

Seme intero: come gli altri semi, nella preparazione di pane, grissini, pizze, biscotti vari. Frullato in acqua e filtrato per produrre latte di canapa (100 grammi in 1 litro di acqua).

Seme intero tostato e macinato: in biscotti tipo amaretti, croccanti e simili.

Come integratore: uno o più cucchiaini al giorno di polvere di semi tostati. Per tostare, scaldare una padella a medio calore, calare qualche manciata di semi ben asciutti, rimescolare perché non brucino; sono pronti quando iniziano a scoppiettare in quantità. Salare e aggiungere peperoncino per aromatizzare.

Seme decorticato: puro in aggiunta a pasta, minestre, insalate, formaggio, yogurt, gelati. Di gusto molto gradevole. Frullandolo se ne può fare una crema spalmabile, pestando il basilico e aggiungendo olio extravergine di oliva e seme decorticato di canapa sale si può ottenere un buon pesto.

Olio di semi: puro a crudo, per condire insalate, pesce, pasta, carpaccio di carne. Come integratore a cucchiaini, con costanza a fine pasto. Per chi non vuole rinunciare al sapore dell'olio di oliva: mescolato al 20% con olio extra vergine di oliva, sempre per condire a crudo.

NON ADATTO PER FRIGGERE

Farina di Canapa: Conferisce un gusto di nocciolato, ed un colorito bruno dorato agli impasti in cui viene aggiunta. Ottima in aggiunta ad altri tipi di farine. Può sostituire la farina di cereali in proporzione dal 5 al 15/20% a seconda dei gusti negli impasti di tutti i prodotti da forno (pane, grissini, pizze, friselle, taralli, biscotti), nella pastella delle crepes, in besciamella, pasta fatta in casa anche con ripieni, gnocchi, pasta frolla, infarinature in genere. Nella preparazione di torte e biscotti occorre dimezzare la quantità di burro indicata in ricetta perché la farina di canapa contiene già una parte di olio. Si può usare fino a un terzo del totale in amaretti e altri biscotti. Sana e squisita alternativa anche nella preparazione di salse sughie e condimento.



Green Italy S.r.l.®

Prodotti Qualità Italiana



- **Prodotti di canapa sativa**
- **alimentare 100% italiana:**

- Olio vergine di prima spremitura a freddo, seme intero, seme decorticato, farina proteica di semi.
- **Prodotti contenenti canapa sativa:**
- Canapella, (crema spalmabile canapa, nocciole, cacao), Canacremeni, canapotti (Cioccolatini alla canapa)
- Biscotti con farina proteica di canapa.
- Pasta, vari formati con senator cappelli e farina proteica di canapa.
- Sughie, salse, mostarde, marmellate.
- Gallette mais alla canapa, Canapulenta ecc..

NON alimentare

- Cosmetici
- Tessile
- Fibra canapa (Pannelli isolanti ecc..)
- Canapulo (Edilizia, lettiera animali...)

Green Italy S.r.l.®

Via Francesco Ferruccio 10
10031 Borgomasino (TO) - Italia
Tel.: +39 329 190 3000

Sito: www.green-italy.it
Email: info@green-italy.it

P. iva e cod. fisc. IT11156090018
Numero REA: 1192063

Green Italy S.r.l. nasce come spin off dell'Associazione Orto Etico nell'anfiteatro morenico di Ivrea. Dal 2013 le energie sono state canalizzate verso il reimpianto della Canapa Sativa in Canavese, divulgando le modalità di semina, raccolta e trasformazione del seme ed ha localizzato i propri obiettivi verso la produzione e commercializzazione dei prodotti derivati dalla canapa sativa del territorio piemontese, unendola ad altri prodotti di qualità artigianale, con particolare attenzione per quelli del proprio territorio. Per raggiungere gli obiettivi ha avviato una collaborazione con i coltivatori della zona Canavese, Vercellese, Biellese e la trasformazione avviene con la collaborazione di laboratori artigianali.

Canabis protectio

Il ministero della salute - con circolare del 22 maggio 2009 - riconosce il valore del seme di canapa per la salute, in primis l'olio di canapa per il suo contenuto di acidi grassi polinsaturi (Essential Fatty Acid-EFA) e per la sua proporzione di omega 3 e omega 6. Gli EFA che il nostro organismo non è in grado di sintetizzare devono essere assunti quotidianamente in quantità sufficienti affinché non si manifestino sintomi o vere e proprie malattie da carenza. Ricerche recenti hanno evidenziato che gli EFA, con svariati meccanismi, svolgono funzioni metaboliche indispensabili, consentono la formazione di molecole che intervengono positivamente nei processi infiammatori nella febbre e nel dolore conseguenti a malattie o traumi. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) raccomanda da anni l'assunzione di omega 6 e 3 in rapporto da 3:1 a 5:1. L'olio di canapa come l'olio di pesce ne contiene in rapporto ottimale di 3:1 e la sua assunzione non ha controindicazioni. La differenza è che l'olio di pesce contiene circa il 35% di EFA e viene estratto chimicamente; l'olio di canapa contiene EFA in misura del 75% circa, estratto con spremitura a freddo e può essere disponibile in grandi quantità aumentando superfici coltivate.



