



## *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>
Humidité : 53-57%	Énergie (cal/100 g) : 158
Viscosité (cps): approximativement 30 000	Énergie (Kj/100 g) : 658
Densité (g/ml): 1,3 - 1,4	Protéines (g/100 g) : 11,5
PH : 4,5	Matières grasses (g/100 g) : 4,45
	Polyinsaturés (g/100 g) : 2,61
	Monoinsaturés (g/100 g) : 1,02
	Saturés : (g/100 g) : 0,82
	Cholestérol : (g/100 g) : 0
	Glucides (g) : 20,0
	Sodium (mg) : 4022
	Cendres (g) : 10,0
<b><u>Analyse microbiologique</u></b>	<b><u>Conservation</u></b>
Salmonelle : négatif	Entreposage recommandé : réfrigéré, 4°C
E.-Coli (NPP/g) : négatif	Durée de conservation : 2 ans
Listeria : négatif	Emballage : polyéthylène, grade alimentaire
Staphylococcus aureus (UFC/g) : < 10	6 x 200g / carton
	6 x 500g / carton
	4 x 2 kg / carton
	10 kg

*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).