

## Yogustart® Probiotics PRO 8 8 probióticos funcionales

### Descripción

Yogustart® Probiotics Pro8 – es un polvo liofilizado de fórmula única compuesta por bacterias lácticas vivas para la fabricación de yogurt artesanal **con 8 cepas probióticas que entregan múltiples beneficios** (\*ver detalle en anexo) a la salud de quien los consume. Los cultivos fermentan la leche y la convierten en un yogurt delicioso nutritivo, saludable, libre de aditivos.

El yogurt hecho en casa tiene múltiples beneficios para los niños, adultos mayores, mujeres y todos aquellos que se preocupan de la seguridad alimentaria y su salud.

### Ingredientes

Maltodextrina de maíz (excipiente)  
Lactobacillus bulgaricus, Streptococcus thermophilus  
Lactobacillus paracasei, Bifidobacterium bifidum,  
Lactobacillus casei, Lactobacillus rhamnosus,  
Bifidobacterium longum, Bifidobacterium lactis.

### Envase y especificaciones

Sobre con 5 sachet de 1g de polvo liofilizado.  
1 sachet sirve para fermentar 1 litro de leche de origen animal y vegetal (\*), para obtener 1 litro de yogurt.

### Almacenamiento y vida útil:

12 meses en un lugar fresco y seco (menor a 20°C), desde la fecha de elaboración.  
18 meses refrigerado (2° - 8°C), desde la fecha de elaboración.

### Como preparar tú yogurt alto en probióticos con leche de vaca:

1. Sacar un sachet del refrigerador 15- 20 minutos antes de utilizar.
2. Disuelve el contenido de un sachet en un litro de leche a temperatura ambiente.
3. Fermentar en yogurtera a 41 - 43°C por 6-10 horas.
4. Enfriar por 6 a 8 horas, y obtendrá un delicioso yogurt natural.
5. Consúmalo tal cual o agregue los ingredientes de su preferencia, disfrute.

### Beneficios del yogurt preparado:

#### ■ Natural

Sin adición de preservantes, espesantes, colorantes ni aditivos de ningún tipo.

Ver detalle en “probióticos y sus propiedades”

#### ■ Mayor contenido de bacterias probióticas vivas

Mínimo 200 millones (2x10<sup>8</sup>) de UFC por ml de yogurt.  
(Más de **20 billones de probióticos vivos UFC** por porción de yogurt preparado)

#### ■ Certificaciones:

Producido en fábrica certificada: ISO/HACCP/NSF/cGMP/Halal  
No-GMO

Libre de gluten

No contiene caseína, ingredientes lácteos, ni animal,



# FICHA TÉCNICA



## Como preparar tú yogurt alto en probióticos con leches vegetales:

### Leches de soya:

Dado su alto contenido de proteína estas leches son bastante parecidas en funcionalidad a las leches de vaca o cabra. \*Nota: Revisar las marcas comerciales con mejor resultado.

### Procedimiento

1. Sacar un sachet del refrigerador 15- 20 minutos antes de utilizar.
2. Disuelve el contenido de un sachet en un litro de leche de soya a temperatura ambiente (\*revisar en la web las marcas y tipo que funcionan).
3. Fermentar en yogurtera a 41 - 43°C por 12 horas.
4. Enfriar por 6 a 8 horas, y obtendrá un delicioso yogurt natural vegetal.
5. Consúmalo tal cual o agregue los ingredientes de su preferencia, disfrute.

### Leches de coco, almendra, castañas de cajú.

Para estas leches es necesario realizar algunos pasos adicionales, por ejemplo, agregar algún espesante o remojar los frutos secos, entre otros.

