



## *Les Aliments Massawippi inc.*

### *Fiche de produit : miso de soya et d'avoine*

<b>Dénomination du produit :</b>	<b>Miso de soya et d'avoine</b>
<b>Aspect :</b>	<i>pâte avec présence apparente de quelques grains d'avoine, de fibre et de son</i>
<b>Couleur :</b>	<i>brun pâle à roux</i>
<b>Composition :</b>	<i>Soya bio, avoine bio, sel de mer, inoculum fait d'<i>Aspergillus oryzae</i> et de lactobacilles, eau de source naturelle</i>
<b>Durée de fermentation :</b>	<i>2 à 3 ans</i>
<b>Certification :</b>	<i>Ecocert Canada: CCBT 08-0107-01F</i>
<b><u>Analyse physico-chimique</u></b>	<b><u>Analyse nutritionnelle (100 g)</u></b>
<i>Humidité :</i> 53-57%	<i>Énergie (cal/100 g) :</i> 158
<i>Viscosité (cps):</i> approximativement 30 000	<i>Énergie (Kj/100 g) :</i> 658
<i>Densité (g/ml):</i> 1,3 - 1,4	<i>Protéines (g/100 g) :</i> 11,5
<i>PH :</i> 4,5	<i>Matières grasses (g/100 g) :</i> 4,45
	<i>Polyinsaturés (g/100 g) :</i> 2,61
	<i>Monoinsaturés (g/100 g) :</i> 1,02
	<i>Saturés : (g/100 g) :</i> 0,82
	<i>Cholestérol : (g/100 g) :</i> 0
	<i>Glucides (g) :</i> 20,0
	<i>Sodium (mg) :</i> 4022
	<i>Cendres (g) :</i> 10,0
<b><u>Analyse microbiologique</u></b>	<b><u>Conservation</u></b>
<i>Salmonelle :</i> négatif	<i>Entreposage recommandé :</i> réfrigéré, 4°C
<i>E.-Coli (NPP/g) :</i> négatif	<i>Durée de conservation :</i> 2 ans
<i>Listeria :</i> négatif	<i>Emballage :</i> polyéthylène, grade alimentaire
<i>Staphylococcus aureus (UFC/g) :</i> < 10	<i>6 x 200g / carton</i>
	<i>6 x 500g / carton</i>
	<i>4 x 2 kg / carton</i>
	<i>10 kg</i>

*Notre mission : Concevoir, développer et fabriquer des aliments vivants dont la fonction est de maintenir, d'améliorer la santé et de réduire l'incidence des problèmes liés aux intolérances et aux allergies alimentaires*

## INFORMATIONS SUR LES ASPECTS RELATIFS À LA SANTÉ

### Bactéries et enzymes utiles:

**u**

**Lactobacilles** : *Pediococcus halophilus*, *Lactobacillus delbrueckii*

**Enzymes** : Plus d'un cinquantaine d'enzymes utiles, parmi lesquelles :  $\alpha$  et  $\beta$  amylase, glucoamylase, protéases, pectinase, phosphatase, lipase, lactase, CM-cellulase, acylase, phytase, ligninase, etc.

### Principales propriétés thérapeutiques (affirmations basées sur la littérature scientifique) :

- Contient des polyols, des oméga-3, des vitamines du complexe B et des isoflavones; ces composantes contribuent à réduire le taux de cholestérol, à prévenir l'obstruction des artères et à réduire les risques de maladies cardiovasculaires;
- Aide à prévenir certains types de cancers (sein, prostate et colon, notamment);
- Les enzymes et les lactobacilles du miso facilitent la digestion en y participant et réduisent les problèmes du système digestif (constipation, flatulence, irritation du colon, acidité, ulcère, maladie de Crohn, etc.);
- La consommation de 10g à 20g de miso par jour protège de l'hypertension;
- Le miso est un aliment à résidus alcalins;
- Ses isoflavones atténuent les symptômes de la ménopause;
- La consommation de miso constitue une protection contre les organismes pathogènes (salmonelles, *E. Coli*, *Shigella*, *Staphylocoque doré*, etc.);
- Le miso est un aliment hypoallergénique; certaines des enzymes qu'il contient permettent de surmonter diverses allergies et intolérances alimentaires : allergies aux protéines du riz et du soya, intolérance au lactose, etc.;
- Grâce aux acides organiques développés par la longue fermentation (acide dipicolinique, notamment), le miso favorise l'élimination des toxines (radiations, métaux lourds, radicaux libres, tabac, etc.).

### Charte des principales allergies alimentaires reliées aux végétaux

	<b>OUI</b>	<b>NON</b>
Riz et ses dérivés		<b>x</b>
Céréales et produits de céréales contenant du gluten (blé, seigle, avoine, orge et autres)	<b>x</b>	
Soya et produits dérivés	<b>x</b>	
Maïs et produits dérivés		<b>x</b>
Arachide et ses dérivés		<b>x</b>
Noix		<b>x</b>
Graines (sésame, tournesol, etc.)		<b>x</b>
Sulfites		<b>x</b>

Note : 80% des personnes normalement allergiques au soya n'ont cependant aucune réaction allergique si elles consomment du miso (Ogawa A, Samoto M, Takahashi K, 2000. Soybean allergens and hypoallergenic soybean products. *J Nutr Sci Vitaminol (Tokyo)* 2000 Dec; 46 (6) : 271-9).