

# FERMENTO PARA YOGUR ECOLÓGICO Y VEGANO

Presentación: Sobre 1 gr.

## DESCRIPCIÓN

El Fermento para **YOGUR VEGANO Y ECOLÓGICO** de **GENESIS** se compone de las siguientes cepas:

- *Lactobacillus acidophilus* • *Lactobacillus gasseri* • *Lactobacillus casei sp. Rhamnosus*
  - *Bifidobacterium bifidum* • *Bifidobacterium infantis* • *Bifidobacterium longum*
  - *Bifidobacterium breve* • *Bifidobacterium adolescentis* • *Streptococcus thermophilus*
- 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.
  - 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 un medio vegetal y ecológico (zumo de zanahoria orgánico). 100% células vivas, liofilizadas, sin modificación genética.
  - **No contiene:** Leche ni Lactosa • Gluten • Soja • Frutos secos • Productos animales • Aditivos ni conservantes.
  - Apto para vegetarianos y veganos.
  - **Certificado ecológico:** Certificado Ecológico Europeo / BG – Austria Bio Garantie
  - Las cepas de este producto producen un yogur de textura poco espesa, y similar a la del Yogur *Acidophilus con Bifidus*.
  - Se puede emplear para todo tipo de bebidas vegetales. La de soja es la que produce un yogur de mayor espesor; el resto de las bebidas vegetales produce una textura líquida, que puede espesarse mediante diversos procedimientos; para más información al respecto, ver:

<http://genesisprobioticos.es/hacer-yogur-y-kefir/hacer-yogur-o-kefir-con-bebidas-vegetales>

- 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.

## PREPARACIÓN

- **Medios:** Se puede elaborar en Yogurtera, *Thermomix* moderna, Horno u Olla eléctrica.
- **Cantidad de Leche:** Con un Sobre se pueden fermentar de 1 a 5 litros de leche o bebida vegetal. Aun cuando vaya a usarse menor cantidad de leche de la que puede fermentar el producto, se recomienda siempre usar todo el contenido del Sobre para evitar que el contenido restante se active debido al calor, la humedad o sufra contaminación cruzada por otros agentes bacterianos.
- **Pasos de Elaboración:**
  1. Abrir el Sobre y añadir su contenido al tipo de leche elegido. Remover con cuidado el fermento durante un minuto hasta que quede distribuido homogéneamente.
  2. Mantener a temperatura constante de 40-42° C durante todo el proceso de fermentación.
  3. La primera **Siembra** (= hacer yogur a partir del fermento liofilizado de la cápsula) tardará entre 8 y 10 horas. Las sucesivas **Resiembras** (= hacer nuevo yogur a partir de yogur anterior) entre 3 y 5 horas. Según el tipo de leche o entorno, el proceso puede dilatarse algo más o menos.
  4. Guardar en frío unas horas antes de consumir.
- Se aconseja resembrar un máximo de 3 o 4 veces, para preservar la pureza de la bacteria.

## USOS TERAPÉUTICOS

- Numerosos estudios científicos confirman que el conjunto de microorganismos que componen este probiótico, bajo ciertas circunstancias, produce los siguientes efectos beneficiosos en la salud humana:

- ♦ Ayuda a construir la flora intestinal en niños y adolescentes
- ♦ Inhibe el crecimiento de hongos y bacterias que producen nitratos
- ♦ Reduce los efectos secundarios de los antibióticos
- ♦ Alivia los síntomas del síndrome del intestino irritable
- ♦ Ayuda en caso de diarrea.
- ♦ Potencia la absorción de calcio, hierro, cobre, zinc, magnesio y manganeso
- ♦ Ayuda en caso de estreñimiento, regulando los movimientos peristálticos; complementar con una dieta adecuada
- ♦ Ralentiza la progresión de enfermedades hepáticas graves
- ♦ Reduce las alergias
- ♦ Equilibra la flora intestinal
- ♦ Reduce la formación de cálculos en el riñón
- ♦ Favorece la biodegradación del colesterol e incrementa el colesterol HDL (bueno)
- ♦ Elimina toxinas del organismo
- ♦ Reduce el riesgo de contraer cáncer de colon
- ♦ Activa las funciones del sistema inmunitario
- ♦ Facilita la digestión de la lactosa y de las proteínas lácteas
- ♦ Reduce las infecciones vaginales
- ♦ Inhibe el crecimiento de *Cándida*
- ♦ Reduce la presión arterial
- ♦ Ayuda a producir energía
- ♦ Reduce la infección por rotavirus
- ♦ Reduce la anemia (ayuda en la absorción del hierro)
- ♦ Aumenta el colesterol bueno y disminuye los triglicéridos altos
- ♦ Reduce los síntomas de la alergia
- ♦ Aumenta la absorción del calcio
- ♦ Reduce el nivel de oxalatos en la orina
- ♦ Produce anticuerpos específicos contra ciertos virus
- ♦ Produce vitaminas, A, B, y K
- ♦ Potencia la absorción de calcio, hierro, cobre, zinc, magnesio, manganeso y otros minerales
- ♦ Ayuda en caso de estreñimiento, regulando los movimientos peristálticos; complementar con una dieta adecuada

## 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. Capacidad fermentativa de 1 a 5 litros.  
Referencia: GENFS11-MMV
- 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)