



**birrificio foran**  
Birre artigianali e Sapori locali

Società Agricola MONDINI di Flavio e Ivano S.S.  
via U. Saba, 1 - 33050 Castions di Strada (UD) ITALY

Mail: [info@birrificioforan.it](mailto:info@birrificioforan.it)  
Web: [www.birrificioforan.it](http://www.birrificioforan.it)  
Fb: @birrificioforan  
Instagram: [birrificioforan](https://www.instagram.com/birrificioforan)  
Tel. 348.4729059 - 347.3113430



# Giornale della Birra

Settimanale divulgativo, tecnico e professionale dedicato alla birra italiana

**620PASSI** | BIRRIFICIO  
ARTIGIANALE  
MARANO LAGUNARE

SHOP ONLINE  
[WWW.620PASSI.COM](http://WWW.620PASSI.COM)



[Home](#) / [Senza categoria](#) / [Dalle trebbie di birra, l'innovazione per la salute!](#)

Numero 46/2020

11 Novembre 2020

## Dalle trebbie di birra, l'innovazione per la salute!





Stampa questa pagina  Translate this page in English

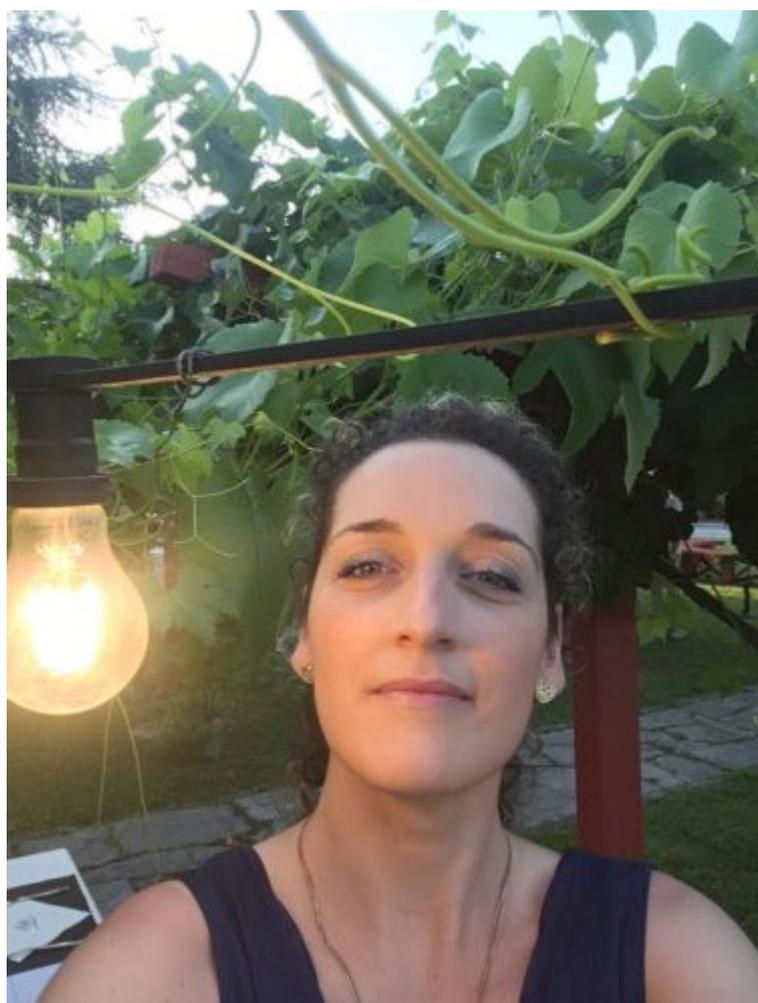
Posted in : [Senza categoria](#) on [11 Novembre 2020](#) by : [Daniele Bertozzi](#)

Oggi anche il panorama brassicolo è attento alle esigenze dei consumatori. Vediamo sempre più spesso birre senza glutine, birra a basso tasso alcolico e chi più ne ha più ne metta. Non avevo mai pensato però a come può fruire una birra una persona diabetica.

Non me l'ero mai chiesto fino a quando non sono entrato in contatto con Cecili Dainese, ideatrice e mente del portale Nosugar4me.

Cecilia mi ha poi messo in contatto con Francesca Varvello di Heallo, ditta ideatrice di JAXplus, prodotto a basso indice glicemico.

Decidiamo così per un'intervista doppia per conoscere un mondo che fino ad oggi nel panorama birra non era mai stato preso in considerazione.



Buongiorno ragazze! Come siete arrivate a collaborare?

Francesca: Sono una tecnologa alimentare, appassionata di benessere e di corretta alimentazione, ispirata da esperienze imprenditoriali di famiglia nel mondo delle farine e delle loro valenze nutrizionali e tecnologiche sia per i consumatori che per i professionisti. Ho visto cambiare l'approccio all'alimentazione, dagli anni 80 ad oggi ed evolversi le tendenze di consumo verso una maggiore consapevolezza del binomio cibo-salute.

