

**NECHAEV**  
FAMILY CLUB

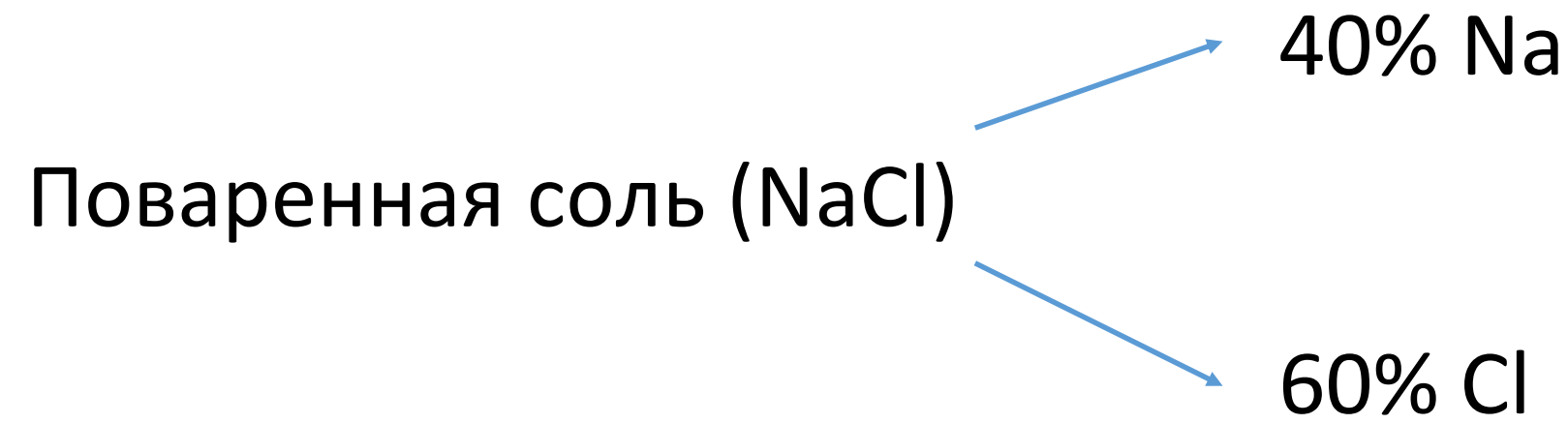
Мы делаем для вас  
**ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ\***

**ПРАВИЛЬНАЯ СОЛЬ  
ДЛЯ ЗДОРОВОГО  
ПИТАНИЯ**

ОТКРОЙТЕ МИР  
НОВЫХ ВКУСОВ  
С КОЛЛЕКЦИЕЙ СОЛИ  
**NECHAEV FAMILY CLUB**



# Соль – вред и польза!



## Натрий (Na):

- увеличивает секрецию пищеварительных соков;
- поддерживает артериальное давление;
- регулирует спазмы и расслабление мышц, в том числе миокарда;
- служит профилактикой образования камней в почках.

## Хлор (Cl):

- поддерживает стабильной работу пищеварительной системы, благодаря синтезированию соляной кислоты в желудке;
- способствует сохранению гибкости суставов и упругости мышц;
- поддерживает стабильную работу печени;
- поддерживает стабильную работу кровеносной системы.

