

# PIÙ ENERGIA DALLA NATURA

GRAZIE AL PARMIGIANO REGGIANO DOP E AL MIELE DI ACACIA, INGREDIENTI BASE DI NAMBRA

**NAMBRA** è un alimento energizzante completo (con proteine, carboidrati, lipidi e sali minerali) preparato solo con **Parmigiano Reggiano stagionato** (36 mesi) e **miele di acacia**, quindi **naturale al 100%**. Privo di **lattosio**, di elementi chimici e ricco di aminoacidi e vitamine, presenta un giusto contenuto di grassi, si digerisce con facilità ed è di facile fruizione grazie alla **consistenza cremosa in bustina monodose**.

## Un valore per gli atleti

Il Parmigiano Reggiano – un vero e proprio **concentrato** delle **proteine del latte** – è uno dei cibi più completi che esistano. Al suo **elevato apporto di nutrienti** si accompagna un'**ottima digeribilità** e un'ottima protezione dell'intestino. Ricco di calcio e fosforo (come il latte di partenza) è consigliato ai soggetti intolleranti al lattosio e contiene una quantità notevole di acidi grassi a catena corta, perché predigeriti dagli enzimi, durante la lunga stagionatura, rendendolo altamente biodisponibile e di facile assorbimento dall'organismo. Queste caratteristiche lo rendono un **alimento prezioso su più fronti nutritivi**, non solo dal punto di vista proteico, **ideale dunque per chi pratica sport, anche a notevoli intensità**. Il miele di acacia – energizzante, antiossidante, disintossicante, disinfettante naturale per la gola, ricostituente ad elevata concentrazione di fruttosio rispetto al glucosio. La quantità media ideale e quotidiana di Parmigiano Reggiano all'interno dell'alimentazione di un soggetto adulto è pari a 50 g, che possono essere assunti anche al pasto che precede di 2-3 ore la gara.

Grazie a uno studio condotto su 12 atleti è stato dimostrato come, utilizzando Nambra e adeguate quantità di Parmigiano e pasta con legumi nella propria dieta, sia possibile evitare qualsiasi altra forma di integrazione artificiale, sostenendo l'esercizio massimale anche negli specialisti dell'endurance, offrendo una sensazione di pieno benessere e agendo in maniera positiva sui risultati sportivi.

Nambra può essere utilizzato mezz'ora prima dell'inizio dell'attività fisica come preparazione, ogni 30' durante la sessione sportiva e anche al termine come recupero, a seconda delle singole necessità, ed è ideale per tutti i tipi di runner.

umami care



[www.nambra.it](http://www.nambra.it)