



AMA i prodotti BIO di Gourmet  
Prodotti con Ganoderma Bio - Products with Organic Ganoderma

## Bevanda Ganoderma lucidum capsule compatibili Nespresso *Ganoderma Lucidum drink Nespresso compatible capsules*

Bevanda energizzante dolce con note di caramello. Il Ganoderma lucidum ha effetti benefici cardiovascolari, sul sistema immunitario ed ha altre decine di effetti benefici.

**10 capsule per confezione.**

*Sweet and energizing beverage with notes of caramel. Ganoderma lucidum has beneficial effects  
10 capsules per package.*

COMPONENTE NUTRIZIONALE / NUTRITIONAL COMPONENTS

Il REISHI o GANODERMA ha un alto potere immunomodulante, ovvero migliora le funzionalità del sistema immunitario aiutando a difendere l'organismo da attacchi esterni e a migliorare la resistenza alle malattie. Il Reishi possiede anche proprietà analgesiche e antinfiammatorie ed inoltre ha effetti espettoranti ed antistaminici: quest'ultimo effetto è dato dall'acido ganoderico che agisce diminuendo l'istamina (una molecola che il nostro corpo produce quando deve rispondere alla presenza di un allergene). Da sempre è consigliato anche per tenere a bada lo stress: questo fungo medicinale infatti contiene una dose di acido pantotemico (vitamina B5) che agisce sul sistema nervoso, nutrendolo ed riequilibrandolo, defaticando e riducendo i problemi di insonnia. Inoltre è utilizzato come tonico per il cuore perché migliora il metabolismo del muscolo cardiaco regolando la pressione sanguigna. Infine ha un'azione sul fegato in qualità di epatoprotettore e detossificante, e sul sistema digerente poiché regola la produzione di succhi gastrici. Il reishi apporta tutti questi benefici perché ha al suo interno circa 4000 composti bioattivi, in primis i Beta-Glucani, fra gli altri sono presenti aminoacidi, polisaccaridi, peptidi, Vitamina B (in particolare la folina) e sali minerali come ferro, zinco, rame, manganese, magnesio, potassio, calcio e germanio.

*REISHI or GANODERMA has a remarkable immuno-modulation power, which means that it improves the functionality of our immune system, thus helping protect the body from external attacks and improving resistance to disease. Reishi also has analgesic and anti-inflammatory properties, as well as expectorant and anti-histaminic effects: the latter are due to the ganoderic acid whose effect consists in reducing histamine (a molecule produced by our body whenever it needs to respond to the presence of an allergen). Moreover, reishi has always been recommended to keep stress levels in check: this medicinal fungus also contains pantothenic acid (vitamin B5) which acts on the nervous system, helping to keep it well-nourished and balanced, with a defatigating action and reducing insomnia problems. It has always been used as tonic for the heart, because it improves the metabolism of the heart muscle by regulating blood pressure. Last but not least, it helps the liver because it is a hepatic protector and detoxifying agent, as well as the digestive system because it regulates gastric juice product. Reishi has all these benefits because it contains about 4000 bioactive compounds, first and foremost Beta-Glucans; more specifically there are amino-acids, polysaccharides, peptides, vitamin B (in particular folic acid) and mineral salts such as iron, zinc, copper manganese, magnesium, potassium, calcium and germanium.*

COMPONENTE NUTRIZIONALE / NUTRITIONAL COMPONENTS

La più nota componente nutrizionale del CAFFÈ è la caffeina che ha proprietà importanti, come:

- effetto stimolatorio sulla secrezione gastrica e su quella biliare (ecco perché si ritiene che un caffè faciliti la digestione);
- effetto tonico e stimolatorio sulla funzionalità cardiaca e nervosa (effetto energetico, utile tra l'altro per non appisolarsi dopo un lauto pasto);
- effetto lipolitico, cioè favorente il dimagrimento (la caffeina stimola l'utilizzo dei grassi a scopo energetico e la termogenesi, aumentando la quantità di calorie bruciate);

Tuttavia le ripercussioni della caffeina sulla salute umana sono dose dipendenti. Un consumo elevato di caffè, in termini quantitativi, espone l'organismo a diversi rischi

