

Erba d'orzo, un toccasana per la salute

Creato Mercoledì, 12 Dicembre 2012 15:20 | Scritto da Marta Albè




Poco tempo fa vi avevamo parlato dell'**erba di grano**, che in Oriente ha iniziato ad essere coltivata all'interno di chioschi lungo le strade in modo da avere a disposizione tale ingrediente sempre fresco per la preparazione di **succhi salutari** ricchi di clorofilla, che contribuiscono alla

purificazione dell'organismo. Proprio in Oriente, per la precisione in Giappone, negli anni '70 avvenne la scoperta dello straordinario valore nutrizionale di un'altra erba considerata benefica: l'**erba d'orzo**.

La scoperta dell'immenso valore nutrizionale dell'erba d'orzo deve essere attribuita allo scienziato giapponese **Yoshihide Hagiwara**, laureato sia in medicina che in farmacia, che, certo che i nutrienti prodotti in laboratorio non fossero in grado di sostituire quanto offerto dalla natura, iniziò a studiare le **proprietà di oltre 200 piante**.

Le sue ricerche portarono all'individuazione dell'erba d'orzo in qualità della **specie vegetale maggiormente ricca di nutrienti** tra le varietà prese in considerazione da parte dello scienziato giapponese, che arrivò a definirla come la fonte di nutrienti più ricca e completa **presente in natura**. Il passo successivo dello scienziato fu l'ideazione di un metodo per trasformare in polvere il succo fresco d'erba d'orzo, in modo tale che esso non perdesse alcuna delle proprie caratteristiche nutritive. Il lavoro svolto in proposito valse allo scienziato l'assegnazione del premio internazionale "Science and Technology Agency Award".

Test eseguiti in tutto il mondo, in particolare in Giappone e in Europa, hanno confermato come l'erba d'orzo risulti essere in natura **il vegetale più ricco di vitamine**, minerali, aminoacidi essenziali ed enzimi, tra cui l'antiossidante denominato SOD, che contrasta l'invecchiamento cellulare. L'erba d'orzo è inoltre una vera e propria **miniera di clorofilla**, che presenta un riconosciuto potere antibatterico, disintossicante, **immunostimolante e alcalinizzante**, ovvero evita che il pH dell'organismo viri verso l'acidità, condizione che può favorire o accompagnare, secondo gli esperti, la maggior parte delle patologie esistenti.

 erba orzo

L'erba d'orzo rappresenta un alimento che può contribuire a **compensare il mancato apporto di nutrienti** derivati da **vegetali crudi**, che sono spesso scarsamente presenti all'interno dell'alimentazione occidentale. Le analisi chimiche condotte da Yoshihide Hagiwara in Giappone e negli Stati Uniti hanno dimostrato come l'erba d'orzo contenga il **doppio del calcio contenuto nel latte**, il doppio del potassio contenuto nel grano, 7 volte la vitamina C contenuta nelle arance, 30 volte il complesso di vitamine del gruppo B contenuto nel latte, **5 volte il ferro presente negli spinaci**.

Per il proprio contenuto nutrizionale, l'erba d'orzo appare come un vero e proprio toccasana per la salute, soprattutto in caso di **carenza di vitamine o minerali**, non apportati a sufficienza all'organismo attraverso l'alimentazione.

L'erba d'orzo può essere reperita in Italia in erboristeria, nei negozi di prodotti biologici e naturali, oppure attraverso i punti vendita online. Per maggiori informazioni riguardo al reperimento dell'erba d'orzo è possibile consultare il sito web **RoyalGreen.it**.

LEGGI anche:

Transform bar: a New York il succo di erba di grano coltivato nel chiosco

Tags: erba d'orzo succhi vegetali giappone

Abbonati GRATIS alle Newsletter di greenMe.it

€ Verde quotidiano **b** Newsletter settimanale

Nome

Email

€ Privacy e Termini di Utilizzo