Por favor revisar las recetas específicas para más detalles.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

**Porción:** 0,14 g (1/4 cda. café)

**Porciones por envase:** 35

**Porción yogurt preparado aprox:** 143 g

	100 g	1 Porción	*1 Porción yogurt preparado*
<b>Energía (Kcal)</b>	347	0	64
<b>Proteínas (g)</b>	2,2	0	4,7
<b>Grasa total (g)</b>	0,0	0	3,1
<b>H de C disponibles (g)</b>	83,4	0,12	4,3
<b>Azúcares Totales (g)</b>	83,4	0,12	4,0
<b>Sodio (mg)</b>	197	0,28	72,4

\*Yogurt Preparado con leche semidescremada (1,5 g grasa/litro de leche)

## ■ Probióticos y sus propiedades

### Lactobacillus bulgaricus

- Actúa en sinergia con el *St. thermophilus* en el proceso de fermentación y producción de yogurt.
- Produce el aroma del yogurt.
- Ayuda en la multiplicación de bacterias benéficas, e inhibe bacterias patógenas.
- Promueve el equilibrio de la flora intestinal y mejora en tolerancia a la lactosa.

### Streptococcus thermophilus

- Ampliamente utilizado en combinación con *L. bulgaricus* en productos fermentados como el yogurt
- Produce grandes cantidades de ácido láctico, lo que limita el crecimiento de bacterias patógenas y ayuda en la prevención y el tratamiento de diarrea.
- Se ha demostrado que tiene actividad antioxidante y antitumorales.
- Tiene una alta capacidad de producir exopolisacáridos (EPS)
- El *St. thermophilus* también descompone la lactosa produciendo la enzima lactasa, mejorando la intolerancia a la lactosa.
- Tiene alta resistencia a los ácidos estomacales y sales biliares, promoviendo el equilibrio de la flora intestinal.

### Lactobacillus casei

- Esta especie particular de *Lactobacillus* tiene un amplio espectro pH y temperatura y complementa el crecimiento de *Lactobacillus acidophilus* (se encuentra naturalmente en intestinos de seres humanos), un productor de la enzima amilasa (una enzima que digiere carbohidratos).
- También es poderoso en la prevención y remisión de la diarrea aguda, y diarrea asociada a antibióticos.

### Lactobacillus paracasei

- Balance de flora intestinal
- Ayuda en la digestión de productos lácteos, mejorando
- intolerancia a la lactosa
- Ayuda a combatir enfermedades del tracto intestinal, como síndrome de colon irritable, enfermedad intestinal inflamatoria.
- Antimicrobianos
- Anti-estreñimiento
- Control de peso
- Antialérgico
- Disminuye la duración de la diarrea.
- Ayuda en la absorción de nutrientes.
- Disminuye los efectos secundarios de los antibióticos.

# FICHA TÉCNICA



## Lactobacillus rhamnosus

- Balance de flora intestinal
- Ayuda a combatir enfermedades del tracto intestinal, como síndrome de colon irritable, enfermedad intestinal inflamatoria
- Suprime las infecciones bacterianas en pacientes renales
- Ayuda en la prevención de infecciones del tracto urinario
- Ayuda a fortalecer el sistema inmunológico.
- Antialérgico
- Ayuda en la digestión de productos lácteos, mejorando
- intolerancia a la lactosa
- Disminuye la duración de la diarrea.
- Control de peso

## Bifidobacterium bifidum

- Ayuda a la absorción del calcio, hierro, magnesio y otras vitaminas y minerales.
- Produce ácidos láctico y acético que inhibe bacterias patógenas.
- También puede reducir la incidencia de diarreas agudas en lactantes y es beneficioso en tratamiento del intestino inflamado (IBD) y síndrome de colon irritable (IBS)

## Bifidobacterium longum

- Balance de flora intestinal.
- Ayuda a combatir enfermedades del tracto intestinal, como síndrome de colon irritable, enfermedad intestinal inflamatoria
- Protección contra agentes patógenos
- Ayuda en la prevención de infecciones del tracto urinario
- Ayuda a fortalecer el sistema inmunológico
- Ayuda en la absorción de nutrientes
- Suprime las ocurrencias de eczema
- Disminuye los efectos secundarios de antibióticos.
- Disminuye duración de diarreas.
- Síntesis de vitaminas y enzimas

## Bifidobacterium lactis

- Balance de flora intestinal
- Ayuda a combatir enfermedades del tracto intestinal, como síndrome de colon irritable, enfermedad intestinal inflamatoria
- Protección contra agentes patógenos.
- Ayuda a fortalecer el sistema inmunológico.
- Antialérgico