

PERCHE' ESSICCARE LA PASTA A BASSA TEMPERATURA

Le teorie alimentari del francese Simoneton applicate alla pasta

Gli studi sull'energia degli alimenti del ing. André Simoneton (ricercatore francese) confermano che la pasta essiccata a bassa temperatura è nettamente migliore di quella essiccata ad alta temperatura.

Egli ha svolto per circa 20 anni delle ricerche sulle azioni che gli alimenti possono avere sul corpo umano. Poiché tutto ciò che è VIVENTE emette una onda specifica globale ed il nostro organismo riceve ed emette radiazioni, egli si chiese quali indeboliscono il corpo e quali lo fortificano.

Per misurare queste onde egli usò una serie di opportune apparecchiature e arrivò a stabilire che ogni essere umano emette, per mezzo del suo Campo Energetico Informato, delle onde (vibrazioni colorate e sonore) attorno ai 6200/7000 Angstroms (questa lunghezza d'onda corrisponde alla radiazione del colore rosso dello spettro).

Il valore medio 6500 Angstroms fu determinato dopo numerosissimi controlli e verifiche su persone ammalate o sottoposte a regime alimentare non favorevole sulle quali si constatò che esse erano costantemente sotto i valori di 6500 A.

Per far sì che l'organismo Vivente conservi la sua integrità ed ottimale funzionalità, occorre che le diverse vibrazioni che lo percorrono, possano circolare perfettamente e normalmente in tutti gli organi.

Per conservare questa vibrazione di 6500 A, l'Essere agisce e reagisce sotto l'influenza di ogni specie di radiazione (vibrazione): quelle cosmiche, solari, terrestri, lunari, le stesse vibrazioni umane e quelle modificate da malattie, da medicinali, alimentazione, bevande, ecc.; esso deve utilizzare le uniche fonti di cui dispone per mantenersi in buona salute: le vibrazioni telluriche, lunari, cosmiche, solari, quelle dei prodotti alimentari, di certe acque e quelle prodotte dalla parte spirituale, l' IO/Ego.

Un esempio ci proviene da prove di laboratorio effettuate su animali nutriti con alimenti sintetici, pur fornendo loro una alimentazione equilibrata dal punto di vista qualitativo e calorico si riscontrò che essi NON si sviluppavano normalmente.

Il significato è che se la teoria "calorica" sembrava giusta, mancava a quei cibi il sistema "vibratorio" energetico, capace di generare le onde VITALI.

Una volta stabilito che l'essere umano in buona salute vibra a 6500 A, l'ing. Simoneton controllò un gran numero di alimenti, ottenendo delle tabelle precise e li suddivise in 4 grandi categorie, che qui sotto indichiamo.

Questo importante lavoro permette anche di poter aiutare a quantificare i giusti rapporti Termico/Nutrizionali necessari all'organismo.

1 - ALIMENTI SUPERIORI con vibrazioni dai 6500 A. essa comprende:

Tutta la frutta fresca ben matura e relativi succhi (fatti in casa e subito ingeriti).

Quasi tutti gli ortaggi ed i legumi crudi o cotti con temperatura non superiore ai 70 gradi.

Il grano, farinacei, farina e pane integrale; dolci fatti in casa. Tutta la frutta oleaginosa ed i loro oli essenziali, olive, mandorle, pinoli, noci, semi di girasole, nocciole, noce di cocco e la soia, burro freschissimo di giornata, formaggi NON fermentati, crema del latte, uova di giornata.

2 - ALIMENTI DI APPOGGIO con vibrazioni da 6500 a 3000 A: latte fresco appena munto, burro normale, uova non di giornata, miele, zucchero di canna, vino (quello rosso è consigliato), olio di arachidi, verdure cotte in acqua bollente.

3 - ALIMENTI INFERIORI con vibrazioni dai 3000 in giù: carne cotta, salumi, uova dopo il 15 giorno, latte bollito, tè, caffè, marmellate, cioccolato, pane bianco, formaggi fermentati.

