



Thé vert Matcha Bio

POWDER Nothing But Plants®

Goût intense, riche en nuances

	1 unité	3 + 1 gratuite
Thé vert Matcha 50 g	16,00 €	48,00 €

PRINCIPALES INDICATIONS :

Antioxydants, Cerveau (concentration), Digestion, Poids (minceur)

Marque : 

Découvrez les propriétés exceptionnelles du THÉ 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.

Le **thé Matcha** est un thé vert (*Camellia sinensis* (L.) Kuntze) en poudre obtenu après avoir broyé les feuilles de thé le plus délicatement possible afin de ne pas altérer leurs propriétés et leur goût intense, riche en nuances.

Le thé vert est une source d'antioxydants et possède de nombreuses vertus : il contribue à améliorer la concentration, favorise la perte de poids lorsqu'il est pris en complément de mesures diététiques et favorise une bonne fonction digestive.

Notre thé vert Matcha Bio vient du Japon et a été sélectionné pour sa qualité extraordinaire et sa saveur unique. **N'hésitez pas à découvrir et à réaliser le rituel de préparation du thé Matcha ou utilisez-le pour agrémenter vos boissons et vos desserts !**

DESCRIPTION

Le thé vert est préparé avec les jeunes feuilles non fermentées du *Camellia sinensis* (L.) Kuntze. Après avoir été cueillies, les feuilles sont torréfiées à la vapeur d'eau sous pression puis séchées (1).

Le thé Matcha est une variété spéciale de thé vert en poudre, traditionnellement utilisée lors de la cérémonie du thé au Japon (2). Pour sa préparation, les plantes de thé sont placées à l'ombre 4 semaines

avant la récolte de leurs feuilles, ce qui favorise l'augmentation de la teneur en polyphénols du thé. Enfin, les feuilles sont broyées dans des meules en pierre ou en granit le plus lentement et le plus délicatement possible.

Le thé Matcha fut introduit au Japon au XIIe siècle par le moine bouddhiste Eisai venu de Chine. Sa consommation était alors limitée aux monastères. Dans le Japon féodal, le Matcha était réservé aux membres de la haute société. Plus tard, lorsque le Japon industrialisé fut impliqué dans les guerres mondiales, le thé Matcha devint un symbole destiné à unir les Japonais (3). À l'heure actuelle, le thé vert Matcha est très populaire à travers le monde. Il est notamment utilisé comme ingrédient dans des gâteaux, chocolats, crèmes glacées, gaufres ainsi que dans de nombreux autres produits.

COMPOSITION ET BÉNÉFICES

Les feuilles de thé vert contiennent de la caféine, de la théobromine, des saponines et des polyphénols : catéchines, théaflavines, flavonoïdes, anthocyanes et acides caféylquiniques (4). Il a été suggéré que le thé vert Matcha pourrait être plus bénéfique pour la santé que le thé vert. Sa consommation fournit d'ailleurs une plus grande quantité de composés phytochimiques (2,5). Ainsi, une étude consistant à analyser la teneur en catéchines dans différents échantillons de thé vert a permis de constater une concentration plus élevée d'épigallocatechine gallate (catéchine la plus abondante et pharmacologiquement active dans le thé vert) dans le thé Matcha (2).

Le thé vert a de nombreuses propriétés : il aide à maintenir une bonne fonction digestive (6), c'est une source d'antioxydants qui contribue à renforcer les défenses naturelles du corps contre les effets néfastes des radicaux libres (6), il améliore la concentration (7) et contribue à la perte de poids, ainsi qu'à son maintien, lorsqu'il est pris en complément de mesures diététiques (8). L'Agence européenne des médicaments a approuvé l'utilisation traditionnelle du thé vert pour soulager la fatigue et en cas de sensation de faiblesse (9).

Enfin, une étude consistant à évaluer l'effet de la consommation de thé vert Matcha chez 13 femmes avant un exercice physique a conclu que cette boisson, associée à l'activité physique, pouvait favoriser l'oxydation des graisses (10). Cette caractéristique peut contribuer aux effets amincissants du thé vert.

UTILISATION, DOSAGE

Pour préparer une tasse de thé vert Matcha Bio (200 ml): verser de l'eau à 80°C sur 2 g de thé et mélanger. Vous pouvez également l'utiliser dans les desserts ou le mélanger avec jus, smoothies, boissons végétales ou lait.

BIBLIOGRAPHIE

1. www.fitoterapia.net
2. Weiss and Anderton (2003) Determination of catechins in matcha green tea by micellar electrokinetic chromatography. J Chromatography A 1011 (1-2): 173-180.
3. http://arts.cuhk.edu.hk/~ant/hka/documents/2016/HKA8_HO.pdf
4. Vanaclocha B, Cañigueral S (Eds). Fitoterapia. Vademécum de prescripción. 4ª Edición. Barcelona: Elsevier Masson, 2003.
5. Dietz and Dekker (2017) Effect of Green Tea Phytochemicals on Mood and Cognition. Curr Pharm Des 23(19):2876-2905.
6. 27-01-2012 EFSA Journal 2010;8(10):1463.
7. 27-01-2012 EFSA Journal 2011;9(6):2238.
8. 27-01-2012 EFSA Journal 2010;8(10):1791.

9. EMA-HMPC. Community herbal monograph on *Camellia sinensis* (L.) Kuntze, non fermentatum folium. Londres: EMA, 12-11-2013. Doc. Ref: EMA/HMPC/283630/2012.

10. Willems et al. (2018) Matcha green tea drinks enhance fat oxidation during brisk walking in females. *Int J Sport Nutr Exerc Metab* 18:1-21.

Composition

INGRÉDIENTS :

Poudre de thé vert Matcha biologique (*Camellia sinensis* (L.) Kuntze).

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 :

Pour une tasse (200 ml) : verser de l'eau à 80 °C sur 2 g de thé et mélanger. Vous pouvez également l'utiliser dans les desserts ou le mélanger avec jus, smoothies, boissons végétales ou lait.

INSTRUCTIONS DE STOCKAGE :

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