



Home ▾ Birra



Birra

La Mi' Amica: un tocco femminile dietro la birra che riduce il picco glicemico

By Redazione Il Forchettiere · 4 Settembre 2020



La birra artigianale “La mi’ amica” è l’ultima nata nella realtà empolesse gestita dalle tre sorelle Lami (Claudia, Giulia e Francesca), e può ridurre fino al 40% il glucosio nel sangue rispetto a una birra tradizionale

[Privacy & Cookies Policy](#)



Immaginiamo una birra in grado di ridurre il tasso di zucchero nel sangue di chi la gusta. Oltre a immaginarlo, c'è chi lo ha realizzato e brevettato: si tratta del birrifico artigianale toscano **La mi' Birra**, che ha in carnet – oltre alla Bionda, la Rossa e l'Ambrata – anche “La Mi' Amica”, brevettata con il processo “JAXplus” grazie al quale è ricca di particolari fibre in grado di ridurre il glucosio nel sangue dopo i pasti.



Lo dimostra una ricerca dell'Università di Pavia, che ha evidenziato un indice glicemico ridotto di circa il 40% rispetto a quello della stessa birra prodotta in maniera tradizionale. In particolare, grazie al brevetto JAX+ in collaborazione con una start up milanese, "La mi' Amica" contiene il doppio di fibre solubili – gli **arabinosilani**, che contribuiscono a limitare l'innalzamento repentino di glucosio nel sangue dopo i pasti, il cosiddetto "picco glicemico responsabile dell'accumulo di grasso – utili all'organismo rispetto alla stessa birra prodotta con il processo tradizionale. E non è tutto: la birra prevede il riutilizzo delle trebbie, dalle quali sono estratti e resi biodisponibili proprio gli arabinosilani. Si parla quindi di recupero, sfruttamento dei sottoprodotti ed economia circolare.



Dietro questo prodotto – così come dietro ogni bottiglia de La Mi' Birra – c'è un tocco femminile: la giovane realtà empolesse, il cui nome esprime sia l'origine toscana sia il cognome delle titolari, vede protagoniste le sorelle Claudia, Giulia e Francesca Lami, nate e cresciute nella campagna toscana. Ognuna collabora con le altre per realizzare prodotti genuini, rispettosi della salute e dell'ambiente. Ad aver dato inizio al birrificio è **Claudia**: laureata in Scienze e Tecnologie alimentari, si occupa della realizzazione delle ricette unendo alta qualità, tradizione brassicola e innovazione. **Giulia** è la parte creativa e cura comunicazione, animazioni e video. Infine **Francesca**, cosmetologa, sviluppa cosmetici biofunzionali a partire dai composti organici recuperati dalla lavorazione della birra.



Il birrificio continua a sperimentare, sia sul fronte della selezione delle varie materie prime (lieviti, luppoli, malti, ma anche l'acqua di sorgente ai piedi dei monti Lagorai) sia sul miglioramento delle tecnologie di birrificazione, per rendere sempre più sostenibile il processo produttivo e valorizzare le risorse in un'ottica di economia circolare. Il risultato sono birre che conquistano per l'equilibrio, la digeribilità unica e il sapore puro.

