



Semi di senape bruna bio in polvere

POWDER Nothing But Plants®

Aromatici e leggermente piccanti

	1 unità	3 + 1 gratuita
Senape bruna in polvere 50 g	7,00 €	21,00 €

Marchio:



Scopri le eccezionali proprietà dei SPEZIE grazie alla nostra innovativa linea POWDER Nothing But Plants®! Questa linea di prodotti è un concetto innovativo, un modo alternativo di assumere gli integratori alimentari e le sostanze nutritive più salutari: in frullati, insalate o con i propri piatti preferiti.

La **senape** è una spezia consumata sin dall'antichità, che già i greci e i romani utilizzavano come condimento.

Ne esistono diverse specie: la senape gialla o bianca (*Sinapis alba* L.), quella bruna o cinese (*Brassica juncea* (L.) Czern.), più aromatica e piccante rispetto a quella gialla, e la varietà nera (*Brassica nigra* (L.) K.Koch). Ricca di proteine e olii, la senape è impiegata per preparare l'omonima salsa che contiene anche sodio, selenio e vitamine (C e B12).

Ecco la proposta di Anastore per scoprire questa spezia millenaria: **Prova i nostri semi di senape bruna bio in polvere!**

DESCRIZIONE E ORIGINE

La senape, appartenente alla famiglia delle crucifere, presenta più varianti, tre delle quali sono comunemente usate come condimento: la senape gialla o bianca (*Sinapis alba* L.), quella nera (*Brassica nigra* (L.) K.Koch) e quella bruna, nota anche come senape cinese (*Brassica juncea* (L.) Czern.). Quest'ultima (*Brassica juncea* (L.) Czern.) è una pianta erbacea annuale che produce fiori gialli e piccoli semi ricchi di olio. Originaria della Cina, questa specie è stata introdotta nell'India settentrionale, per poi diffondersi anche in Afghanistan passando per il Punjab (1).

Attualmente la senape è una coltivazione preziosa dal punto di vista economico, ampiamente distribuita anche in Asia ed Europa (2).

STORIA

Utilizzata fin dall'antichità, come dimostrano alcuni testi sanscriti risalenti al 3.000 a.C., questa spezia fu una delle prime a essere coltivata dall'uomo (1). Il nome che molte lingue utilizzano per designarla deriva dal francese "moutarde", termine usato per la prima volta in Francia nel XIII secolo e che probabilmente proviene dall'espressione popolare "mustum ardens", legata all'usanza romana di aggiungere o diluire nel succo d'uva alcuni granelli di senape (3). A quei tempi la senape era consumata in grandi quantità in tutta Europa ed era coltivata soprattutto a Cremona (Italia) e Digione (Francia), dove numerosi appezzamenti di terreno erano dedicati a questa spezia. La città francese, nello specifico, è ancora oggi uno dei maggiori produttori di senape al mondo (3).

COMPOSIZIONE

I semi delle diverse specie di senape presentano grandi quantità di olio e proteine (4). La salsa di senape contiene inoltre buone quantità di vitamine C e B12, oltre che di sodio e selenio (3).

La senape bruna, inoltre, è ricca di glucosinolati, molecole che si trasformano in isotiocianati, ovvero i composti solforati che conferiscono alla senape il caratteristico gusto acre (5).

USI, RICETTE La senape è utilizzata per preparare l'omonima salsa, oppure direttamente come condimento. La senape in polvere si utilizza in svariati piatti, oltre che per preparare salse (1). Proponiamo qui di seguito una ricetta che prevede l'uso della spezia in questa forma. **Purea di mais e carote con crostini (croûtons) aromatizzati all'aglio (6):**

Ingredienti (8 persone):

Purea di mais e carote:

- 4 pannocchie
- 3 carote
- 1 cipolla tritata
- 3 cucchiaini di olio d'oliva
- 4 tazze di brodo di pollo
- 1 cucchiaino e mezzo di timo essiccato
- 1 cucchiaino di **senape bruna bio in polvere**
- pepe **Crostini (croûtons) aromatizzati all'aglio:**
- ½ baguette tagliata nel senso della lunghezza
- 1 cucchiaino di olio d'oliva
- ½ spicchio d'aglio

Preparazione:

- Sgranare le pannocchie e tagliare le carote a pezzi grossi.
- In una padella, fare saltare a fuoco vivace la cipolla con l'olio d'oliva, quindi aggiungere il brodo di pollo, le verdure, il timo, la **senape bruna in polvere** e infine il pepe.
- Portare a ebollizione, quindi abbassare la fiamma e cuocere a fuoco lento per 30 minuti.
- Adagiare il pane su una teglia da forno, ungere con dell'olio d'oliva e infornare in modalità grill per 5-7 minuti, fino a quando non raggiungerà un colore dorato. Sforzare, sfregare il mezzo spicchio d'aglio sulla superficie e tagliare a strisciole.
- Infine, frullare il composto di verdure e spezie fino a ottenere la consistenza desiderata. Servire la purea accompagnandola ai crostini.

BIBLIOGRAFIA

1. Thomas et al. (2004) Mustard. En: <https://www.researchgate.net/publication/280131369>.
2. Chen et al. (2016) Evolution of mustard (*Brassica juncea* Coss) subspecies in China: evidence from the chalcone synthase gene. *Genetics and Molecular Research* 15 (2): gmr.15028045.

3. <http://www.fen.org.es/mercadoFen/pdfs/mostaza.pdf>
4. Wanasundara (2011) Proteins of Brassicaceae oilseeds and their potential as a plant protein source. Crit Rev Food Sci Nutr 51(7): 635-77.
5. Cools and Terry (2018) The effect of processing on the glucosinolate profile in mustard seed. Food Chem 252: 343-348.
6. <http://www.fraichementpresse.ca/recettes/potage-mais-carottes-croustons-ail-1.3279601>

Composizione

COMPOSIZIONE:

Polvere di semi di **senape** marrone biologica (*Brassica juncea* (L.) Czern.).

ALLERGENI:

Contiene senape. Non contiene OGM.

PRODUZIONE E GARANZIA DI QUALITÀ:

Questo alimento è prodotto conformemente alle norme BPF (le BPF sono le Buone Pratiche di Fabbricazione in vigore nell'Industria Alimentare Europea, in inglese GMP: Good Manufacturing Practice).

Utilizzo

CONSIGLI PER L'USO:

Questa spezia aromatica può essere utilizzata come condimento per preparare l'omonima salsa, oppure in diverse ricette.

ISTRUZIONI DI CONSERVAZIONE:

Da conservare in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.