

# Νέες ποικιλίες ρυζιού για ειδικές ομάδες πληθυσμού



# ΙΣΤΟΡΙΑ ΟΡΥΖΟΜΥΛΟΥ

- Ο ορυζόμυλος της ΕΑΣ Σερρών δραστηριοποιείται στην παραγωγή και τυποποίηση ρυζιού από το 1923
- Συλλέγει ρύζια από την περιοχή του Στρυμόνα , που έχει χρόνια παράδοση στην καλλιέργεια ρυζιού.

# Παραγόμενα ρύζια

- *Ρύζι τύπου Καρολίνα:*

Είναι ρύζι που προέρχεται κυρίως από την ποικιλία Αξιός(R-64)τύπου japonica.Είναι μακρόσπερμη ποικιλία .

Είναι ρύζι κατάλληλο για όλες τις χρήσεις(πιλάφι, γεμιστά κ.α)

- *Ρύζι τύπου γλασσέ:*

Είναι ρύζι που προέρχεται από την ποικιλία europa τύπου japonica.

Ρύζι αρκετά γευστικό με πλούσιο άρωμα κατάλληλο για πιλάφι

# Παραγόμενα ρύζια

- *Ρύζι νυχάκι:*

Παράγεται κυρίως από την ποικιλία Δίον.

Είναι ρύζι άριστης ποιότητας, κατάλληλο για επεξεργασία parboiled.

- *Ρύζι Dias Vie:*

Είναι ρύζι με το περικάρπιο

(καστανό ρύζι)

άριστης ποιότητας, προτεινόμενο για διαβητικούς και για καρδιαγγειακές παθήσεις



# Το ρύζι στην διατροφή μας

- Είναι βασικό προϊόν διατροφής για τον μισό πληθυσμό της γης
- Πλούσιο σε φυτικές πρωτεΐνες και σύνθετα σάκχαρα
- Βοηθά στην πέψη, προλαμβάνει τον καρκίνο του παχέως εντέρου, ελέγχει την υψηλή αρτηριακή πίεση.



# Ρύζι Dias Vie

- Προέρχεται από συνδυασμό ποικιλιών τύπου japonica,.
- Μελέτες δείχνουν ότι έχει μικρότερες ποσότητες σε ελεύθερα σάκχαρα και χαμηλότερο γλυκεμικό δείκτη από το λευκό ρύζι
- Έχει καλύτερη σύνθεση ιχνοστοιχείων για να καταναλώνεται χωρίς φόβο από τις ευπαθείς ομάδες πληθυσμού

# Ανάγκες ευπαθών ομάδων πληθυσμού.

- Στις ευπαθείς ομάδες συγκαταλέγονται

→ διαβητικοί

→ άτομα με καρδιαγγειακές παθήσεις

→ άτομα με τάσεις για παχυσαρκία

# Σύγκριση ρυζιού τύπου καρολίνα με ρύζι DIAS VIE

| Ρύζι καρολίνα      |                  |
|--------------------|------------------|
| Πρωτεΐνες          | 6,78%            |
| λιπαρά             | 0,95%            |
| Κυτταρίνες         | 0,19%            |
| Ενέργεια           | 304 kcal/100mg   |
| Υδατάνθρακες       | 71,45%           |
| Νάτριο             | 23mg/kg          |
| <b>Κάλιο</b>       | <b>1083mg/kg</b> |
| Ψευδάργυρος        | 24mg/kg          |
| Σίδηρος            | 11mg/kg          |
| Φώσφορο            | 1082,5mg/kg      |
| <b>Βιταμίνη B1</b> | <b>0,84mg/kg</b> |
| <b>Βιταμίνη B2</b> | <b>0,08mg/kg</b> |
| <b>Βιταμίνη B3</b> | <b>14mg/kg</b>   |

| Ρύζι DIAS VIE      |                  |
|--------------------|------------------|
| Πρωτεΐνες          | 8.88%            |
| Λιπαρά             | 2.2%             |
| Κυτταρίνες         | 0.77%            |
| Ενέργεια           | 315kcal/100mg    |
| Υδατάνθρακες       | 69,34%           |
| Νάτριο             | 24mg/kg          |
| <b>Κάλιο</b>       | <b>2254mg/kg</b> |
| Ψευδάργυρος        | 26mg/kg          |
| Σίδηρος            | 17mg/kg          |
| Φώσφορο            | 1282.5mg/kg      |
| <b>Βιταμίνη B1</b> | <b>3.6mg/kg</b>  |
| <b>Βιταμίνη B2</b> | <b>0.36mg/kg</b> |
| <b>Βιταμίνη B3</b> | <b>77mg/kg</b>   |



Νέες ποικιλίες ρυζιού για  
ειδικές ομάδες πληθυσμού  
Σας ευχαριστώ..



**ΕΑΪ** *σερρών*