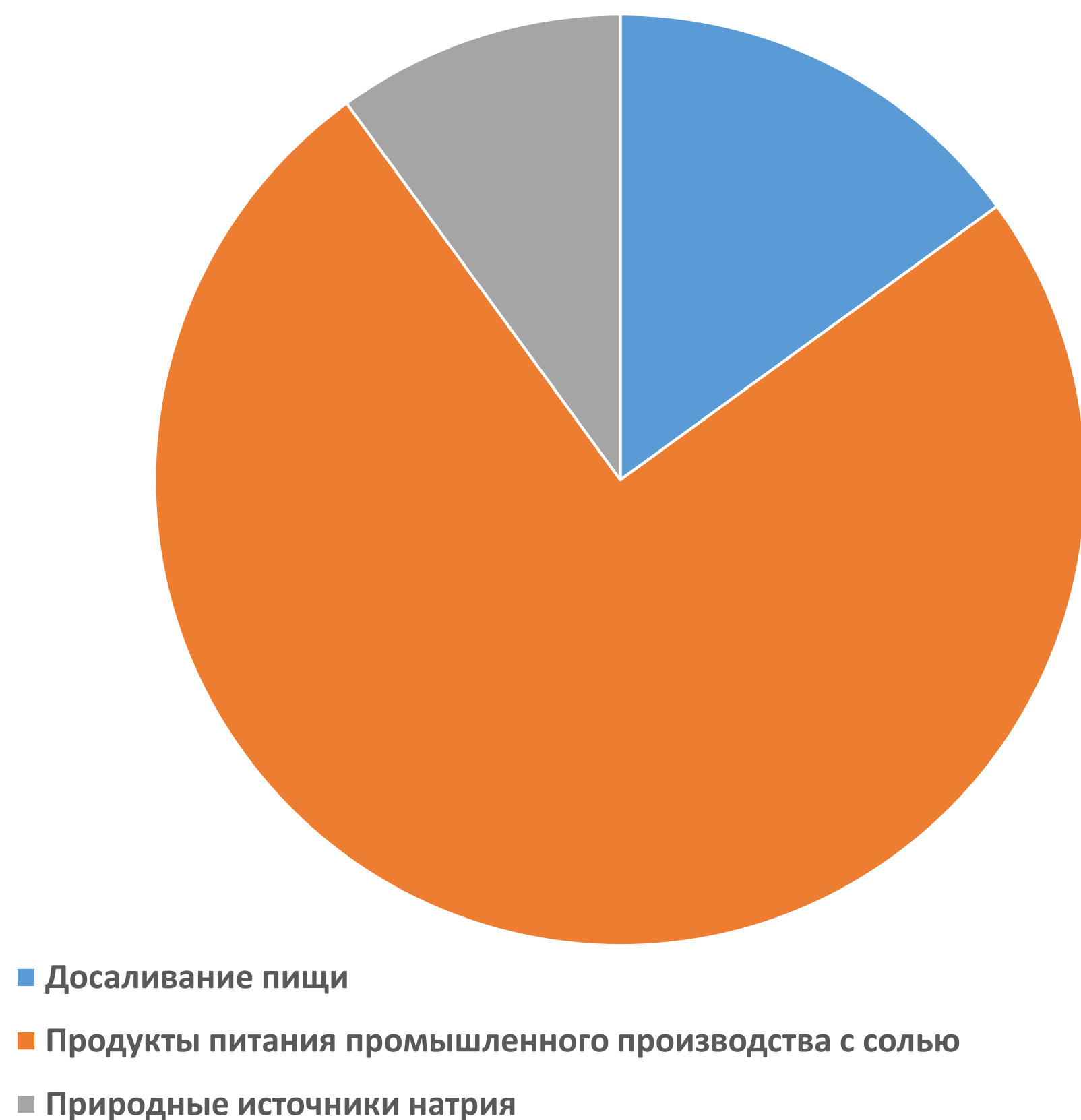
## Избыток натрия (Na) сопровождается негативными последствиями для здоровья:

- провоцирует нарушение водного баланса, вызывает задержку жидкости и отеки, как видимые, так и скрытые;
- повышает кровяное давление, что может привести к инфаркту, инсульту и прочим сердечно-сосудистым заболеваниям;
- повышает риск развития остеопороза;
- повышает риск развития болезней глаз (глаукомы, катаракты);
- повышает риск развития ожирения и онкологических заболеваний органов пищеварительной системы.

**ВОЗ рекомендует:**  
**максимальное потребление натрия (Na) для взрослых - 2 г в сутки (что эквивалентно 5 г соли в сутки)!**

# Как уменьшить потребление натрия?

Источники получения натрия.



## *Главный источник натрия - поваренная соль! Как уменьшить потребление соли?*

- сократить потребление соленых продуктов питания (консервацию, соленую рыбу, соленые снеки и др);
- не держать на обеденном столе солонку;
- постепенно снижать потребление соли при приготовлении пищи;
- использовать специи и приправы при приготовлении пищи, они придают блюду дополнительные вкус и аромат и необходимость в соли снижается;
- **использовать соль с пониженным содержанием натрия (Na).**



# Правильная соль для здорового питания от Nechaev Family Club!

*«Соль с пониженным содержанием натрия – сегодня не просто новый тренд.*

*В ней 30% хлорида натрия заменено на хлорид калия.*

*Калий – один из основных элементов для качественного функционирования всех клеток и тканей человеческого организма. Калий улучшает обмен веществ, поддерживает нормальный уровень артериального давления, улучшает питание головного мозга и сердечной мышцы.*

*Правильный баланс калия и натрия в правильной соли от Nechaev Family Club гарантия высокой работоспособности и хорошего самочувствия».*

**Михаил Гинзбург, врач-диетолог, доктор медицинских наук.**



## ПРАВИЛЬНАЯ СОЛЬ

НА 30%  
МЕНЬШЕ  
НАТРИЯ (Na)\*

СОДЕРЖИТ ПОЛЕЗНЫЕ  
ПИЩЕВЫЕ ВОЛОКНА  
И КОЛЛАГЕН

\*в сравнении с классической поваренной солью

## Правильная соль «Уэльская»

🕒 100г

🧬 содержит коллаген

🌿 с пищевыми волокнами

*Классическая белая соль, без вкусовых добавок!*

*Прекрасно подойдет для приготовления всех блюд, где используется соль.*

Артикул: 16146

на **30%** меньше  
натрия (Na)\*



## Правильная соль «Норвежская для рыбных блюд»

100г

содержит коллаген

с пищевыми волокнами

с ароматными травами и специями

*Благодаря содержанию сока лимона, а также пряного чеснока и душистого розмарина, эта соль придаст рыбным блюдам особый, неповторимый вкус, оттенит аромат и добавит оригинальности привычным рецептам.*

