

# Gluten **FREE**

Porquê sem glúten?



# O QUE É O GLÚTEN E POR QUE EXISTEM PRODUTOS SEM GLÚTEN?

Grande parte da população consome diariamente produtos de padaria e pastelaria. Por esse motivo, é importante oferecer uma alternativa àquelas pessoas que sofrem de doença celíaca e não podem consumir produtos com glúten.

Os produtos de padaria e pastelaria sem glúten já não são apenas uma alternativa para os celíacos. Não consumir glúten é um tema atual e está a converter-se numa tendência com cada vez mais adeptos em todo o mundo.

Ofereça aos seus clientes a possibilidade de escolher, apresentando-lhes uma saborosa variedade de produtos de padaria e pastelaria sem glúten.

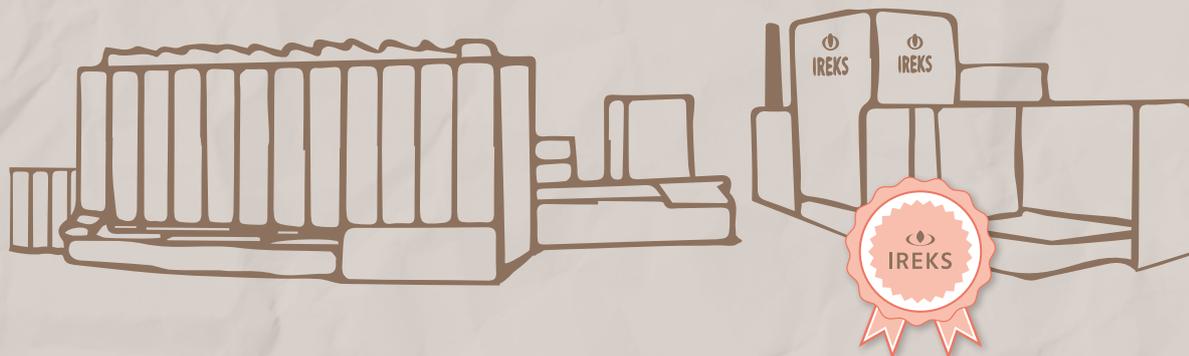
## SABOROSOS ELABORADOS SEM GLÚTEN



Os produtos sem glúten fazem parte de uma alimentação especial para as pessoas que sofrem de doença celíaca e para aquelas que decidiram seguir uma alimentação sem glúten. O glúten é uma proteína de alguns cereais, imprescindível para panificar. Graças ao glúten, as massas são mais fáceis de trabalhar e os elaborados caracterizam-se por um miolo mais leve e esponjoso.

## O QUE A IREKS LHE PODE OFERECER

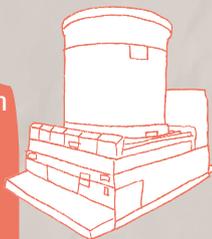
### MÁXIMA SEGURANÇA - A GARANTIA IREKS



1| Utilizamos matérias-primas cuidadosamente selecionadas, de alta qualidade e sem glúten.



2| Produzimos exclusivamente em contentores de carga especiais e fechados para evitar a contaminação cruzada com matérias-primas que contenham glúten.



3| Analisamos cada lote sem glúten no nosso próprio laboratório.



A nossa gama das melhores matérias-primas sem glúten é ampla e permite, em combinação com a nossa inovadora tecnologia, oferecer elaborados de excelente qualidade.

Os mixes de padaria IREKS foram desenvolvidos e amplamente testados por profissionais peritos em produtos sem glúten.

A IREKS, como partner competente, oferece-lhe produtos sem glúten com excelentes características de processamento. O resultado entusiasmará os seus clientes.

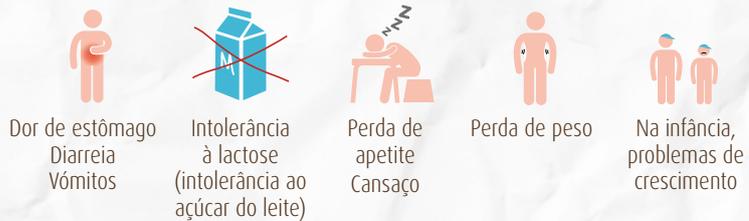
Pão, pãezinhos, baguetes, snacks ou elaborados para pastelaria - para todo o tipo de elaborados, oferecemos-lhe uma alternativa sem glúten!

**CONSULTE O TÉCNICO-COMERCIAL DA IREKS DA SUA ZONA.**

## DOENÇA CELÍACA – DADOS

A doença celíaca é uma doença crónica do intestino delgado que consiste na intolerância ao glúten. Quando os afetados pela doença celíaca consomem alimentos com glúten, danifica-se o tecido do intestino delgado, a digestão é alterada e aparecem múltiplos sintomas que prejudicam o seu bem-estar.

## CONSEQUÊNCIAS



## EXTENSÃO

Nestas zonas do planeta, aprox. 1 em cada 100 ou 200 pessoas sofre de doença celíaca. A doença pode aparecer em qualquer idade e dura toda a vida.