4 - ALIMENTI MORTI senza alcuna vibrazione: conserve alimentari, margarine, tutte le pasticcerie ed i dolci senza farina di grano integrale e con prodotti industriali, liquori e gli alcolici, zucchero raffinato.

Alcune regole di Simoneton

Gli alimenti più sani, sono quelli la cui vibrazione è la più alta, ossia quelli che irradiano di più e che tendono a mantenere o ad elevare la vibrazione umana.

La freschezza degli alimenti è un fattore di primaria importanza.

Alcuni procedimenti, che normalmente vengono usati in cucina, alterano o distruggono certe qualità dei nostri cibi, per esempio la cottura nelle pentole a pressione o in acqua bollente, mentre la stufatura le conservano in certa misura.

Gli alimenti conservati mediante "pastorizzazione" NON conservano quasi più nulla delle loro qualità vibrazionali (irradianti); mentre quando sono trattati **con processi disidratanti**, le conservano in gran parte.

Tutti i cibi che hanno un elevato potere vitaminico, hanno pure una elevata vibrazione, essi corrispondono all'esperienza che li ha classificati "eccellenti". Questi alimenti sono quelli che bastano al mantenimento della vita in una alimentazione vegetariana ben compresa e se i cibi sono coltivati in colture biologiche.

Fra gli alimenti superiori, i frutti hanno tutti quanti una lunghezza d'onda tra gli 8000 ed i 10.000 A, quando sono maturi. Le vibrazioni vengono liberate nello stomaco, dando una sensazione di benessere e perché le mucose di quell'organo ne traggano il maggior profitto è opportuno mangiare la frutta a digiuno, cioè al mattino o nel tardo pomeriggio. NON è bene mangiare la frutta non matura, ma neanche quella troppo matura, come spesso viene venduta, in quanto la sua vibrazione è insufficiente per l'organismo, e lo prova il fatto che è di difficile digestione stomacale. Quanto detto per la frutta è valido anche per le verdure.

La radianza dei cibi non resiste oltre i 70 gradi, qualsiasi cottura che superi questi valori rende il cibo povero di fattori vitali. L'unica eccezione è la patata, che una volta cotta al forno o nell'acqua ha 6500 circa A. Ciò accade anche con altri tuberi,

salvo la barbabietola, carota, ramolaccio, che quando sono maturi, misurano 7000 od 8000 A.

Stessa rilevazione per i legumi, (fagioli, fave, piselli, lenticchie) quando sono freschi e maturi. Questi però una volta essiccati, dopo qualche settimana danno una debole vibrazione che scompare nel giro di qualche mese. Ecco perché facilmente sono indigesti.

Il miglior modo di mangiare le insalate è di prepararle con molte qualità di verdure, comprese i carciofi, gli spinaci, le zucchine crude tagliate fine, gli asparagi, carote, funghi crudi, olive, barbabietole, cipolle, ecc., con queste mescolanze e se condite con olio extra vergine di oliva la loro vibrazione è assai alta, dalle 8000 ai 11.000 A; i funghi crudi sono molto importanti in quanto hanno una vibrazione di 8500 A.

La base del nutrimento dell'uomo è il grano, questi occupa una posizione importante nella scala delle vibrazioni: 8500 A; potete mescolare anche vari cereali germogliati, cereali in chicchi, non in farine (preferibilmente riso, mais, miglio, segale, avena), per orzo, grano saraceno/farro, con parsimonia. Alcuni osservano che il grano è difficoltoso da masticare, basta macinarlo a grana grossa ed ecco risolto il problema. Un piatto contenente grano (chicco o grano spezzato, non farina) ha una vibrazione di 9000 o 10.000 A, la cottura aumenta la sua irradiazione. Il grano germogliato invece, è un alimento perfetto con diversi tipi di vibrazione molto energetiche, tra gli 8000 ed i 10.000 A.