Olio di canapa viene utilizzato sia come integratore alimentare che come coadiuvante dei farmaci per patologie tra cui: tutte le malattie dello apparato respiratorio (asma, rinite, faringite, tracheite, sinusite, otite, allergie apparato respiratorio); artrosi, malattia fibrocistica del seno; acne seborroica, psoriasi, eczema atopico, herpes, dermatiti e macchie della pelle di diversa natura; malattie autoimmuni in genere, epilessia e crisi convulsive; artrite reumatoide, sindrome premestruale, neuropatia diabetica. Usato anche nei sintomi della chemioterapia, nella terapia anti-aids e nella prevenzione delle malattie cardiovascolari. L'assunzione di olio di canapa riduce i livelli ematici di colesterolo non HDL e i livelli ematici dei trigliceridi, diminuisce il grado di aggregazione piastrinica ed è cardioprotettiva dopo un danno al miocardio.

Contenuti nutrizionali del seme e degli alimenti ricavati dal seme di canapa sativa

Il seme di canapa non contiene né THC (droga) e né glutine, ed ha il più alto valore nutrizionale nel mondo vegetale. Non esiste canapa OGM.

Seme intero contiene: Proteine per il 20/25%. Per il contenuto di edestina e di albumina le proteine comprendono tutti i nove gli aminoacidi essenziali, in una combinazione che fornisce al corpo le materie prime sulle quali creare altre proteine come le immunoglobuline (anticorpi). Acidi grassi per il 34/35%: costituiti per il 70/75% da acidi grassi polinsaturi (EFA) tra cui l'acido linoleico (omega 6), l'acido linolenico (omega 3), l'acido gamma linolenico (GLA) precursore della prostaglandine, sostanze che regolano l'attività dei muscoli, dei ricettori nervosi e di molte ghiandole, l'acido steridonico. Carboidrati per un valore energetico di circa 516 Kcal ogni 100 grammi. Fibra grezza: Sali minerali, tra cui (soprattutto) ferro, calcio, magnesio, potassio e fosforo; Vitamine A, E, PP, C e del gruppo B (B1 e B2) con esclusione della vitamina B12.

Fitosteroli, che ostacolano l'assorbimento del colesterolo da parte dell'organismo e riducono i livelli di colesterolo non HDL e totale nel sangue. Fosfolipidi, indispensabili per l'integrità delle membrane cellulari, contribuiscono a spezzare le molecole dei grassi ingeriti e migliorano il loro utilizzo da parte del fegato. I valori percentuali sopra descritti oscillano a seconda della varietà.

Definizioni e posologie

Il seme di canapa è considerato "Alimento Olistico", perché fornisce un'ampia gamma delle sostanze nutritive, delle quali il corpo umano ha bisogno. Vaccino nutrizionale, perché introdotto nella dieta giornaliera, ha un importante effetto di protezione ed incremento delle difese immunitarie. Il soggetto sano assumerà l'olio di semi di canapa come vaccino nella dose di 1 cucchiaino al giorno, tutti i giorni dell'anno, ma può salire anche a 3 cucchiaini.

Componente	Seme intero	Seme decorticato	Olio di semi	Farina di semi
Energia	459 kcal	566 Kcal	900 Kcal	334 Kcal
Proteine	23 g	33 g	0 g	28 g
Totale grassi	31 g	44 g	100 g	8,4 g
Grassi saturi	3 g	5 g	11 g	0,9 g
Grassi monoinsaturi	4 g	6 g	9 g	1,1 g
Grassi polinsaturi	24 g	33 g	80 g	6,4 g
Carboidrati	10 g	7 g	0 g	26,2 g
di cui Zuccheri	2 g	2 g	0 g	3,1 g
Fibra	24 g	5 g	0 g	20,7 g
Vitamine	B1 = 0,9 mg B2 = 1,1 mg	B1 = 1,4 mg	E = 120 mg	
Colesterolo	0 gr	0 g	0 g	0 gr
Minerali				
Calcio	0 mg	12 mg		200 mg
Potassio	700 mg	700 mg		900 mg
Sodio	0,01 g	0,01 g	0 g	0,01 g

Valori nutrizionali medi per ogni 100 grammi di prodotto