

Fibres alimentaires

Chaque année, une analyse nutritionnelle complète et minutieuse est effectuée sur un échantillon représentatif de la récolte complète. En outre, Kamut International lancera d'ici peu un projet de recherche pour étudier la teneur en fibres alimentaires du blé khorasan KAMUT[®] et la façon d'optimiser les processus de fabrication pour conserver les fibres alimentaires dans les produits finis (**Étude intégrée pour l'évaluation des propriétés fonctionnelles du blé khorasan KAMUT[®]**). Les tests préliminaires indiquent que le blé khorasan KAMUT[®] contient 2 à 2,5 fois plus d'amidon résistant que les autres blés durs ou tendres. Cette recherche se concentre donc spécifiquement sur la fraction de l'amidon résistant du blé khorasan KAMUT[®].

L'alimentation fonctionnelle, c'est la nouvelle frontière en matière d'alimentation saine et de prévention des maladies. L'alimentation fonctionnelle est un type d'alimentation qui, lorsqu'elle est consommée régulièrement, peut avoir un effet bénéfique pour la santé en termes de traitement et de prévention de maladies spécifiques ou de conditions malsaines.

L'amidon résistant (Resistant Starch ou RS) est un type d'amidon qui échappe à la digestion dans l'intestin grêle. Il est considéré comme le troisième type de fibre alimentaire, étant donné qu'il peut offrir certains avantages des fibres insolubles et certains avantages des fibres solubles. Certains hydrates de carbone, comme les sucres et la majorité des amidons sont digérés rapidement et absorbés sous forme de glucose dans le corps, par l'intestin grêle et ils sont utilisés ensuite pour répondre aux besoins d'énergie à court terme ou ils sont stockés. L'amidon résistant, au contraire, résiste à la digestion et passe au travers du côlon où il agit comme une fibre alimentaire.

De nombreuses autorités sanitaires et organisations pour l'alimentation, comme l'Organisation pour l'Alimentation et l'Agriculture, l'Organisation mondiale de la Santé, la British Nutrition Foundation et l'U.S. National Academy of Sciences, reconnaissent l'amidon résistant comme un hydrate de carbone bénéfique. Une recherche abondante en matière d'amidons naturellement résistants de maïs riche en amylose a révélé les avantages pour la santé intestinale/du côlon, ainsi que les avantages métaboliques importants en matière de gestion glycémique de l'énergie. La consommation d'aliments contenant de l'amidon résistant naturel a un effet bénéfique sur la gestion du poids de trois façons.

Renforcement des fibres : L'amidon résistant naturel augmente la teneur en fibres sans affecter la saveur ou la texture. En 2003, l'Organisation mondiale de la Santé a conclu que la fibre alimentaire est la seule composante des aliments qui a prouvé son effet protecteur contre la prise de poids et l'obésité.

Réduction calorique : L'amidon résistant réduit la teneur calorique des aliments s'il est utilisé pour remplacer la farine ou d'autres hydrates de carbone digérés rapidement. L'amidon résistant naturel fournit 2 à 3 kilocalories/gramme (8 à 12 kilojoules/gramme) par rapport à 4 kilocalories/gramme (16 kilojoules/gramme).

Oxydation lipidique : L'amidon résistant aide à brûler les graisses et peut réduire l'accumulation de graisse. Une étude clinique récente avec un amidon résistant de maïs à forte teneur en amylose a démontré qu'il augmente l'oxydation des graisses après un

repas. Il change également la séquence dans laquelle le corps brûle la nourriture, la graisse prenant la première place par rapport aux hydrates de carbone et aux protéines. Ces observations suggèrent un effet métabolique possible de l'amidon résistant et peut avoir un impact sur le poids corporel.