



Graines de chanvre biologique

POWDER Nothing But Plants®

Source de nutriments et d'énergie

	1 unité
Graines de chanvre 250 g	16,00 €

PRINCIPALES INDICATIONS :

Cardiovasculaire, Energie (fatigue), Immunitaire (stimulation des défenses naturelles)

Marque : 

Découvrez les propriétés exceptionnelles des SUPERALIMENTS grâce à notre nouvelle gamme POWDER Nothing But Plants® !

Cette gamme de produits est un concept novateur, une autre façon de consommer des compléments alimentaires et des aliments plus sains : en smoothies, en salades ou mélangés avec vos aliments préférés.

DESCRIPTION

Le **chanvre** (*Cannabis sativa* L.) est cultivé depuis des milliers d'années pour sa fibre et comme aliment. Ses **graines** sont une **source de nutriments et d'énergie** importante grâce à leur haute teneur en **protéines** et en acides gras mono insaturés et polyinsaturés (**oméga 3, 6 et 9**).

Les graines de chanvre contiennent également de la fibre, les vitamines A, D et E, et des minéraux, dont notamment le potassium, le magnésium et le fer : **100 g de nos graines apportent 98.5% des VNR* pour le fer !**

Nos graines de chanvre décortiquées sont issues de l'agriculture biologique et elles contiennent un pourcentage élevé de protéines d'origine végétale (25%) et d'acides gras polyinsaturés (36%), devenant ainsi une forme naturelle et saine d'enrichir alimentation.

*VNR : Valeurs nutritionnelles de référence.

ORIGINE

Le **chanvre** (*Cannabis sativa* L., famille des *Cannabaceae*) est originaire d'Asie centrale. Il s'agit d'une herbe annuelle,

aux feuilles palmaticomposées et à la tige droite qui peut atteindre 3 m de hauteur¹.

La fibre extraite de ses tiges est utilisée pour produire des tissus et de différents types de papier comme le papier à cigarette ou les sachets de thé ². Les variétés de *Cannabis sativa* cultivées pour obtenir de la fibre (chanvre) sont incluses dans la sous-espèce *sativa*, qui a moins de poils sécréteurs dans la région des inflorescences femelles que la sous-espèce *indica* ¹.

HISTOIRE

Le chanvre est une source importante de fibre, d'aliment et de médecine depuis des milliers d'années. Ainsi, en Chine la consommation comme aliment et médicament aussi bien des graines de chanvre que de son huile est documentée depuis au moins 3000 ans² et ses fins médicales étaient déjà évoquées dans les anciens traités médicaux de l'Égypte comme le papyrus Ebers (1600 avant J-C) ou les papyrus de Berlin (1300 avant J-C)³.

De nos jours, il est cultivé notamment pour ses graines comestibles et sa fibre⁴. Des pays comme la Grande Bretagne, la France ou l'Espagne se trouvent parmi les principaux producteurs de chanvre³. Enfin, une autre application intéressante du chanvre est son utilisation comme biocombustible.

COMPOSITION

Les graines de chanvre sont riches en acides gras polyinsaturés (36%) et en protéines (25%). En outre, elles contiennent de la fibre (12%) et des acides gras monoinsaturés (6.7%).

En ce qui concerne leur teneur en protéines, les protéines principales des graines de chanvre sont l' **albumine** et l' **'édestine** , des protéines apportant les acides aminés essentiels que l'organisme ne peut pas synthétiser. Dans son ensemble, la protéine des graines de chanvre est de haute qualité et son profil en acides aminés est comparable à celui des protéines du blanc d'œuf et du soja. Il faut également souligner sa haute teneur en arginine, un acide aminé².

En outre, les graines de chanvre contiennent des vitamines (A, D et E) et des minéraux tels que le potassium, le calcium, le magnésium et le fer.

- NOTRE PRODUIT

- **Nom du produit** : Graines de chanvre (issues de l'agriculture biologique).
- **Nom scientifique** : *Cannabis sativa* L.
- **Partie utilisée** : Graines décortiquées

BIENFAITS

Dans la médecine traditionnelle chinoise, les graines de chanvre étaient connues sous le nom de "huó má rén" et on considérait qu'elles agissaient sur les méridiens* de l'estomac, de la rate et du gros intestin⁵.

Aujourd'hui, la haute valeur nutritionnelle des graines de chanvre et, spécialement, leur teneur en protéines et en acides polyinsaturés, font de ces graines une source importante d'énergie. En outre, le ratio d'acides gras oméga 6/ oméga 3 est d'environ 3:1, une proportion recommandée pour une **alimentation saine** ³.

*Selon la médecine traditionnelle chinoise, il y a un réseau de canaux (méridiens) dans le corps qui relie tous les organes, tissus et cellules.

UTILISATION, DOSAGE

Les graines de chanvre décortiquées peuvent être consommées directement comme snack ou en les mélangeant aux salades, crèmes de légumes, yaourts...

ÉTUDES

Les vertus des graines de chanvre sont essentiellement dues à leur teneur en acides gras polyinsaturés et en protéines². Ainsi, une étude initiale qui évaluait l'effet de la protéine des graines de chanvre a conclu que celles-ci peuvent avoir un effet immunomodulateur et antifatigue⁶.

D'autre part, grâce à leur haute teneur en acides gras polyinsaturés, les graines de chanvre peuvent être particulièrement utiles pour la prévention de maladies cardiovasculaires et neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer, car elles inhibent la captation du cholestérol et elles peuvent réduire la cytotoxicité du peptide β -amyloïde, molécule liée à la maladie d'Alzheimer⁷.

BIBLIOGRAPHIE

1. <https://www.ehu.eus/documents/1686888/3913390/17.+Cannabis+sativa.pdf>
2. Callaway (2004) Hempseed as a nutritional resource: An overview. *Euphytica* 140: 65-72.
3. Rodríguez-Leyva and Pierce (2010) The cardiac and haemostatic effects of dietary hempseed. *Nutr Metab (Lond)* 7: 32.
4. <https://global.britannica.com/plant/hemp>
5. Mathre ML. Cannabis in medical practice: A legal, historical and pharmacological overview of the therapeutic use of marijuana. 1st Edition. Mc Farland, 1997.
6. Li et al. (2008) Initial study of Hemp seeds protein on antifatigue and the immunomodulation effects in mice. *Wei Sheng Yan Jiu* 37(2): 175-8.
7. Lee et al. (2011) The effects of hempseed meal intake and linoleic acid on *Drosophila* models of neurodegenerative diseases and hypercholesterolemia. *Mol Cells* 31(4): 337–342.

Allégations de santé



Le fer contribue au fonctionnement normal du système immunitaire.

Le fer contribue à réduire la fatigue.

Composition

INGRÉDIENTS :

Graines de chanvre biologique décortiquées (*Cannabis sativa* L.).

ALLERGÈNES :

Ce produit ne contient pas d'allergènes (selon Règlement (UE) N° 1169/2011) ni d'organismes génétiquement modifiés.

FABRICATION ET GARANTIE DE QUALITÉ :

Ce aliment est fabriqué aux normes BPF. Les BPF sont les Bonnes Pratiques de Fabrication en vigueur dans l'Industrie Alimentaire européenne (en anglais GMP : Good Manufacturing Practice).

Utilisation

CONSEILS D'UTILISATION :

Les graines de chanvre décortiquées peuvent être consommées directement comme snack ou dans les repas.

INSTRUCTIONS DE STOCKAGE :

À conserver au frais, au sec et à l'abri de la lumière.