



RIBES  
E MIRTILLI!



# MIRTILLI: ALLEATI DELLA VISTA

Il mirtillo nero è quello più ricco di vitamina B9, antocianine e tannini. I mirtilli sono utili per chi ha problemi di fragilità capillare, per la circolazione del sangue e per la vista. Aiutano, inoltre, la funzionalità intestinale e a mantenere in salute il fegato.

Grazie al contenuto di sostanze antiossidanti, contribuiscono a prevenire l'azione dei radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento e della degenerazione cellulare alla base di molte malattie, tra cui i tumori.



IMIRTILLISONO  
SECONDISOLO  
ALL'UVANERA  
QUANTOA  
PROPRIETÀ  
ANTIOSSIDANTI!



Produttore

# AZIENDA AGRICOLA ELENA VENDRAME

Spera, Trentino

Elena Vendrame e Paolo Paterno hanno iniziato nel 2000 come azienda biologica e biodinamica. Partiti da zero, attualmente contano 5 ettari di superfici in pendenza coltivati soprattutto a piccoli frutti in particolare a mirtilli. Possiedono inoltre una piccola attività di apicoltura e di trasformazione dei prodotti che coltivano. La visione biodinamica, all'interno dell'azienda, si esplicita nell'equilibrio di tutti gli elementi: terra, acqua, aria e fuoco. Così, se l'elemento terra è dato dalla presenza degli animali, l'elemento acqua si nutre invece della presenza di uno stagno nel terreno dell'azienda agricola.



# RIBES ROSSO PER GLI SPORTIVI!

Il ribes rosso contiene molti **sali minerali** come il calcio, il ferro, sodio, lo zinco, il fosforo e il potassio. Questa ricchezza di minerali vede il ribes rosso **consigliato dopo un periodo di convalescenza** o dopo uno sforzo fisico o attività sportiva.