

Au moins cinq fruits et légumes par jour !

Une portion de cranberries par jour

La baie des USA délicieusement fruitée et légèrement acide.

Le Comité Français d'Education pour la santé dans le cadre du « Programme National Nutrition Santé » recommande la consommation de 5 portions de fruits et légumes par jour et a mené une campagne de promotion recommandant la consommation des fruits et légumes sous n'importe quelle forme, frais, en conserve ou surgelé, cuit ou cru.

Une de ces cinq portions peut être deux poignées de cranberries séchées ou un verre de jus de cranberry !

Grâce à leur teneur en vitamines, éléments minéraux et fibres, les baies sont un en-cas idéal.

Le jus rouge vous désaltère et additionné d'eau minérale, il est particulièrement rafraîchissant.

Les baies délicieusement fruitées et légèrement acides apportent choix et diversité pour une consommation de « 5 par jour ».

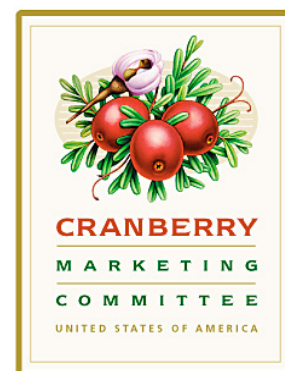
Boire est très important pour garder la forme physique et mentale.

Le corps a besoin de 1,5 à 2 litres de liquide par jour.

Un verre de jus de cranberry ou du jus de cranberry additionné d'eau permet de diversifier délicieusement l'offre et répondre à ce besoin.

Le jus de Cranberry peut aussi être mélangé avec du lait, de l'eau gazeuse ou d'autres jus de fruits.

Le jus contient les mêmes éléments nutritifs que les fruits frais ou secs. Après ouverture, la bouteille de jus de cranberry doit être conservée au réfrigérateur et le jus consommé dans 3 ou 4 jours suivants.



France contact :

Markonsult
Nelly Masson
58, rue Pottier
78150 Le Chesnay

Téléphone :

01.39.55.73.29

Fax:

01.39.23.20.17

E-Mail:

markonsult@wanadoo.fr

Contact USA:

Cranberry Marketing
Committee
c/o Mike Rucier
Bryant Christie Inc.
1425 Fourth Avenue
Suite 808
Seattle, WA 98101

Phone:

001 206 292 6340

Fax:

001 206 292 6341

E-Mail:

rucier@bryantchristie.com

Les cranberries séchées peuvent remplacer une portion de fruit frais. Leur teneur en eau étant réduite, elles ont un goût prononcé de fruit, et contiennent toutes les fibres, vitamines, oligo-éléments et arômes sous forme concentrée .

Les cranberries sont une source d'énergie très digeste qui fournit au corps les éléments nutritifs dont il a besoin pour rester en forme lorsqu'on fait de l'exercice, au travail ou même en conduisant, aidant ainsi à prévenir une fatigue précoce et à maintenir la concentration. Les hydrates de carbone fournissent de l'énergie aux muscles et aux nerfs.

Les cranberries ne sont pas seulement précieuses en cas de petite faim ; leur agréable saveur sucrée convient très bien à la cuisine de printemps et donne une note fruitée aux salades et plats de pâtes.

Le Chesnay, le 31 Janvier 2006.