



I Colori per vivere meglio

*that's
more[®]*



*Un invito a mangiare a colori.
Scopri perchè fanno bene al tuo corpo.*

*Questo progetto è stato realizzato con il contributo scientifico del prof. Carlo Cannella,
direttore dell'Istituto di Scienza dell'Alimentazione, Università di Roma "La Sapienza".*

Il nutrimento delle verdure, la magia dei colori.

Uno dei tanti pregi della natura è che riesce a sorprenderci sempre. Con i suoi colori, per esempio. Sappiamo che le verdure sono alla base di un'alimentazione sana ed equilibrata, ma il fatto davvero sorprendente è che le verdure fanno bene anche perché sono colorate. Recenti studi dimostrano che i colori delle verdure sono legati ai phytochemicals, benefici composti organici, esclusivi dei vegetali, che catturano l'energia dei raggi solari e la trasformano, conferendo alle verdure i loro invitanti colori. Quindi ciascun colore è responsabile di una specifica proprietà benefica. Così, mangiando ogni giorno frutta e verdura di tutti e 5 i colori, assumiamo gli antiossidanti che combattono l'invecchiamento cellulare favorendo il benessere quotidiano e una protezione completa e naturale. In più assicuriamo al nostro organismo un eccellente apporto di elementi nutritivi (vitamine e sali minerali) con un basso contenuto calorico, senza rinunciare ai piaceri della cucina.



I Colori per vivere meglio



Rosso, arancio, bianco, verde e viola: questi sono, in natura, i cinque colori delle verdure. Ciascuno ricco di elementi preziosi per la nostra vita. Per dare al nostro organismo la giusta quantità di antiossidanti, vitamine e minerali è consigliabile consumare 5 porzioni di frutta e verdura al giorno, una per ogni colore.

Per questo That's Amore ha creato I Colori per vivere meglio, una nuova linea di prodotti a base di verdure appositamente selezionate secondo i loro colori.

Una volta capito il valore nutritivo delle cinque cremose That's Amore, non ti rimane che gustarle. Per provare un piacere che parte dagli occhi, delizia il palato e ti permette di mangiare positivo ogni giorno.



Arancio

Benessere che si vede

Protezione per la vista

Le verdure di colore arancio devono la propria luminosa colorazione a specifici elementi dall'azione provitaminica e antiossidante: i carotenoidi e i flavonoidi. I carotenoidi, che il nostro organismo trasforma in vitamina A, sono molto utili alla vista e rafforzano le difese immunitarie. In particolare il beta carotene presente in tutte le verdure di color arancio, ha effetti benefici e protettivi per la pelle. I flavonoidi, allo stesso tempo, riducono il rischio di patologie cardiovascolari e combattono l'azione dei radicali liberi dell'ossigeno, mantenendo così più giovani le cellule.



Che sa di dolcezza

Carote, zucca e peperoni, insostituibili anche come antinfiammatori, sono ingredienti dal colore sfizioso e dal sapore delicato. Un piatto di verdure arancioni nella dieta di tutti i giorni, contribuisce a farti vedere la vita da una prospettiva più gustosa.



Cremona Arancio That's Amore

Una nuova cremosa, straordinariamente gustosa. Un soffice passato di zucca con cubetti di carote, delicatamente profumato al rosmarino. Tutta la naturalità, la freschezza e la bontà di un piatto fatta con il 100% di verdure con gusto, per un passato ricco di piacere e denso di vitalità.



Bianco

La forza del candore

Rigenerante per l'organismo

Bianco: le verdure dal colore più semplice sono quelle che ci rinforzano di più. La quercetina, agente responsabile della colorazione di questo prezioso gruppo di alimenti, ci aiuta a rinvigorire il tessuto osseo e a proteggere i polmoni. Inoltre, la ricchezza di minerali come il selenio e il potassio e di composti a base di zolfo produce effetti benefici sul sistema cardiovascolare mentre le fibre abbassano i livelli di colesterolo. Per tali motivi le verdure di questo colore sono consigliate principalmente nell'alimentazione degli sportivi e dei bambini.



Con un sapore leggero

Cavolfiore, finocchio, rapa bianca, funghi, aglio, porri e sedano, ingredienti dai colori candidi e dal gusto semplice. Aggiungere una porzione di verdure bianche nella dieta quotidiana offre il giusto equilibrio a tutto il corpo.



Cremosa Bianca That's Amore

Una nuova cremosa preparata con una selezione di cavolfiori, finocchio, rapa bianca e fiori di broccoli.

Tutto il gusto di un passato ricco di piacere, denso di vitalità e leggero perchè con poche calorie



Verde



Mente sana, corpo sanissimo

Relax per il sistema nervoso

Il colore che immaginiamo d'istinto per la verdura è proprio quello che agisce in profondità sulla nostra mente. Tutti gli ortaggi verdi sono ricchi di clorofilla, che offre un aiuto importante alla memoria e facilita la trasmissione degli impulsi nervosi, e di magnesio, un nutriente fondamentale per contrastare l'ipertensione e prevenire gli effetti dell'invecchiamento.

Ancora, l'acido folico facilita la produzione di globuli rossi e la vitamina K interviene nella coagulazione del sangue. Per questo gli ortaggi verdi sono raccomandati nei periodi di maggiore stress.



