

La biodynamie dans l'assiette !

Manger bio, c'est se garantir une assiette sans produits chimiques. Manger biodynamique, c'est faire un pas de plus vers une **alimentation saine** !
En effet, les produits provenant des fermes biodynamiques, grâce aux soins qu'ils ont reçus et à la qualité du sol qui les a portés, sont caractérisés par une forte **vitalité**.



Reconnaître les produits biodynamiques



BIODYVIN

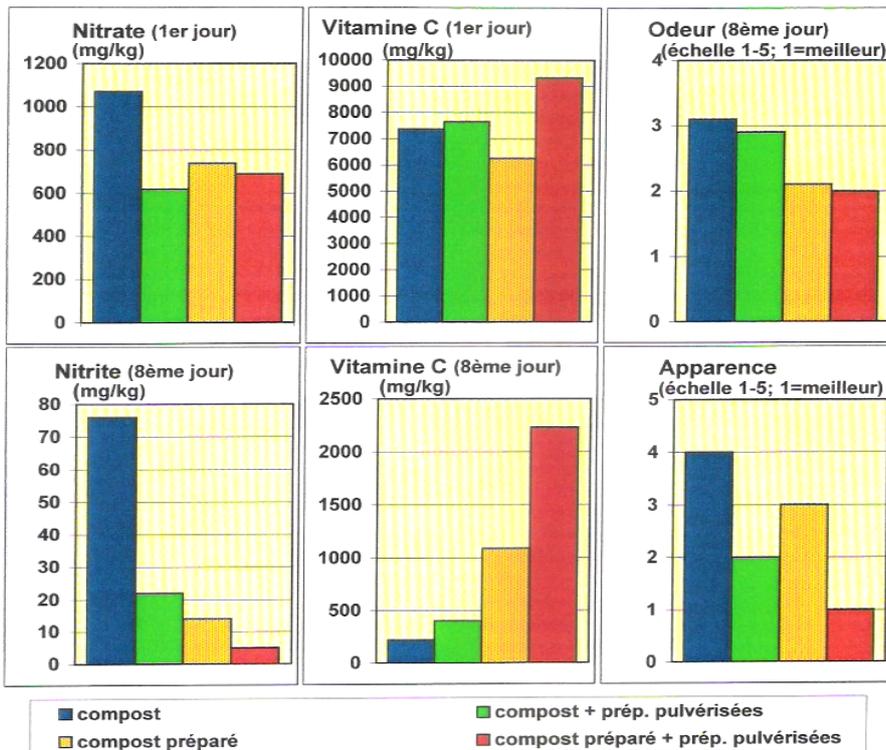
Qu'entend-on par vitalité des aliments ?

C'est grâce à la vitalité que les graines germent. C'est elle qui s'exprime quand les légumes se conservent longtemps au garde-manger sans flétrir. C'est encore elle qui soutient l'immunité des plantes et des animaux, augmentant leurs ressources face à la maladie ou à la sécheresse.

Les agriculteurs et les transformateurs en biodynamie agissent selon cette volonté de préserver les **forces du vivant**.

Ce qu'en dit la recherche

Voici quelques résultats d'études menées pour comparer les produits biodynamiques, bio et conventionnels.



Une conservation optimale des fruits et légumes
La pratique de la biodynamie favorise la conservation des aliments récoltés. Démonstration faite par deux chercheurs sur les carottes et les épinards (voir graphique ci-contre).

Légende:
Sur la base d'une fumure abondante (environ 200q/ha de fumier d'étable décomposé), l'utilisation des préparations biodynamiques amène une amélioration de la qualité des récoltes (moins de nitrate, plus de vitamine C au 1er jour comme au 8e jour). L'effet complet du compost préparé ou des préparations pulvérisées n'est obtenu qu'en les associant (4e modalité en rouge).

Source: Elsaidi (1982): Dissertation. Giessen. Arranging: König, Institute for Biodynamic Research, Darmstadt 1999.

Des aliments plus digestes

Des scientifiques néerlandais ont étudié les aliments dits hypoallergéniques, c'est-à-dire qui déclenchent moins de réactions allergiques et provoquent moins d'hypersensibilité que les autres produits sur le marché. Les aliments sont testés sur des souris de laboratoire ayant un système immunitaire hyperactif. Les résultats ont indiqué que les souris avaient une réaction allergique « normale » au lait conventionnel pasteurisé et homogénéisé. En revanche, elles n'ont montré **aucune réaction allergique** au lait de ferme biodynamique.