

# AROMANDISE

## QUAND LE KONJAC S'INVITE A TABLE

**PAUVRE EN CALORIES** (14 KCAL POUR 100 G)

**RICHE EN FIBRES - VEGAN - SANS GLUTEN - PRÊT EN 3 MINUTES**

POUR VOS SUJETS : HEALTHY FOOD - MINCEUR - DÉTOX - VEGAN FOOD  
CUISINE VÉGÉTALIANNE - JAPAN FOOD - GLUTEN FREE



### LE KONJAC, KÉZAKO?



Le konjac (*Amorphophallus konjac*) est une plante de la famille des Araceae. C'est une plante vivace, qui pousse à partir d'un rhizome tubéreux sphérique de très grande taille. La forme atypique et la couleur rouge de sa fleur lui valent le surnom de «langue du diable». Originnaire des forêts tropicales et subtropicales de l'Asie du Sud-Est, il pousse naturellement au Vietnam, en Chine, en Indonésie, Corée ou encore au Japon. Cette plante est surtout connue pour les produits alimentaires tirés de son bulbe, principalement une

gelée pâteuse, pouvant être noire ou blanche, et connue en Occident sous son nom japonais konnyaku, étant consommée et cuisinée au Japon. À l'origine, on s'en sert pour soulager la toux, les brûlures ou encore les troubles intestinaux. Son goût neutre permet de l'intégrer facilement en cuisine. Enfin, le konjac contient très peu de calories, moins de 14 kcal pour 100 g !



## Des spaghettis de Konjac (ou Shirataki) et des perles de konjac

fabriquées de manière traditionnelle au Japon dans la région de Gunma ! Le Konjac est associé au riz pour rendre les spaghettis plus savoureux et leur texture plus fondante. Le Konjac est composé principalement de Glucomannane, qui contribue à la perte de poids (\*1) et au maintien d'un taux de cholestérol sanguin normal (\*2). Les Pâtes de Konjac sont emballées uniquement dans un seul sachet plastique adapté au contact alimentaire à 0% de bisphénol A.

Le procédé de fabrication innovant d'**AROMANDISE** réduit l'eau de conservation de 75% et neutralise en grande partie l'odeur typique de poisson du Konjac qui disparaît complètement après rinçage. Un avantage écoresponsable lors du transport !

(\*1) A raison d'une consommation quotidienne de 3g min. de glucomannane en trois doses de 1g chacune (50g de pâtes égouttées), avec 1-2 verres d'eau, avant les repas et dans le cadre d'un régime hypocalorique.

(\*2) L'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 4g de glucomannane (200g de pâtes égouttées). Il est important d'avoir une alimentation équilibrée et un mode de vie sain. Consommation avec beaucoup d'eau conseillée pour garantir l'ingestion de la substance jusqu'à l'estomac.

### POURQUOI ON LES ❤️ ?

- ✓ RICHES EN FIBRES
- ✓ VEGAN
- ✓ SANS GLUTEN
- ✓ 14 KCAL POUR 100 G !
- ✓ PRÊTES EN 3 MINUTES



3,90 €  
150 g



3,90 €  
150 g

### PERLES DE KONJAC

Ingrédients : eau, poudre de konjac\* (2,5%), poudre de riz\* (2,5%), affermissant : hydroxyde de calcium. \*produit issu de l'agriculture biologique.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g  
Énergie 60 kJ / 14 kcal ; Matières grasses 0 g, dont acides gras saturés 0 g ; Glucides 2,9 g, dont sucres 2,9 g ; Fibres alimentaires 1,1 g ; Protéines < 0,5 g ; Sel 0 g.

**Sachet de 150 g net égoutté - 3,90 €**



### COMMENT LES CUISINER ?

En sauce, en garniture, en soupe ou nature, en salade ou même en dessert pour les riz au lait, porridges et bubble tea !



### COMMENT LES CUISINER ?

Tous les usages des spaghettis et des nouilles ! En sauces, en garniture, en soupe, en salade, nature...



## TORSADES DE KONJAC ET LENTILLES CORAIL

De délicieuses pâtes fabriquées en Provence ! Les torsades de lentilles corail et Konjac combinent les vertus, la texture et le goût de ces deux ingrédients ! Les lentilles corail apportent leurs délicieuses saveurs et leurs protéines de qualité, le Konjac sa richesse en fibres solubles appréciées par la flore intestinale et son faible taux en calories. L'alliance de deux ingrédients sans gluten pour des pâtes aussi délicieuses que des pâtes de blé classiques.

(\*1) A raison d'une consommation quotidienne de 3g min. de glucomannane en trois doses de 1g chacune (50g de pâtes égouttées), avec 1-2 verres d'eau, avant les repas et dans le cadre d'un régime hypocalorique.

(\*2) L'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 4g de glucomannane (200g de pâtes égouttées). Il est important d'avoir une alimentation équilibrée et un mode de vie sain. Consommation avec beaucoup d'eau conseillée pour garantir l'ingestion de la substance jusqu'à l'estomac.

### POURQUOI ON LES ❤️ ?

- ✓ FABRIQUÉES EN PROVENCE
- ✓ VEGAN
- ✓ SANS GLUTEN
- ✓ EFFET RASSASANT
- ✓ RICHES EN PROTÉINES ET EN FIBRES
- ✓ TEXTURE FERME ET FONDANTE
- ✓ PRÊTES EN 3 MINUTES



## PERLES DE KONJAC

Ingrédients : Préparation végétale biologique à base de lentilles corail et konjac. Farine de lentilles corail\*93%, farine de Konjac\* 7%, \*Produit issu de l'agriculture biologique. À conserver au frais et au sec.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g  
Énergie 1456 kJ / 345 kcal ; Matières grasses 1,7 g, dont acides gras saturés 0,4 g ; Glucides 51 g, dont sucres 2,2 g ; Fibres alimentaires 14 g ; Protéines 24 g ; Sel < 0,01 g.

Sachet de 200 g net égoutté - 3,90 €



### COMMENT LES CUISINER ?

À savourer chaudes, froides, en salade... et bien sûr avec toutes les sauces imaginables : bolognaises, pesto, crème...

3,90 €  
200 g





9,90 €  
128 p



### LIVRE PÂTES DE KONJAC, SANTÉ ET GASTRONOMIE

Tout ce qu'il faut savoir sur le Konjac ! Aliment minceur tendance, le konjac fait bien parler de lui ! Mais qu'est-ce que c'est ? Comment le consommer ? Comment est-il fabriqué ?

On y trouve :

- Une rubrique autour du Konjac
- Des retours d'expérience des professionnels du Konjac
- Des recettes de chefs et de blogueuses
- Des recettes du quotidien, entrées, plats et desserts
- Une rubrique "Le saviez-vous ?"

**Aux Éditions Via Natura Editions - Papier PEFC/ Impression Imprim'vert. Livre 128 pages - 9,90 €**

Depuis 1993, **AROMANDISE** - entreprise familiale à Montpellier dans le Sud de la France - conçoit et commercialise des produits éthiques et riches de sens dans le domaine du bio, du bien-être et de l'art de vivre.



**Disponibles en magasins bio et sur [aromandise.com](http://aromandise.com)**

**AROMANDISE**

140 rue des Walkyries - ZAC Parc Eurêka - 34000 Montpellier