

There are no translations available.

Al Bettolino potete trovare anche paste fresche o ripiene di Grano Monococco biologico, il grano più antico senza allergeni.

Il Monococco (*Triticum Monococcum* L.) è un frumento “vestito”, ossia che presenta la cariosside racchiusa dalle glume anche dopo la trebbiatura. È una specie coltivata nel vicino oriente a partire da più di 10.000 anni fa, fondamentale nella nascita dell’agricoltura. Per migliaia di anni, fino all’età del Bronzo, in Europa il Monococco ha rappresentato, insieme a farro e orzo, la base della dieta della popolazione agricola. In un ritrovamento archeologico a Remedello, in provincia di Brescia, sono state trovate tracce di questo cereale. Questo significa che anche da noi, almeno 5.000 o 6.000 anni fa, il Monococco era comunemente coltivato. Più recentemente sono stati trovati resti di questo cereale nello stomaco della mummia Otzi dell’età del Rame, rinvenuta nel 1991 in Alta Val Senales.

Il Monococco, dal punto di vista nutrizionale, si differenzia dal frumento tenero o da quello duro per l’alto contenuto proteico e per l’elevata quantità di carotenoidi (pigmenti liposolubili come il B-carotene, precursore della vitamina A); tutti hanno un ruolo rilevante nelle funzioni cellulari e sono efficienti agenti antiossidanti. Inoltre, il Monococco, ha la caratteristica importantissima di avere un glutine a bassa tossicità. L’ottima resistenza naturale a malattie e stress, la bassa necessità di concimazioni e la spiccata adattabilità, rendono il Monococco una specie molto promettente per l’agricoltura biologica e a basso input.