

CEREALS AMB GLUTEN I SENSE GLUTEN, SAPS DIFERENCIAR-LOS?

QUÈ ÉS EL GLUTEN?

És una proteïna que es troba en la llavor de molts cereals. Moltes persones no poden digerir aquesta proteïna per complet i es genera una reacció adversa. El gluten és el responsable de l'elasticitat de la massa de farina i confereix la consistència i esponjositat dels pans i masses enforades.

QUÈ ÉS LA CELIAQUIA?

La Malaltia Celíaca (EC) és una malaltia multisistèmica amb base autoimmunitària provocada pel gluten i prolamines relacionades, en individus genèticament susceptibles, i es caracteritza per la presència d'una combinació variable de: manifestacions clíniques dependents de l'gluten, anticossos específics d'EC, haplotips HLA DQ2 o DQ8 i enteropatia

COM MENJAR SALUDABLE SENSE GLUTEN?



OLI D'OLIVA



FRUITS SECS



VERDURES I
HORTALISSES



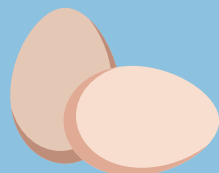
LÀCTICS
NATURALS



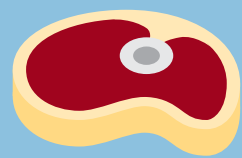
PEIX



CEREALS SENSE
GLUTEN



OUS



CARN



FRUITA



LLEGUMS

Aliments sense gluten
de manera natural

CEREALS AMB GLUTEN



BLAT

SÈGOL

EPELTA

KAMUT

ORDI

CIVADA

TRITICALE



CEREALS SENSE GLUTEN

ARRÒS

BLAT NEGRE

TEFF

AMARANT

QUINOA

BLAT DE MORO

MILL



COBISA