- Among the many nutritional components in COFFEE, the most widely studied is caffeine, because it has important properties, in particular:*
- a stimulating effect on gastric and biliary secretion (which is why it has been concluded that coffee at the end of the meal facilitates digestion);
  - a tonic and stimulating effect on cardiac and nerve functionality (this is why many people appreciate its energy-inducing effect, useful among other things to counteract drowsiness after a substantial meal);
  - a lipolysis effect, i.e. to help slimming (caffeine stimulates the use of fats for energy production and thermogenesis, increasing the amount of calories burnt by the "human machine");

*In any case the repercussions of caffeine on human health are dose-dependent. A high consumption of coffee, in terms of quantity, is associated with several risks for the body.*



AMA i prodotti BIO di Gourmet  
Surrogati del Caffè Bio - Organic Coffee surrogates

# Ginseng capsule compatibili Nespresso

## Ginseng Nespresso compatible capsules

Bevanda energizzante e tonificante con note di caramello e vaniglia.  
**10 capsule per confezione.**

*Energizing and tonifying beverage with notes of caramel and vanilla.*  
**10 capsules per package.**



COMPONENTE NUTRIZIONALE / NUTRITIONAL COMPONENTS

Oltre ad un buon contenuto in vitamine, olio essenziale e polisaccaridi (panaxani), il GINSENG ha proprietà toniche e adattogene, perché favorisce la capacità dell'organismo di adattarsi allo stress rafforzando il sistema immunitario, endocrino e nervoso e migliorando le capacità fisiche e mentali. Come tutti gli adattogeni vegetali, migliora la risposta del cervello e del surrene, incrementando quindi la resistenza dell'organismo di fronte ai più diversi agenti lesivi di carattere chimico, fisico, meccanico, farmacologico e biologico.

Numerosi studi evidenziano inoltre le sue proprietà ipoglicemicizzanti, utili per ridurre la concentrazione ematica di glucosio, in caso di diabete mellito. La sua proprietà stimolante agisce su tutti i sistemi grazie alla sua abilità di aumentare temporaneamente la funzione e l'attività in modo rapido con un conseguente miglioramento dei riflessi, accelerazione alla risposta nervosa, riduzione dell'affaticamento mentale e potenziamento della resistenza fisica, e della memoria, rendendolo indicato per chi studia o ha un'intensa attività sportiva.

*Apart from having a high content of vitamins, essential oil and polysaccharides (panaxani), the GINSENG has tonic and adaptogenic properties: it makes it easier for the body to adjust to stress by strengthening the immune, endocrine and nervous system, as well as improving mental and physical capabilities. Like all plant adaptogens it improves the response by the brain and by the adrenal gland, increasing the body's resistance to a wide range of harmful agents of a chemical, physical, mechanical, pharmacological or biological nature.*

*Many studies have also highlighted its blood-sugar reduction properties, reducing the hematic glucose concentration of glucose in cases of diabetes mellitus. Its stimulating property acts on all systems thanks to its ability to temporarily increase their function and activity in a rapid way, thus improving reflexes, accelerating the nervous response, reducing mental fatigue and boosting physical resistance, as well as memory. For this reason it is suitable for students or those who practice sport intensively.*

Gourmet  
by Tobia



OPERATORE CONTROLLATO  
N.H3521  
AGRICOLTURA NON UE



Gourmet  
by Tobia



AMA i prodotti BIO di Gourmet  
Surrogati del Caffè Bio - Organic Coffee surrogates

## Cicoria bio solubile capsule compatibili Nespresso *Instant Organic chicory Nespresso compatible capsules*

Bevanda depurativa per il fegato con proprietà remineralizzanti. Non contiene caffeina.

**10 capsule per confezione.**

*Purifying beverage for the liver with remineralising properties. Caffeine-free.*  
**10 capsules per package.**



COMPONENTE NUTRIZIONALE  
NUTRITIONAL COMPONENTS

La **CICORIA** è un concentrato di virtù nutritive e uno dei più preziosi depurativi del sangue. Questa pianta aiuta a depurare il fegato, le vie biliari e tutto l'organismo, regola il colesterolo, aiuta la digestione e favorisce la motilità intestinale; è ricca di sali minerali essenziali come potassio, calcio e ferro e di vitamine, in particolare B, C, K e P. La bevanda ha un forte potere antiossidante, riduce la glicemia grazie al contenuto di inulina ed è un'alleata del fegato e della flora intestinale; consumata dopo i pasti, aiuta notevolmente la digestione.

