

LACTOCULTIVO PARA VERDURAS

Presentación: Sobre 1 Gr.

DESCRIPCIÓN

El **Lactocultivo para Verduras** de **GENESIS PROBIÓTICOS** se compone de las siguientes especies bacterianas:

- ♦ *Lactococcus lactis sp cremoris* ♦ *Leuconostoc mesenteroides sp cremoris*
- ♦ *Lactococcus lactis sp lactis* ♦ *Lactococcus lactis sp lactis biovar diacetylactis*

- Bacterias aisladas de fuentes naturales vegetales en los Balcanes búlgaros.
- Cepas seleccionadas por su gran capacidad reproductora, colonizadora y fermentativa. Empleadas en la industria alimentaria y médica y testadas en laboratorio y en individuos.
- 100% células vivas, liofilizadas, sin modificación genética, aditivos ni conservantes.
- Análisis exhaustivos para comprobar la pureza y ausencia de contaminantes de cada partida.
- Rotación periódica de cepas para evitar fagos y lograr un espectro terapéutico de máxima eficacia.
- Cultivado en una matriz hecha de agua y lactosa, sin proteína láctea. Al cabo del proceso de lavado y liofilización, sólo quedan trazas de lactosa, no de caseína.
- Apto para vegetarianos y veganos una vez fermentada la bebida: al activarse, las propias bacterias consumen toda traza de lactosa en menos de una hora.
- Esta combinación de bacterias, activada en su medio de fermentación, resiste los ácidos del estómago y es capaz de colonizar en gran número el intestino delgado, así como de potenciar el crecimiento de la flora autóctona del intestino grueso.

● Como se sabe, la fermentación de frutas y verduras es un proceso que puede realizarse ambientalmente: los productos agrícolas suelen portar ciertas bacterias beneficiosas, siendo la especie *Leuconostoc Mesenteroides* la más común. En nuestra época, sin embargo, existe cierto empobrecimiento no sólo de las características organolépticas de los alimentos producidos mediante explotación intensiva, sino también de su riqueza bacteriológica, debido al abuso de pesticidas y la sobreexplotación de los terrenos de cultivo. Por añadidura, la mayoría de los encurtidos presentes en el mercado, incluidos chucrut y aceitunas, se hallan pasteurizados. El **Lactocultivo para Verduras** de **GENESIS**, sin ser una necesidad absoluta en este tipo de procesos de fermentación, supone sin embargo, en el presente contexto de agresión contra la flora natural de la tierra, una forma de garantizar la debida riqueza probiótica que ésta debe contener. El consumidor tiene con ello un punto de referencia fijo sobre los beneficios probióticos que le aportarán sus encurtidos.

PREPARACIÓN

1. Elegir una cantidad suficiente de verduras y cortarlas en tiras o trozos (hacerlo en tiras facilitará su posterior colocación en capas).
2. Colocar las tiras o trozos en capas apretadas dentro de un bote. Es importante apretarlas bien para que no queden burbujas de aire al verter el agua. Es mejor escoger un bote grande de cristal, de boca lo más ancha posible. Son especialmente interesantes los botes con tapa igualmente de cristal, con cierre de clip. Esta clase de tapas suele estar dotada además de una goma recambiable, que la vuelve más hermética.
3. Cubrir las verduras con agua mineral, NO de grifo (al incluir cloro, inhibe el crecimiento bacteriano).
4. Añadir sal marina no yodada, fluorada ni refinada. Entre 20 y 35 gramos (unas tres cucharadas rasas) de sal por litro, según gusto.
5. Añadir el contenido del sobre de **Lactocultivo para Verduras GENESIS**. Debido al gran poder fermentador de las bacterias, si se utilizan varios recipientes a la vez, podrá dividirse su contenido hasta en tres o cuatro recipientes de 1 litro cada uno.
6. Agitar el bote para que se extiendan la sal y los fermentos, con cuidado de que no rebose el agua. Ayudarse de una cuchara si es necesario.
7. Cortar una rodaja gruesa del centro de una manzana (no mediante el procedimiento habitual de cortar la manzana en dos trozos mediante un corte desde arriba, sino mediante una sección longitudinal en tres partes, como si se tratase de rodajas de una piña). Eliminar las pipas de la rodaja central y colocarla encima de las verduras como peso. Extraer algunas verduras si no hay espacio suficiente.

8. Cerrar el bote; el agua debe cubrir totalmente las verduras y la rodaja de manzana, pero dejando un dedo de aire hasta la tapa.

9. Cerrar y esperar entre 10 y 21 días para su consumo. Cuanto mayor sea el tiempo de espera, más ácido resultará el cultivo.

- Durante la fermentación se producirá CO₂ y aumentará el volumen de las verduras; el recipiente de cristal con cierre de clip permite sin embargo ir liberando ese CO₂.
- Es posible que rebose cierta cantidad de agua durante este proceso. En tal caso, limpiar con una bayeta.
- Si surgiera moho en la superficie del agua, retirarlo con una cuchara antes de consumir.

USOS TERAPÉUTICOS

● Numerosos estudios científicos confirman que esta combinación de microorganismos, bajo ciertas circunstancias, ayuda a prevenir y/o combatir:

- ♦ Acumulación de toxinas en el organismo
- ♦ Agotamiento crónico, anemia
- ♦ Angina de pecho, infarto de miocardio
- ♦ Alergia
- ♦ Asma
- ♦ Anorexia, inapetencia
- ♦ Ardor de estómago, gastritis
- ♦ Arteriosclerosis
- ♦ Boca seca
- ♦ Cálculos renales
- ♦ Cáncer de mama y otros cánceres
- ♦ Deficiencias inmunológicas
- ♦ Déficit de vitamina B
- ♦ Diarrea, estreñimiento
- ♦ Falta de concentración
- ♦ Gota
- ♦ Incompatibilidad proteica
- ♦ Infecciones respiratorias
- ♦ Infecciones intestinales e intestino irritable
- ♦ Intolerancia a la lactosa
- ♦ Mala digestión
- ♦ Osteoporosis (Aumenta la densidad ósea)
- ♦ Piel seca
- ♦ Raquitismo
- ♦ Trastornos visuales
- ♦ Tuberculosis
- ♦ Uñas quebradizas

CONSERVACIÓN

- 2 años a una temperatura entre 0 y 10 °C.

ALMACENAMIENTO

● El fermento puede estar varias semanas a temperatura ambiente, sin embargo, una vez recibido es aconsejable guardarlo en la nevera para garantizar su conservación.

PRESENTACIÓN

- **Sobre 1 Gramo** - 100.000 millones de células liofilizadas por Sobre. Capacidad fermentativa de 1 a 5 litros.
Referencia: GENFS10-FVL
- Existen formatos mayores para fermentación industrial de alta calidad
- Cepas caracterizadas de acuerdo a las reglas del *Bergey's Manual* y los requisitos de la *International Dairy Federation* (IDF) y de la *International Dairy Foods Association* (IDFA)
- Información transparente y detallada según la normativa de la *National Nutritional Food Association* (NNFA)