Con un gusto ricco di sfumature

Zucchine, broccoli, asparagi, spinaci, carciofi, cicoria, piselli, basilico, cime di rapa, fagiolini, lattuga, rughetta. Verdure sane e ricche di sapori che possono essere combinate in modi classici o con accostamenti inediti. Integrare gli ortaggi verdi nell'alimentazione quotidiana, darà un impulso positivo a tutte le tue giornate.



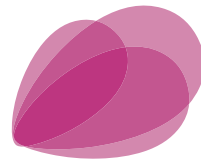
Cremona Verde That's Amore

Una nuova cremosa, straordinariamente gustosa e leggera, perché con pochi grassi preparata con zucchine, zucca in cubetti, basilico e pepe nero. Un piatto fatto con il 100% di verdure con gusto per un passato ricco di piacere e denso di vitalità.



Viola

Il cuore del sapore



Nessun ostacolo alla circolazione

Il colore viola è quello delle verdure che vanno dritte al cuore. Grazie alle antocianine, elemento di cui è ricca questa famiglia di ortaggi, il sangue scorre più fluido nelle arterie, ossigenando i tessuti e mettendo l'organismo al riparo dalla fragilità dei capillari. Un colore deciso per un gruppo di verdure ricche anche di potassio e vitamina C, che regolano le contrazioni muscolari e favoriscono la cicatrizzazione dei tessuti.



Tutta la bontà che desideri

Melanzane, radicchio, cavolo nero e indivia belga viola mescolano le più diverse tradizioni culinarie. Appetitose, ricche di fibre, con un basso contenuto calorico: mangiare tutti i giorni queste verdure dal colore unico fa scorrere il benessere in tutto il corpo.



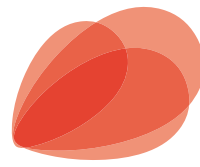
Crema Viola That's Amore

Una nuova crema di radicchio con rapa rossa, impreziosita da pepe bianco ed erba cipollina. Un piatto dal sapore sorprendentemente delicato.



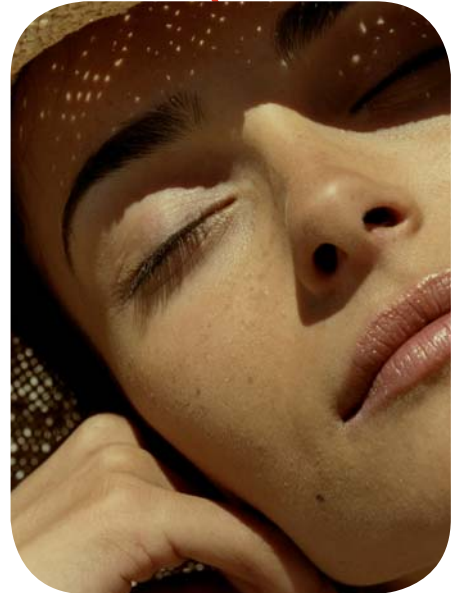
Rosso

Vitalità a fior di pelle



Una nuova primavera della cute

È il colore caldo per eccellenza e nelle verdure, il rosso offre un aiuto naturale per mantenere la pelle giovane ed elastica. I due antiossidanti da cui nasce la pigmentazione di queste verdure sono il licopene che aiuta a prevenire i tumori e le antocianine che garantiscono protezione ai tessuti e all'apparato cardiovascolare, preparando la pelle per l'esposizione ai raggi solari e mettendola al riparo dai raggi UV. Gli studi più recenti dimostrano, inoltre, che gli elementi presenti nelle verdure rosse riducono notevolmente la fragilità dei capillari.



Il tipico piacere dell'estate

Pomodori, peperoni, ravanelli, barbabietola rossa non sono semplicemente ingredienti saporiti e importanti per una dieta bilanciata. Le verdure di questo colore, scelte ad ogni pasto, ti faranno sentire più in forma e più leggero.



Cremosa Rossa That's Amore

Una nuova cremosa di pomodori, peperoni rossi e gialli e cetrioli. Un piatto dal gusto fresco arricchito con basilico e alloro. Verdure sane e saporite che ti faranno sentire appagato e vitale ogni giorno. Se vuoi puoi servire la cremosa rossa anche fredda: dopo la cottura lascia raffreddare a temperatura ambiente, riponila nel frigo e servila con del ghiaccio.



I Colori per vivere meglio



5 Colori

That's Amore ha creato per te delle appetitose ricette che contengono verdure di tutti e 5 i colori. Piatti originali che ti offrono un gusto sorprendente con tutti i benefici dei 5 colori delle verdure.



Grigliata di Verdure 5 Colori

Tutto il gusto delle verdure grigliate. Cinque differenti varietà, unite in un piatto straordinariamente ricco di sapore e di colore: peperoni gialli e rossi, melanzane, zucchine e finocchi tagliati a listarelle.



Minestrone 5 Colori Saporito al Basilico

La ricchezza di un minestrone preparato con tante diverse verdure: pomodori, patate, carote, cipolla bianca e cipolla rossa, fagioli borlotti, piselli novelli, sedano, zucchine, spinaci, verza, basilico e fagiolini.



Cremosa 5 Colori Milleverdure

Una perfetta combinazione di verdure per un passato dal sapore vellutato: patate, zucca, sedano, spinaci, carote, piselli, porro, cipolla rossa e pomodoro. Un soffice passato di verdura per offrirti un piacere che parte dagli occhi, delizia il palato e contribuisce al tuo benessere.