Cecilia: Nosugar4me nasce dalla forte necessità di condividere qualcosa con cui convivo ormai da qualche anno: il diabete di tipo1. Avevo voglia di capire se altri come me avevano bisogno di parlare dei loro problemi, successi, esperienze, incazzature, gioie. Così ho aperto un blog dove intervisto diabetici che hanno voglia di raccontarmi la loro storia.

Purtroppo il diabete è una malattia silenziosa, che conoscono in pochi e ha diversi falsi miti.

Uno per esempio è quello che dice di non mangiare determinate tipi di cose: falso, qui la parola che tutti i diabetici di tipo 1 imparano da subito è GESTIONE. Una persona diabetica deve gestire la sua glicemia, calibrando vari alimenti, stile di vita, riposo e lavoro. Il diabetico è una persona uguale ad un'altra, solo con qualche pensiero in più rispetto proprio nella gestione delle sue attività, tra le quali il cibo. Per questo motivo è importante la condivisione, parlare e informare le persone di questa malattia silenziosa.

...e da lì ho conosciuto Francesca, che dopo una "semplice" intervista è diventata una collaborazione per condividere il suo progetto sugli alimenti a basso indice glicemico, parlando ai diabetici.



**Prima di parlare di birra parliamo di voi. Come arrivate ai vostri progetti?**

## **Parlatene brevemente.**

Ho sempre lavorato nel mondo dei cereali, da cui ha preso ispirazione per studiare come migliorare la nutrizione umana e animale: il mondo dei vegetali e dei semi ci offre straordinari elementi nutrizionali, fondamentali per equilibrare la nostra alimentazione, alcuni dei quali non sono completamente disponibili all'assorbimento: il mio lavoro è quello di trovarli, all'interno di matrici di scarto di altre produzioni, e renderli fruibili e più utili a contrastare e prevenire dismetabolismi come l'iperglicemia o il diabete di tipo 2 e ridurre i meccanismi infiammatori, che minano il nostro sistema immunitario.

## **Cosa significano oggi per voi?**

Per me significano dare concretezza e valore ad anni di ricerca e passione. L'approccio eco-sostenibile della valorizzazione degli scarti e il contributo al miglioramento delle condizioni di vita della popolazione sono stimoli fondamentali pensando al futuro dei miei figli, della loro generazione e di quelle future. Da quando sono entrata nel mondo del lavoro sono notevolmente cambiati i paradigmi alla base della tecnologia alimentare: in passato l'obiettivo era soprattutto ottenere alimenti buoni, oggi gli alimenti devono essere buoni, naturali, sani ed ecosostenibili.

I progetti di condivisione sono rivolti alle persone, per informarle e far prendere coscienza di una problematica o far capire loro che sono all'interno di un gruppo.

Mi spiego meglio...Il primo progetto che abbiamo sviluppato insieme è stato quello di inviare a casa di 145 persone un campione di birra con dentro l'ingrediente JAXplus, ottimo per non innalzare la glicemia e adatto a persone diabetiche, atleti, attenti alla dieta.

Grazie ai social siamo riuscite a condividere le innovazioni del prodotto e a settembre abbiamo spedito le birre con all'interno un volantino che spiegava il progetto e invitava l'utente a compilare un breve questionario per aiutarci a migliorare i prodotti.

E' stato molto interessante il risultato di questo survey, che ha mostrato grande positività rispetto alla birra, che oltre ad essere piaciuta, è stato capito l'intento di aiutare le persone a bere in compagnia senza doversi preoccupare del picco glicemico.

La più grande soddisfazione? Vedere le storie di condivisione su Instagram dell'unboxing e dell'assaggio.



### **Cos'è esattamente JAXplus? E come funziona? Per chi è indicato?**

JAXplus è una tecnologia e un ingrediente: è una tecnologia di selezione di particolari fibre solubili, efficaci nel ridurre l'impatto glicemico in maniera naturale, applicabile a diversi sottoprodotti di produzioni vegetali (scarti della lavorazione dei cereali, della produzione della birra o dello zucchero) ed è l'ingrediente che si ottiene da questa tecnologia. La sua aggiunta agli alimenti e alle bevande ne riduce il loro impatto glicemico.

### **Campi di utilizzo?**

I campi di utilizzo sono molteplici. L'effetto benefico delle fibre solubili è sfruttabile negli alimenti: JAXplus ha un'elevata appetibilità, non rovina il sapore e la consistenza degli alimenti e delle bevande, ma aiuta a ridurre l'effetto dannoso degli zuccheri e nutre la flora intestinale. Le altre applicazioni si intravedono anche nel mondo degli integratori: il nostro fabbisogno di fibra è di 25-30g al giorno e non sempre riusciamo a soddisfarlo: per questo un integratore che ci aiuta a integrare la fibra e a controllare l'impatto glicemico dei nostri pasti potrebbe essere un valido alleato per la nostra dieta.