Gli oli hanno circa la stessa vibrazione del frutto dal quale provengono. L'olio di oliva misura 8500 A, dopo 6 anni è stata rilevata una misura di 7500 A. Se però l'olio di oliva è decolorato e deodorato, si abbassa a 4000 A circa. E' meglio utilizzare gli oli vegetali, se possibile in quanto come si è dimostrato, essi perdono solamente dopo molti anni le loro proprietà. Gli oli estratti con solventi dalle salse, non contengono più nulla.

Gli antichi a tutti i pasti, mangiavano del pane integrale o semi integrale intriso nell'olio di oliva, il resto era companatico.

Il latte vaccino alla mungitura dà 6500 A, dopo 6 ore 6000, dopo 14 ore 5000, dopo 18 ore 4000, dopo 48 ore 2000, dopo 56 1000 A! Dopo la pastorizzazione quasi 0 (zero) A.

Il burro perde di giorno in giorno la sua vibrazione, dopo 40 giorni è nulla; tuttavia la conservazione in frigorifero rallenta questo processo. Le uova appena deposte, 6500 A, cioè identiche alla vibrazione di un uomo in piena salute, quindi non servono per aumentare il potere radiante del corpo. La polvere d'uovo NON contiene più nulla, essa è cenere morta!

La pasta essiccata

Fra queste indicazioni ne abbiamo due che possono riferirsi direttamente alla pasta essiccata:

- 1) I processi di essiccazione sono dei processi disidratanti, che Simoneton classifica fra quelli che mantengono le proprietà degli alimenti

2) Se l'essiccazione avviene a più di 70° gran parte delle energie positive vanno perse

Da questo consegue che è di vitale importanza essiccare a bassa temperatura, mentre ormai la maggior parte della pasta viene essiccata ad alte temperature. Nei grandi pastifici la pasta viene essiccata in tre o quattro ore, con temperature che arrivano fino ai 130°. Il risparmio di tempi e di costi è notevole, ma questo avviene totalmente a spese della qualità nutrizionale.

Oltre a quanto si può dedurre dalle indicazioni di Simoneton, possiamo aggiungere che con l'essiccazione ad alta temperatura si perdono importanti sostanze vitali. Già a 80° si hanno il 40% in meno di vitamina B1 e il 53% in meno di vitamina B2. Anche il contenuto della Lisina e della Metionina, due amminoacidi essenziali, diminuisce sensibilmente. Inoltre, a partire da 60°, cambia la struttura dell'amido, il quale gelatinizza, diviene più duro e più difficile da digerire, però la pasta non scuoce e rimane "al dente" a lungo, così che i consumatori pensano che sia di qualità migliore.

Un altro aspetto importante da valutare è che la pasta essiccata ad alta temperatura è un prodotto morto, con energia nulla e attività vitale nulla. Una pasta essiccata a bassa temperatura invece rimane vivente. Come con farina e acqua nella giusta quantità avviene una fermentazione che, guidata, può portare al pane, anche nella pasta essiccata avviene una "maturazione", una leggerissima e impercettibile fermentazione e acidificazione che fanno parte del suo sapore e della sua qualità organolettica.

Complessivamente si può dire che una pasta essiccata a bassa temperatura è un prodotto naturale e per questo la sua cottura, come quella di un pane, avrà un punto e un tempo ottimali, con una tolleranza minore rispetto alle paste morte.

Ma cosa succede con la cottura della pasta? Essa avviene all'incirca a 100°

Non abbiamo indicazioni certe, ma abbiamo visto, dalle ricerche di Simoneton, che la cottura non sempre significa perdita di qualità. Il grano spezzato, per esempio, aumenta la sua energia con la cottura e la pasta è fatta con farina di grano e questa può essere vista come un grano "spezzato" più finemente. In questo caso, quindi, chi distrugge la qualità non è la cottura, ma l'essiccazione. Si può comprendere anche l'importanza della cottura "al dente", che non a caso fa parte dell'arte culinaria italiana. La pasta al dente conserva un cuore dove la temperatura è rimasta più bassa e l'acqua calda è penetrata di meno e questo probabilmente fa raggiungere alla pasta una più alta vibrazione rispetto alla pasta "scotta".