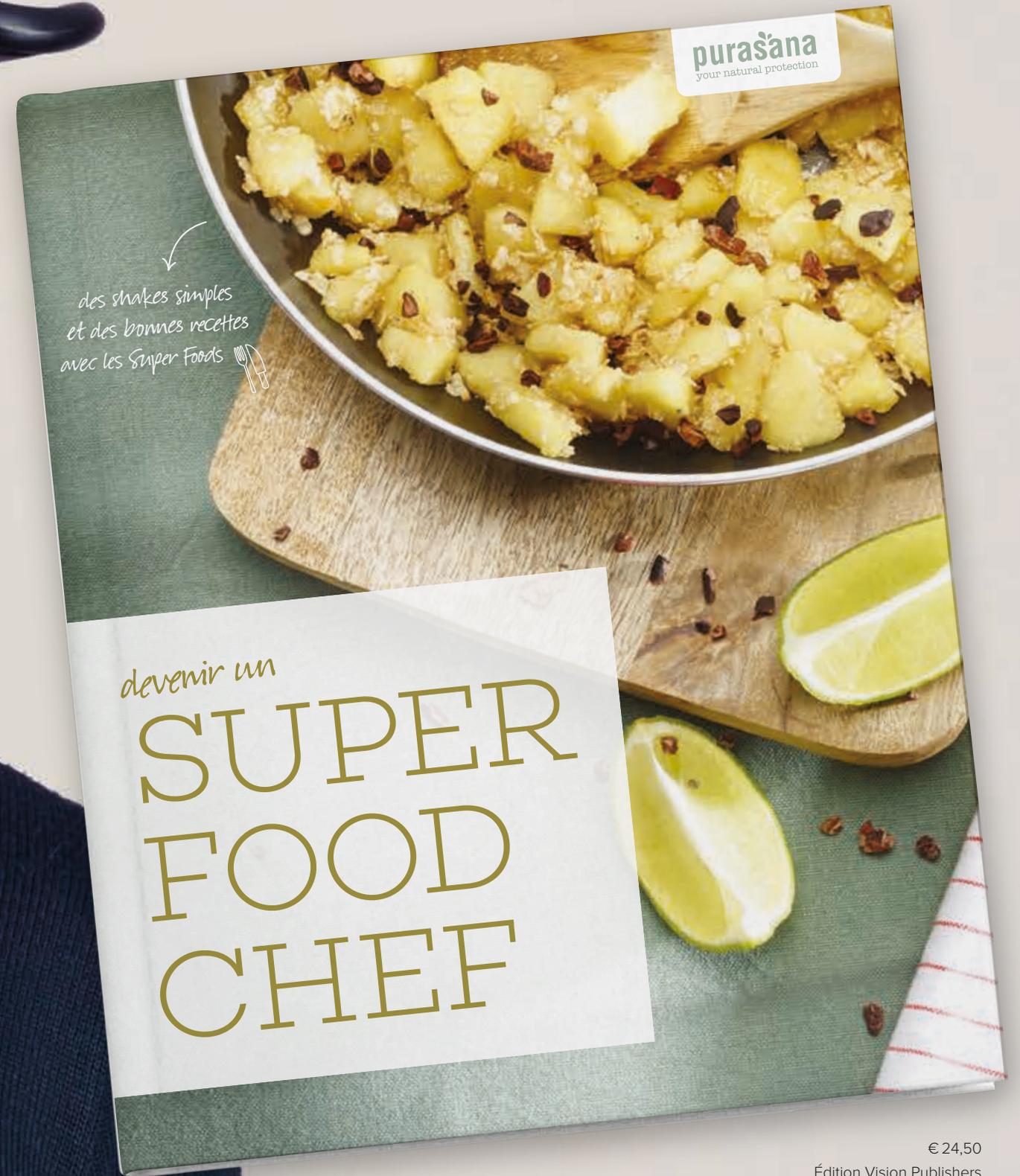
Le sucre d'agave Purasana est idéal dans la nourriture pour bébé, purée de fruits, desserts, pâtisseries, smoothies, muesli.... Très savoureux, aussi dans un cocktail.





**METTEZ VOUS À L'ŒUVRE AVEC
NOS PRODUITS ET LE LIVRE DE
RECETTES PURASANA**

56 recettes, 96 pages
shakes, petit-déjeuner, déjeuner, dessert,
de nombreux conseils, informations
et bien plus!



purašana
your natural protection

des shakes simples
et des bonnes recettes
avec les Super Foods 

devenir un
**SUPER
FOOD
CHEF**

€ 24,50
Édition Vision Publishers
ISBN FR 978 90 7988 136 9

Purasana, un style de vie sain pour tous les âges!



Super Food, Fruit, Mix, Flavor, Bites, ...

Tout pour enrichir
vos repas quotidiens.



Gemmo thérapie

Macérat de jeunes
pousses et bourgeons.



Cuisiner sain avec l'huile de coco

Huile de coco sans
odeur pour frire, cuire
et tartiner.



Sel de cuisine de l'Himalaya

Apporte une touche
supplémentaire à tous
les plats crus ou cuits.