

MAGNIFICO CAFFÈ

Dà sprint all'attività fisica e, addizionato di collagene, migliora l'aspetto della pelle. È protagonista di un nuovo agriturismo. E, coi fondi, si fanno filati bio

di SILVIA PAOLI



Tazza delle mie brame

Un elisir di bellezza dall'aroma inconfondibile: nelle capsule del caffè Black Venus di Bioetix c'è una miscela di pregiati caffè 100% Arabica Sud Americani e Africani con l'aggiunta di 1,25 g di peptidi di collagene idrolizzato VERISOL. Con il "dosaggio" di due tazzine al giorno e per 4 settimane Black Venus aiuta a migliorare tonicità, elasticità e compattezza della pelle, e anche l'aspetto di unghie e capelli. Le capsule sono compatibili con macchine Nespresso e Dolce Gusto. bioetix.it



Prima della corsa

Bere caffè prima di un allenamento intenso è una buona idea. Secondo uno studio pubblicato sul *Journal of the International Society of Sports Nutrition* l'assunzione di caffeina nelle atlete porta a netti miglioramenti nelle loro prestazioni in termini di forza-resistenza. Ecco alcuni suggerimenti forniti dalla ISSN (International Society of Sports Nutrition): assumere caffeina un'ora prima dell'allenamento; la dose ideale è tra i 3 e i 6 mg per kg di peso corporeo: per una persona di 50 kg, tra i 150 e i 300 mg (una tazzina di espresso ne contiene tra i 50/80). Aiuta: sprint, velocità, salti.

Il fondo è fibra

In un anno si stima siano prodotte e dunque da smaltire 23 milioni di tonnellate di fondi di caffè. Il designer Alexis Giannotti, per il suo brand con sede nel Principato di Monaco, usa proprio i resti del caffè per estrarre una fibra. Con il filato realizza maglie da uomo e donna che hanno un plus: il materiale è naturalmente traspirante e previene la formazione di cattivi odori. L'inconveniente: un unico colore, il grigio antracite. Il vantaggio: è 100% biodegradabile.

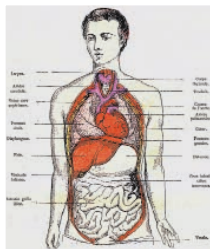


Coffee is the new wine

Dopo il turismo eno-gastronomico, arriva il turismo del caffè. Uno dei trend dell'industria per il 2021 è l'agriturismo nelle piantagioni dei Paesi produttori, per andare alle origini del gusto e scoprirne i segreti. Questo tipo di viaggio, il preferito dei Millennial, deve essere olistico ovvero comprendere l'intera esperienza: dal campo alla tazzina, con tasting e workshop.

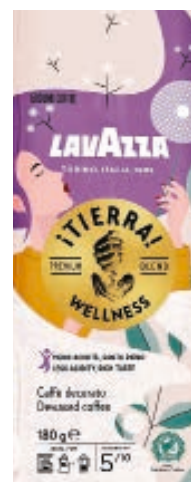
Fa digerire? Sì, ecco la prova

Secondo una recente ricerca dell'Institute for Scientific Information on Coffee, firmata dal dottor Carlo La Vecchia, Ordinario di Statistica medica ed epidemiologia all'Università degli Studi di Milano, il consumo di caffè ha un effetto stimolante sulla secrezione di gastrina, l'ormone prodotto dalle cellule dello stomaco, e dunque sulla digestione. Meglio preferire la tostatura chiara: quella scura, con chicchi quasi neri, pare indebolire gli agenti che nel caffè partecipano al processo di attivazione della gastrina.



Togli la cera!

Da poco lanciato da Lavazza, il caffè iTierra! Wellness, oltre a provenire da piantagioni con certificazioni in ambito biologico e sostenibile, porta con sé una novità: è decerato. Grazie a una speciale lavorazione che riduce la quantità di cere naturali che ricoprono i chicchi, mantiene inalterato il suo aroma, ma presenta una minore acidità. Per un consumatore attento al benessere oltre che al gusto. Disponibile macinato per moka in pack riciclabile e in capsule per i sistemi Lavazza A Modo Mio e Lavazza Firma, per ufficio.



Bevo e viaggio

Col nuovo lancio Nicaragua La Cumpulda Refinada, parte della gamma Master Origins, Nespresso si affianca al Nicaragua nella comune attenzione per l'agricoltura rigenerativa, una coltivazione che sia sostenibile e di aiuto alle comunità locali nel lungo periodo. Realizzato grazie a un processo sperimentale che ha ridotto a metà il consumo di acqua, è il frutto di ciliege di caffè fornite da 20 aziende agricole che rappresentano dei paradisi agroforestali. Si gusta a casa, si sogna di andarci.