*Investigação baseada em estudos científicos e nos números da população atual.*



→ Calcula-se que existam milhões de pessoas com doença celíaca

## TRATAMENTO

Renunciar para sempre a alimentos com glúten.

Com isso, regenerase o tecido do intestino delgado e desaparecem os sintomas.

Gluten  
**FREE**

"Sem glúten" significa menos de 20 mg de glúten/kg de produto final (< 20 ppm) (valor limite UE)

## PROCESSAMENTO POSTERIOR – OS SEIS CONSELHOS MAIS IMPORTANTES

1. Na pastelaria ou zona de trabalho, é necessário evitar o contacto com matérias-primas que contenham glúten. Portanto, recomendam-se zonas de produção separadas livres de glúten.



3. Para o processamento de mixes, é necessário acrescentar ingredientes como o óleo, sal, levedura, água, etc. Estas matérias-primas têm de ser armazenadas e utilizadas em separado da produção de elaborados com glúten (para evitar a contaminação com glúten).



5. Após a elaboração de produtos sem glúten, é necessário continuar a evitar a contaminação com glúten; isto inclui também a refrigeração, o embalamento, a armazenagem e a venda.



2. Se não for possível estabelecer uma separação de espaços, deve haver, pelo menos, uma separação temporária para a elaboração dos produtos sem glúten. Antes do início da produção, é necessário limpar cuidadosamente as mesas de trabalho e a maquinaria a utilizar. Por este motivo, a produção de elaborados sem glúten deve realizar-se antes da de produtos com glúten.



4. De qualquer forma, é necessário dispor de um forno diferente para produtos sem glúten, já que inclusive pequenos restos de farinha podem conter uma quantidade significativa de glúten.



6. A utilização de mixes de padaria sem glúten da IREKS garante a máxima segurança. Os mixes 100% já contêm todos os ingredientes essenciais. Assim, evita-se o perigo de contaminação com glúten ao acrescentar matérias-primas adicionais.



# QUE MATÉRIAS-PRIMAS CONTÊM GLÚTEN E QUAIS SÃO SEM GLÚTEN?

## MATÉRIAS-PRIMAS COM GLÚTEN



A este grupo pertencem também vários tipos de cereais similares ao trigo, como a espelta, o grão de espelta verde (espelta recolhida antes de estar madura), o trigo espelta, o kamut (trigo khorasan), o triticum dicocum ou farro, o triticum durum ou trigo duro, e o bulgur.



TRIGO

CENTEIO

CEVADA

TRITICALE

AVEIA

## MATÉRIAS-PRIMAS SEM GLÚTEN



## PSEUDOCEREAL



ARROZ

MILHO

MILHO-MIÚDO

AMARANTO

QUINOA

TRIGO MOURISCO

A maioria das pessoas com intolerância ao glúten pode incluir aveia pura na sua dieta sem glúten sem ter um efeito negativo na sua saúde.

No entanto, devido ao processo convencional de valor acrescentado (cultivo, colheita, armazenamento e processamento), a aveia pode conter vestígios de glúten de cereais com glúten, como o trigo, o centeio e a cevada. Estes vestígios podem exceder o teor máximo de glúten permitido de 20 mg/kg, de modo que a aveia é classificada dentro de cereais contendo glúten, de acordo com o Regulamento (UE) n.º 1169/2011.

Se se evitar especificamente a contaminação com outros cereais que contenham glúten com a ajuda dos processos de produção mais modernos, grande esforço e muito cuidado, obtém-se aveia pura. Esta aveia é adequada para uma dieta sem glúten e pode ser rotulada como "sem glúten" de acordo com o Regulamento de Execução (UE) n.º 828/2014.

A IREKS também aproveita esta possibilidade e utiliza flocos de aveia sem glúten nos seus produtos.

Desta forma, diferentes tipos de fécula podem ser a base de elaborados sem glúten. Os legumes como o feijão (1) e as ervilhas (2), ou também as raízes e os tubérculos como a lúca (3) ou as batatas (4), podem utilizar-se como ingredientes em produtos de padaria sem glúten.



## AMIDO DE TRIGO SEM GLÚTEN

O amido de trigo produzido convencionalmente pode conter pequenas quantidades de proteínas de trigo, como o glúten, e, portanto, não é adequado para o fabrico de produtos sem glúten. O amido de trigo sem glúten obtém-se após limpar cuidadosamente o amido de trigo de resíduos proteicos em várias etapas. Este amido de trigo sem glúten, além de ser adequado para uma dieta sem glúten, como ingrediente em produtos sem glúten melhora também muito a consistência das massas e dos produtos de forno.

## RECOMENDAÇÃO:

Especialmente importante para os celíacos é o consumo de fibra. Por isso, é muito recomendável acrescentar sementes, como a linhaça e as sementes de girassol, ou diferentes frutos ou vegetais desidratados à massa base. Também os toppings, como por exemplo coco, amêndoas, avelãs e sementes, podem enriquecer os elaborados sem glúten.

**IMPORTANTE: ACRESCENTAR APENAS MATÉRIAS-PRIMAS QUE SE POSSA DEMONSTRAR QUE NÃO CONTÊM GLÚTEN.**

