

de maggioranza degli italiani.

Ma oltre ai regali che stanno spopolando ce ne sono alcuni meno diffusi nei numeri ma così originali da

medicolosi come il sottoscritto possono dapprima provare la sensazione indimenticabile dell'aria calda appena svegliati e poi asciugarsi con sal-

ti calcolo lo ha fatto il Politecnico di Torino) si può tagliare la bolletta fino al 60%. Costo da 2.950 a 3.400 euro. Detraibili al 35% sull'Irpef.

numero di coloro che si ritroveranno sotto l'albero il decoder (+230%), a causa dell'introduzione del digitale terrestre.

Star bene

Il cavolo nero per curarsi naturalmente

■ ■ ■ Il cavolo nero non è più soltanto l'ingrediente principale della famosa zuppa toscana, ma anche per disintossicare l'apparato respiratorio e rafforzare le difese locali. È quanto emerge da una ricerca di 18 mesi, condotta dal Cra-Cin di Bologna e finanziata da Bios Line, azienda che da sempre coniuga i principi dell'antica erboristeria a quelli della ricerca. Basandosi su elementi naturali.

La ricerca, condotta sotto la supervisione del dottor Iori, ha individuato nei germogli del cavolo nero una vera miniera di glucosinolati (due-tre volte superiori a quelle di altre crocifere come i broccoli), composti solforati naturali dotati di proprietà antiossidanti e particolarmente efficaci per l'apparato respiratorio.

L'efficacia biologica dell'estratto di questa verdura

è stata successivamente testata su cellule epatiche in coltura dall'équipe del professor Longo del Cnr di Pisa, con risultati molto positivi. Grazie a queste caratteristiche e alla facilità di reperimento dell'ortaggio, che è italiano e disponibile a costi relativamente bassi per tutto l'anno, l'estratto di germogli di cavolo nero (che è stato brevettato) si prepara a diventare uno dei più interessanti alleati contro i danni da fumo e inquinamento. Tra i campi di applicazione più promettenti le difficoltà respiratorie (con la riduzione della congestione polmonare) e l'effetto detossinante contro nicotina e Pm10. Insomma, una grande scoperta nel campo dell'erboristeria, che è stata possibile grazie a Bios Line. L'azienda veneta nata vent'anni fa da un'idea di Paolo Tramonti.



Un pianta di cavolo nero