



Il **Kefir BioNova** è realizzato utilizzando latte italiano fresco non omogeneizzato e la coltura madre naturale.

Si tratta di una simbiosi di fermenti composta da più di 20 specie differenti (tra cui *Lb. acidophilus* e *Lb. casei rhamnosus*) scoperta nel Caucaso e apprezzata dall'uomo da migliaia di anni.

La **certificazione biologica** completa idealmente le caratteristiche del nostro kefir permettendoci di poter offrire un prodotto d'eccellenza.

*Il Kefir è una bevanda a base di latte, rinfrescante e salutare. Il Kefir è un fluido cremoso, omogeneo e dalla gradevole consistenza, con un gusto fresco leggermente acido e*

*un'aroma dolce. Non è un prodotto creato in laboratorio, si tratta invece di una simbiosi naturale di fermenti scoperta e apprezzata dall'uomo da migliaia di anni. Il termine **Kefir** deriva dalla parola armena keif e significa benessere. Molti componenti aromatici danno al **Kefir** una fragranza unica e un piacevole aroma. [Il kefir è prodotto con latte fresco e una coltura madre naturale](#), composta da un'associazione complessa di microrganismi specifici.*

*Oltre ai fermenti il **Kefir** contiene minerali e aminoacidi essenziali biodisponibili che aiutano a mantenere lo stato di salute dell'organismo. Le proteine di alto valore biologico presenti nel kefir sono meglio utilizzabili dall'organismo. Il [triptofano](#), è un aminoacido essenziale abbondante nel **Kefir** che ha effetti sul sistema nervoso anche perchè il kefir contiene in abbondanza [calcio](#) e [magnesio](#) biodisponibili, che sono importanti minerali in grado di migliorare la funzionalità del sistema nervoso. Sensibile è anche la liberazione di [treonina](#), [prolina](#) e [lisina](#). Il **Kefir** fornisce ampia disponibilità di [fosforo](#), che è uno dei più grandi elementi costitutivi del nostro corpo e aiuta ad utilizzare meglio i carboidrati, e le proteine per la crescita cellulare, per il loro mantenimento ed interagisce nell'accumulo e nella disponibilità energetica. Il **Kefir** è ricco in [Vitamina B9 \(acido folico\)](#), [B12 \(cobalamina\)](#), [B1 \(tiamina\)](#) e [vitamina K](#). E' un eccellente sorgente di biotina; queste [vitamine del gruppo B](#) aiutano l'organismo a meglio assimilare altre [vitamine del gruppo B](#) come [B5 \(acido pantotenico\)](#). Il rifornimento adeguato di queste vitamine agisce positivamente nella regolazione del sistema nervoso e del sistema renale, e sembrano in grado di promuovere la longevità. E' un buon prodotto alimentare per le persone lattosio intolleranti perchè ricco di Beta-galattosidasi (lattasi) ed è povero di lattosio in quanto con la fermentazione ne è stato idrolizzato circa il 30%.*