### **Come siete arrivati a questo progetto riguardante il mondo birra artigianale?**

Le trebbie, cioè gli avanzi di lavorazione della produzione birraria, sono state le materie prime della nostra ricerca: abbiamo dialogato con tanti birrifici artigianali e scoperto che quello che per noi costituiva la base di partenza del progetto, per loro era uno scarto di cui liberarsi in fretta! Le trebbie sono umide e non si conservano facilmente.

### **Trovare un produttore disposto ad uscire dagli schemi è stato difficile?**

Il produttore che ci ha permesso di avviare il progetto ne è stato anche l'ispiratore: era consapevole che la birra può essere problematica per chi, come lui, ha problemi con il controllo glicemico, nonostante sia la bevanda più antica della storia dell'umanità e anche la più apprezzata da diverse categorie di consumatori emergenti come quella degli sportivi.

### **Che differenze posso trovare tra una birra brassata tradizionalmente?**

Le differenze sono difficili da individuare: la birra JAXplus è una birra che ha subito un "doppio ammostamento": le trebbie della lavorazione precedente vengono sfruttate per recuperare le fibre solubili (Arabinosilani), che sono rimaste ancora all'interno, un aiuto prezioso alla nostra salute che non possiamo perdere e che non influenza negativamente il sapore, il colore o le sfumature della birra prodotta in maniera tradizionale.

### **Perché proprio la birra?**

La birra è amata e diffusa, ma può essere problematica a livello glicemico, i cereali da cui si ricava contengono fibre solubili anti glicemiche: l'abbinamento dei due concetti è stato immediato. Il risultato lo lasciamo a voi da giudicare!



### Progetti futuri? Cosa possiamo aspettarci?

Progetti e futuro sono due parole che adoro! Il covid ci ha un po' modificato i piani, perché avevamo in mente di fare una bella degustazione di birra, tipo apericena, ma con un fine scientifico.

Avremmo invitato persone diabetiche e normoglicemiche in ugual misura e insieme avremmo assaggiato la birra con qualche stuzzichino, ma non prima di aver fatto a tutti il controllo della glicemia.

Successivamente, dopo 2 ore dall'assaggio di birra e cibo, avremmo ripetuto il controllo glicemico a tutti, evidenziando il potere benefico di JAXplus. Un diabetico ha sempre il terrore di uno spike improvviso della glicemia, anche solo con un sorso di birra: qui avrebbe visto che la sua curva glicemica sarebbe rimasta stabile e invariata.

Questo evento sarebbe stato meraviglioso da fare in persona, ma ci stiamo attrezzando per farlo on line! Altro progetto interessante è quello dei webinar informativi relativi all'indice glicemico, dove JAXplus è principe indiscusso.

Con l'università di Pavia abbiamo organizzato 3 incontri (il primo il 28 ottobre scorso alle ore 20 su Zoom), dove dei ricercatori condivideranno informazioni su che cos'è l'indice glicemico, come funziona e soprattutto come utilizzarlo in cucina in sfiziose ricette.

Questi appuntamenti non sono dedicati solo a persone diabetiche, ma a tutti quelli che vogliono saperne di più, che sono curiosi di scoprire come mangiare sano sia una scienza e un'arte.

Stampa questa pagina

Tweet



**Il boccale perfetto per la tua birra? Acquistalo in OFFERTA!**



## Daniele Bertozzi

Info autore

Novarese, classe 1981.

Un viaggio in Belgio per scoprire che la birra è molto di più di quello che trovi nei supermercati e che, a dire il vero, poco mi è sempre piaciuta (tranne rare occasioni...).

Cercavo emozione tra gli scaffali e non l'ho quasi mai trovata!

Ho vissuto come tanti colleghi il "rinascimento birraio italiano" che dà ancora oggi tante possibilità e soddisfazioni a livello personale e professionale.

La passione è sempre cresciuta costantemente tra eventi, formazione, fino a giungere ai corsi di Unionbirrai con relativi esami e il conseguimento del titolo di Unionbirrai Beer Taster.

Il mondo birra diventa più di una sola passione, e ad oggi mi occupo di docenze e organizzazione di corsi ed eventi vari di formazione tra Piemonte e Lombardia.

Oltre alla birra adoro viaggiare, la musica e il buon cibo.

Curo una pagina Instagram come "Arte\_birra" e ho anche pensato di fare l'homebrewer... sì, ma l'ho sempre solo pensato...

Trova offerte homebrewing

**amazon**

## Articoli correlati:



E' nata Fravort, birra a basso impatto glicemico!



Arriva la birra che agisce sul picco glicemico!



Francesca Fagotto, il genio creativo...