Артикул: 16143

на **30%** меньше  
натрия (Na)\*



## Правильная соль «Альпийская с розмарином и орегано»

100г

содержит коллаген

с пищевыми волокнами

с ароматными травами и специями

*Изысканное сочетание специй и трав делает эту соль универсальным дополнением к любому блюду. Добавьте ее к мясу или рыбе, супам, маринадам или соусам – еда станет еще вкуснее и полезнее.*

Артикул: 16142

на **30%** меньше  
натрия (Na)\*



## Правильная соль «Датская подкопченная»

100г

содержит коллаген

с пищевыми волокнами

с ароматными травами и специями

*Хотите придать блюду яркости и пикантности?*

*Эта соль станет отличным решением и добавит мясу и овощам характерный вкус, словно их только сняли с гриля или мангала.*

Артикул: 16145

на **30%** меньше натрия (Na)\*





## Правильная соль «Австралийская для ароматного стейка»

100г

содержит коллаген

с пищевыми волокнами

с ароматными травами и специями

*Не угасают споры шеф-поваров, когда солить стейк: до приготовления, во время жарки или непосредственно перед подачей. В одном они едины: особое мясо требует особой, правильной соли.*

*Нежный и сочный, идеальный стейк с румяной корочкой никого не оставит равнодушным.*

Артикул: 16144

на **30%** меньше  
натрия (Na)\*



## Правильная соль «Неаполитанская с базиликом и тимьяном»

100г

содержит коллаген

с пищевыми волокнами

с ароматными травами и специями

*Придайте итальянской изысканности привычным блюдам. Легкие овощные и рыбные салаты, паста, мясные и картофельные запеканки – вас обязательно впечатлят новые нотки вкуса, которыми заиграют блюда, и божественный аромат.*

Артикул: 16141

на **30%** меньше  
натрия (Na)\*



## Спрашивали? Отвечаем!

### ***Почему мы заменили хлорид натрия именно на хлорид калия?***

Вкус хлорида калия наиболее близок с вкусу классической поваренной соли из возможного перечня потенциальных заменителей!

Хлорид калия - безопасная пищевая добавка <https://dobavkam.net/additives/e508> !

Наряду с ограничением потребления натрия ВОЗ рекомендует есть больше продуктов, богатых калием.

### ***Почему мы поменяли именно 30% хлорида натрия, может стоило больше?***

Некоторые потенциальные заменители классической соли кроме основного соленого вкуса могут иметь незначительные посторонние привкусы (сладкий, кислый, горький).

Наиболее приближенной по вкусу к поваренной соли и одновременно позволяющая максимально заменить хлорид натрия оказалась как раз смесь 70% хлорида натрия и 30% хлорида калия.

### ***Почему мы добавили в соль приправы и специи?***

Добавляя в соль приправы и специи, мы ставили две цели. Первая – сделать блюдо более вкусным, вторая и основная для нас – способ дополнительно снизить потребление соли. Ведь зачастую именно недостаток аромата и приятного оттенка вкуса еды и вызывает желание побольше посолить, сделать блюдо казалось бы вкуснее. Травы и специи делают блюдо вкусным и соли добавлять уже не хочется.

**Nechaev Family Club за безопасный состав и отменный вкус!**

## Спрашивали? Отвечаем!

***Что такое гидролизированный коллаген в нашей соли? Можно ли соль с коллагеном использовать для приготовления горячих блюд? Не разрушится ли коллаген?***

Коллаген представляет собой белок, который служит основой соединительной ткани всех наших органов. В нашей соли используется гидролизированный коллаген, который получают путем ферментативного гидролиза – расщепления на низкомолекулярные аминокислоты и полипептиды, более доступные для усвоения в организме человека.

Полученные таким образом соединения коллагена имеют минимальный размер частиц, что позволяет ему быстрее проникать в кровь и эффективно всасываться во многие ткани и мышцы. Коллаген устойчив к высокотемпературной обработке, соль Nechaev Family Club можно использовать при приготовлении горячих блюд. Горячая пища искажает вкусовые ощущения и можно неосознанно пересолить блюдо.

Nechaev Family Club рекомендует солить еду непосредственно перед употреблением в тарелке.

***Почему мы не используем йодированную соль?***

Да, большинство населения нашей страны испытывает недостаток йода. Но есть категория людей, для которых даже небольшой избыток йода будет вреден и даже опасен. Самое плохое, что многие из них могут не знать об этом.

Кроме того, йод в соли храниться около 12 месяцев. По истечении этого срока, а это около года, йод испаряется и соль становится совершенно обычной. Также йод нестабилен при температурной обработке.

**Nechaev Family Club за честный состав и честные продукты!**

БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ  
ЧИТАЙТЕ НА САЙТЕ,  
ОТСКАНИРОВАВ  
QR-КОД



NECHAEV  
FAMILY CLUB

— Мы делаем для вас —  
ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

Становитесь участником клуба!

Подписывайтесь на наш аккаунт в Инстаграм @nechaev.family.club!