*CHICORY* is a concentrate of nutritional properties and one of the most valuable plants for cleansing the blood. It helps purify the liver, bile ducts and the whole body; it regulates the cholesterol level, facilitates digestion and bowel movements; it is rich in mineral and essential salts, including potassium, calcium and iron, as well as in vitamins, specifically B, C, K and P. It is a beverage with a strong antioxidant power, it reduces blood sugar because of its inulin content, and it is an ally of the liver and of gut microbiota; taken after meals, it greatly helps digestion.

AMA i prodotti BIO di Gourmet  
Surrogati del Caffè Bio - Organic Coffee surrogates

# Orzo solubile capsules compatibili Nespresso *Instant barley Nespresso compatible capsules*

Bevanda leggera e digeribile. Naturalmente senza caffeina.  
**10 capsule per confezione.**

*Light and easily digestible beverage. Naturally caffeine-free.*  
**10 capsules per package.**



COMPONENTE NUTRIZIONALE / NUTRITIONAL COMPONENTS

L'ORZO si pregia di molte e impensabili virtù: è infatti diuretico, digestivo, antiossidante e antinfiammatorio. Aiuta il benessere del cuore e dei vasi sanguigni e contribuisce ad abbassare i livelli di colesterolo nel sangue. Essendo una fonte di glutine ha come unica controindicazione il fatto di non poter essere assunto da chi soffre di celiachia. Oltre che gustosa, è una bevanda curativa ed efficace in numerose circostanze. È consigliata in gravidanza per favorire la produzione del latte materno ed è utile per prevenire l'osteoporosi. Una bevanda a base di orzo solubile è inoltre un buon rimedio per stimolare le funzionalità dell'intestino e per ridurre alcuni spiacevoli disturbi. È privo di sostanze eccitanti, non aumenta la pressione sanguigna né il battito cardiaco. L'assunzione di caffè d'orzo non produce inoltre i più noti effetti collaterali del caffè: non macchia i denti né invecchia la cute, anzi, sembra proprio esercitare un'influenza positiva sulla bellezza della pelle.

Rispetto al caffè è inoltre una bevanda più indicata per chi soffre di diabete perché contiene un basso indice glicemico e non innalza la glicemia nel sangue. Non disturba il sonno né influenza la crescita del feto e può per questo essere assunto dalle donne in gravidanza senza alcun tipo di limitazione. La bevanda di orzo e caffè tostato, essendo costituita per il 70% da orzo ha un basso contenuto di caffeina e le proprietà dell'orzo come quella diuretica, digestiva, antiossidante e antinfiammatoria sono mantenute.

*Soluble BARLEY has many unexpected virtues: most notably it has a diuretic, digestive, antioxidant and anti-inflammatory effect. It helps the wellbeing of the heart and blood vessels, as well as contributing to the reduction of cholesterol levels in the blood. It is also a source of gluten, therefore its only contraindication is if anyone has been diagnosed with celiac disease.*

*Apart from tasting good, it is a curative and effective beverage in numerous circumstances. It is recommended during pregnancy to favour the production of breast milk, and it is useful to prevent osteoporosis. A soluble barley beverage is also a good remedy for gut functionality and to reduce some of its possible unpleasant disorders.*

*First of all, barley coffee contains no stimulating substances; it does not increase blood pressure or the heart rate. Drinking barley coffee has none of the best known side effects of coffee: it does not stain your teeth or cause skin ageing; on the contrary, it seems to have a positive influence on skin beauty.*

*Compared to coffee, this beverage is more highly recommended for those who suffer from diabetes because it has a low glycemic index and does not cause blood sugar level to rise. It does not affect sleep patterns, nor does it influence the growth of the foetus, which is why it can be safely taken by pregnant women.*

Gourmet  
by Tobia





AMA i prodotti BIO di Gourmet  
 Surrogati del Caffè Bio - Organic Coffee surrogates

## Cicoria Tostata Roasted Chicory

Radice di Cicoria in itibus lavata, essiccata, tostata e macinata. Ha proprietà remineralizzanti e depurative per il fegato. Non contiene caffeina.

