

Publié le 20 septembre 2011 à 07h25 | Mis à jour le 20 septembre 2011 à 09h20

Des «super spaghettis» contre les maladies du coeur



RelaxNews

Des scientifiques italiens et espagnols ont inventé un nouveau type de pâtes baptisé «super spaghettis» à partir de farine d'orge, ce qui pourrait réduire les risques de maladies cardiaques chez les consommateurs d'après une [étude](#) annoncée la semaine dernière et publiée dans la revue *Journal of Agricultural and Food Chemistry* de l'American Chemical Society.

L'orge, le dernier aliment en date à entrer dans le marché en plein essor de la nourriture fonctionnelle, est une bonne source de fibres, d'antioxydants et de vitamine E. Les chercheurs de Vito Verardo de l'université de Bologne en Italie et Ana Maria Gomez-Caravaca de l'université de Grenade en Espagne prévoient l'arrivée prochaine dans les

Photos.com

rayons de supermarchés de paquets de pâtes à l'orge estampillés d'étiquettes comme «peut réduire les risques de maladie cardiaque» et «riche en fibres alimentaires».

La mode des aliments fonctionnels a gagné les consommateurs soucieux de leur santé aux quatre coins du monde, ce qui a entraîné la création d'un marché qui pourrait dépasser les \$176 milliards d'ici 2013. L'orge, qui est déjà ajoutée à certains produits de boulangerie-pâtisserie, commence à gagner du terrain dans le secteur des produits fonctionnels dominé par les produits laitiers, où il représente un quart du marché. Parmi les autres pâtes fonctionnelles qui orneront peut-être les rayons des supermarchés dans le futur, on retient un projet de chercheurs mexicains qui avancent que la farine de banane verte peut constituer une alternative saine à la farine de blé, car la banane est une bonne source d'antioxydants et de fibres, d'après une étude publiée dans la revue *Journal of Food Science*.

En attendant que ces produits soient commercialisés, vous pouvez toujours opter pour les pâtes au blé complet ou autres alternatives riches en fibres pour remplir vos besoins nutritionnels, même si elles ne sont pas toujours appréciées par les amateurs de pâtes traditionnelles qui les trouvent trop denses et caoutchouteuses. WebMD suggère de les rendre plus appétissantes en les accompagnant de sauces riches et savoureuses ou en les préparant en couches superposées (comme pour les lasagnes) avec de la sauce, du fromage et des légumes.

Partager

Recommander

7

5

0

publicité

Annonces Google

Université Internationale

Diplôme en Anglais, Inscrivez-vous! Études supérieures en Espagne
www.ie.edu/university

N'allez pas à l'Hôtel

+200 apparts de rêve à Barcelone. Dès €20/nuit et Plus d'Espace!
www.housetrip.com/barcelone

Bien-être vital Ménopause

L'environnement travaille pour vous Mieux vivre au naturel
www.reussiresemble.info