

Levadura de cerveza:

Es un tipo de levadura que permite obtener la cerveza a partir de la malta. Queda depositada en el fondo de los tanques de maduración y almacenaje de la cerveza en frío.

Después de su lavado y secado ya es apta para su consumo.

Aunque se obtenga con la elaboración de la cerveza no tiene alcohol.

¿Cuáles son las propiedades de la levadura de cerveza?

- Es un gran depurador de la piel.
- La levadura de cerveza ayuda a regular los niveles de azúcar (glucosa en sangre)
- Fortalece el sistema nervioso.
- Mejora los estados anémicos.
- La levadura de cerveza ayuda en el control del peso (obesidad)

Información nutricional de la levadura de cerveza

- Tiene un altísimo contenido en proteínas y además estas tienen un alto valor biológico ya que tienen todos los aminoácidos esenciales con lo cual es ideal como complemento para las dietas vegetarianas.
- El alto contenido en Hierro de la levadura de cerveza la hacen indispensables en personas anémicas.
- Son una fuente increíble de vitamina B con lo cual la gente nerviosa se beneficia mucho de este alimento.
- Su alto contenido en Cromo lo hace indicado en diabéticos, obesos y especialmente aquella gente que no puede dejar de comer chocolate y dulces.
- En embarazos es muy recomendable por su alto contenido en ácido fólico.

¿Sabías que la levadura de cerveza...?

La levadura de cerveza es un alimento ideal para los adolescentes ya que por un lado les aporta multitud de nutrientes sobre todo el Zinc que es mineral clave en el cambio hormonal y además les va a ayudar a mejorar la piel (sobre todo ese acné que tanto les martiriza).

La levadura de cerveza es un tesoro nutricional.