**Confezione da 500 g**

Washed Cicoria in itibus root, dried, roasted and ground. It has remineralising and purifying properties for the liver. Caffeine-free.  
**500 g Bag**

COMPONENTE NUTRIZIONALE  
 NUTRITIONAL COMPONENTS

La **CICORIA** è un concentrato di virtù nutritive e uno dei più preziosi depurativi del sangue. Questa pianta aiuta a depurare il fegato, le vie biliari e tutto l'organismo, regola il colesterolo, aiuta la digestione e favorisce la motilità intestinale; è ricca di sali minerali essenziali come potassio, calcio e ferro e di vitamine, in particolare B, C, K e P. La bevanda ha un forte potere antiossidante, riduce la glicemia grazie al contenuto di inulina ed è un'alleata del fegato e della flora intestinale; consumata dopo i pasti, aiuta notevolmente la digestione.

**CHICORY** is a concentrate of nutritional properties and one of the most valuable plants for cleansing the blood. It helps purify the liver, bile ducts and the whole body; it regulates the cholesterol level, facilitates digestion and bowel movements; it is rich in mineral and essential salts, including potassium, calcium and iron, as well as in vitamins, specifically B, C, K and P. It is a beverage with a strong antioxidant power, it reduces blood sugar because of its inulin content, and it is an ally of the liver and of gut microbiota; taken after meals, it greatly helps digestion.



AMA i prodotti BIO di Gourmet  
Surrogati del Caffè Bio - Organic Coffee surrogates

# Orzo Mondo tostato Roasted Barley

Bevanda leggera e digeribile. Naturalmente senza caffeina.  
**Confezione da 250 g**

*Light and digestible beverage. Naturally caffeine-free.*  
**250 g Bag**



COMPONENTE NUTRIZIONALE / NUTRITIONAL COMPONENTS

L'ORZO si pregia di molte e impensabili virtù: è infatti diuretico, digestivo, antiossidante e antinfiammatorio. Aiuta il benessere del cuore e dei vasi sanguigni e contribuisce ad abbassare i livelli di colesterolo nel sangue. Essendo una fonte di glutine ha come unica controindicazione il fatto di non poter essere assunto da chi soffre di celiachia. Oltre che gustosa, è una bevanda curativa ed efficace in numerose circostanze. È consigliata in gravidanza per favorire la produzione del latte materno ed è utile per prevenire l'osteoporosi. Una bevanda a base di orzo solubile è inoltre un buon rimedio per stimolare le funzionalità dell'intestino e per ridurre alcuni spiacevoli disturbi. È privo di sostanze eccitanti, non aumenta la pressione sanguigna né il battito cardiaco. L'assunzione di caffè d'orzo non produce inoltre i più noti effetti collaterali del caffè: non macchia i denti né invecchia la cute, anzi, sembra proprio esercitare un'influenza positiva sulla bellezza della pelle.

Rispetto al caffè è inoltre una bevanda più indicata per chi soffre di diabete perché contiene un basso indice glicemico e non innalza la glicemia nel sangue. Non disturba il sonno né influenza la crescita del feto e può per questo essere assunto dalle donne in gravidanza senza alcun tipo di limitazione. La bevanda di orzo e caffè tostato, essendo costituita per il 70% da orzo ha un basso contenuto di caffeina e le proprietà dell'orzo come quella diuretica, digestiva, antiossidante e antinfiammatoria sono mantenute.

*Soluble BARLEY has many unexpected virtues: most notably it has a diuretic, digestive, antioxidant and anti-inflammatory effect. It helps the wellbeing of the heart and blood vessels, as well as contributing to the reduction of cholesterol levels in the blood. It is also a source of gluten, therefore its only contraindication is if anyone has been diagnosed with celiac disease.*

*Apart from tasting good, it is a curative and effective beverage in numerous circumstances. It is recommended during pregnancy to favour the production of breast milk, and it is useful to prevent osteoporosis. A soluble barley beverage is also a good remedy for gut functionality and to reduce some of its possible unpleasant disorders.*

*First of all, barley coffee contains no stimulating substances; it does not increase blood pressure or the heart rate. Drinking barley coffee has none of the best known side effects of coffee: it does not stain your teeth or cause skin ageing; on the contrary, it seems to have a positive influence on skin beauty.*

*Compared to coffee, this beverage is more highly recommended for those who suffer from diabetes because it has a low glycemic index and does not cause blood sugar level to rise. It does not affect sleep patterns, nor does it influence the growth of the foetus, which is why it can be safely taken by pregnant women.*

Gourmet  
by Tobia

