



*Il* **Buon**<sup>®</sup>  
**GOURMET**  
**Basso Impatto Glicemico**



**PASTA E BISCOTTI SENZA GLUTINE  
A BASSO IMPATTO GLICEMICO**



*Una linea di prodotti unici tra gli alimenti senza glutine  
Con amido resistente che riduce l'aumento della glicemia dopo i pasti*

# PASTA SENZA GLUTINE DI MAIS E RISO CON AMIDO RESISTENTE

*Prodotto specificamente formulato per persone  
intolleranti al glutine.*

*La sostituzione di amidi digeribili con amido resistente  
in un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento  
del glucosio ematico post-prandiale.*

La pasta senza glutine, per le farine utilizzate, ha generalmente un alto impatto glicemico, ossia dopo il consumo la glicemia nel sangue aumenta rapidamente. Questo è un problema per la persone che soffrono di glicemia alta, ma non solo.

Per ovviare a questo handicap, dopo lunghe ricerche, è nata la pasta senza glutine **Il Buon Gourmet®** alla quale è stato aggiunto l'amido resistente di mais che conferisce a questa pasta la marcia in più ricercata: un minor impatto glicemico. Tutti possono beneficiare di questa caratteristica, non solo chi soffre di glicemia alta; ridurre il picco glicemico dopo i pasti è infatti desiderabile per ogni persona.

**Oltre il 14% dell'amido contenuto in questa pasta è resistente**, significa che non viene digerito dal nostro organismo, comportandosi di fatto come fibra. Questa caratteristica **rallenta l'assorbimento del glucosio** durante la digestione, riducendo quindi l'aumento della glicemia dopo i pasti.

La pasta **Il Buon Gourmet®** inoltre non contiene emulsionanti che sono spesso aggiunti per migliorare l'impasto, né altri additivi. Produrre una pasta senza glutine e senza emulsionanti è più complesso. Ma la nostra è una scelta precisa, usare solo ingredienti naturalmente privi di glutine: mais e riso e nient'altro. E gli ingredienti sono rigorosamente non OGM.

*Un'alimentazione equilibrata e uno stile di vita sano e attivo  
sono fondamentali per un buono stato di salute.  
Un consumo eccessivo può avere effetti lassativi.*



**FUSILLI**  
**PENNE RIGATE**  
**RIGATONI**

## Basso Impatto Glicemico

- Senza glutine
- Senza emulsionanti
- No OGM
- Con amido resistente

**Ingredienti:** farina di mais, amido di mais, farina di riso. NO OGM.

Dichiarazione Nutrizionale	100 g
Energia	1483 kJ 350 kcal
Grassi di cui grassi saturi	1 g 0 g
Carboidrati di cui zuccheri di cui amido	78 g 0,6 g 72 g
Fibre	3,7 g
Proteine	5,3 g
Sale	0 g



## BISCOTTI SENZA GLUTINE E SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI, CON AMIDO RESISTENTE

*Prodotto specificamente formulato per persone intolleranti al glutine.*

*La sostituzione di amidi digeribili con amido resistente in un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale.*

I biscotti Il Buon Gourmet® sono unici nel panorama del senza glutine. Senza zuccheri aggiunti, ricchi di grassi insaturi, 100% vegetali, a basso impatto glicemico, ideali per chi desidera un'alimentazione salutare senza rinunciare al gusto e al piacere del dolce. Straordinariamente gustosi e friabili, i biscotti Il Buon Gourmet® sono perfetti in ogni occasione.

Oltre il 14% dell'amido contenuto in questi biscotti è resistente, significa che non viene digerito dal nostro organismo, comportandosi di fatto come fibra. Questa caratteristica **rallenta l'assorbimento del glucosio** durante la digestione, riducendo quindi l'aumento della glicemia dopo i pasti. Tutti possono beneficiare di questa caratteristica, non solo chi soffre di glicemia alta; ridurre il picco glicemico dopo i pasti è infatti desiderabile per ogni persona.

I biscotti Il Buon Gourmet® sono inoltre **ricchi di grassi insaturi**. La sostituzione nella dieta dei grassi saturi con grassi insaturi contribuisce al **mantenimento di livelli normali di colesterolo** nel sangue [gli acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi sono grassi insaturi]

*Un'alimentazione equilibrata e uno stile di vita sano e attivo sono fondamentali per un buono stato di salute. Un consumo eccessivo può avere effetti lassativi.*



- Senza glutine
- Senza zuccheri aggiunti
- Senza latte e uova
- No OGM
- 100% vegetali
- Ricchi di grassi insaturi
- Con amido resistente

## Basso Impatto Glicemico

Dichiarazione Nutrizionale	Limone 100 g	Nocciola 100 g	Vaniglia 100 g
Energia	1849 kJ 444 kcal	1908 kJ 458 kcal	1849 kJ 444 kcal
Grassi di cui grassi saturi grassi monoinsaturi grassi polinsaturi	28 g 2,6 g 22 g 3,4 g	30 g 2,8 g 24 g 3,5 g	28 g 2,6 g 22 g 3,4 g
Carboidrati di cui zuccheri polioli amido	61 g 1,2 g 21 g 36 g	59 g 1 g 20 g 33 g	61 g 1,2 g 21 g 36 g
Fibre	2,8 g	2,6 g	2,8 g
Proteine	6,5 g	6,7 g	6,5 g
Sale	0,5 g	0,5 g	0,5 g

Contiene naturalmente zuccheri.

### BISCOTTI SENZA GLUTINE E SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI, CON AMIDO RESISTENTE, AL GUSTO DI LIMONE. CON EDULCORANTI.

**Ingredienti:** amido di mais, farina di mais, edulcorante: maltitolo; olio di semi di girasole altoleico, farina di MANDORLE, aroma naturale di limone, sale, agente lievitante: bicarbonato di sodio. Non OGM. Può contenere tracce di pistacchi e nocciole.

### BISCOTTI SENZA GLUTINE E SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI, CON AMIDO RESISTENTE, ALLA NOCCIOLA. CON EDULCORANTI.

**Ingredienti:** amido di mais, farina di mais, edulcorante: maltitolo; olio di semi di girasole altoleico, farina di MANDORLE, granella di NOCCIOLE 3,7%, aroma naturale di nocciola, sale, agente lievitante: bicarbonato di sodio. No OGM. Può contenere tracce di pistacchi.

### BISCOTTI SENZA GLUTINE E SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI, CON AMIDO RESISTENTE, AL GUSTO DI VANIGLIA. CON EDULCORANTI.

**Ingredienti:** amido di mais, farina di mais, edulcorante: maltitolo; olio di semi di girasole altoleico, farina di MANDORLE, sale, agente lievitante: bicarbonato di sodio, aroma naturale di vaniglia. No OGM. Può contenere tracce di pistacchi e nocciole.



**Food4Fit**  
Via Domenico Ghirlandaio, 13  
20090 Monza (MB)

**[info@ilbuongourmet.it](mailto:info@ilbuongourmet.it)**  
**[www.ilbuongourmet.it](http://www.ilbuongourmet.it)**