

# LA SPIRULINE DES ETOILES (Burkina Faso - Koudougou)

## Une spiruline gastronomique

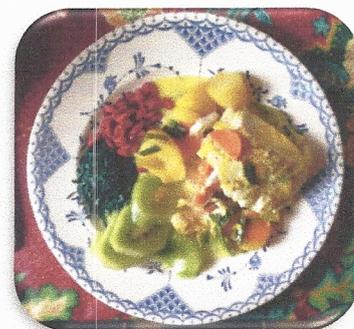
Beaucoup d'entre vous ont déjà été séduits par les nombreuses qualités de la spiruline. Alors laissez-vous tenter par ...

### Une spiruline artisanale révolutionnaire, la Spiruline des Etoiles...

Après des années de recherche, nous avons mis au point une nouvelle spiruline, au goût **exceptionnel**, que nous avons baptisée « Spiruline des Etoiles ». Elle est issue de procédés de culture innovants, utilisant les principes de la biodynamie et de la géobiologie, avec des écoulements en vortex lui procurant une belle vibration et une grande énergie, l'autoépuration naturelle de son milieu de culture en zone profonde, une exposition directe au soleil comme dans les lacs d'où elle est issue, une nourriture à base d'intrants naturels (feuilles d'eucalyptus et cendre de bois), un séchage doux à basse température ... Elle est enfin et surtout cultivée avec amour et la petite équipe de la ferme est passionnée par son travail. Il n'est pas un jour où nous ne cherchions à améliorer la culture...



**Au goût...** Ce qui est pour le moins surprenant est d'abord sa couleur vert foncé luisante, indiquant une belle énergie et une teneur en fer remarquable ; puis, à l'ouverture des sachets, son odeur légère et aromatique ; enfin son **goût très léger et agréable en bouche**, ce qui la rend si singulière. Ajoutez-la sans compter dans vos plats à la maison, dans les sauces, les soupes, les yaourts, les crudités, les desserts et même les fraises, et nous avons constaté à chaque fois que la spiruline des étoiles **ne modifie quasiment pas le goût** de ce qui est dans votre plat, il y a simplement une modification de la texture en bouche compte tenu du croquant des paillettes, qui apporte une note agréable. Cette spiruline ne laisse aucun arrière-goût désagréable en bouche. Ceci est dû à une excellente agitation du milieu de culture ce qui évite toute décomposition de ce dernier. Avec la spiruline des étoiles, plus besoin de masquer le goût derrière des gélules ou des comprimés ! La spiruline devient un Super-Aliment de choix qui a totalement sa place dans votre menu. Savourez la même, nature.



#### Conseils de consommation :

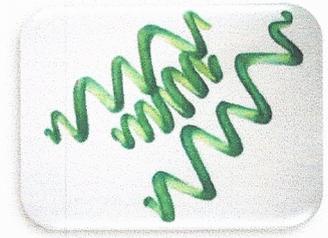
La consommer comme un aliment à raison de 1 à 2 cuillerées à soupe par jour (5 à 10 g/j), mélangée aux aliments, pour toute personne désireuse d'améliorer sa santé.

A noter que les plus grandes quantités de spiruline consommée en tant qu'aliment permettent des résultats beaucoup plus significatifs sur la santé. Recommandée particulièrement pour :

- les sportifs (compétition et entraînement)
- les végétariens, végétaliens et crudivores (source de protéines)



- les personnes âgées (augmentation des défenses immunitaires)
- les futures mamans pendant la grossesse et après l'accouchement (lait riche)
- les personnes qui suivent un régime amaigrissant (évite les carences alimentaires)
- les personnes qui souhaitent détoxifier leur organisme (propriétés chélatantes de la chlorophylle qui absorbe les métaux lourds)
- les malades et convalescents



La spiruline des étoiles est conseillée par des naturopathes, radiesthésistes et magnétiseurs de l'Ariège, en raison de son haut niveau énergétique. La mesure du taux vibratoire de cette spiruline est remarquable (mesurée sur le biochamp humain ou par l'échelle de Bovis).

Une ferme humanitaire : au Burkina Faso, dans la ville de Koudougou, 20 % de la production est donnée localement par l'association française Africa'spi à des enfants nécessiteux et présentant pour la plupart des carences alimentaires. Nous préparons des sandwiches à la spiruline fraîche qui ont un gros succès auprès des enfants des rues. Nous donnons aussi la spiruline à un centre de réhabilitation nutritionnelle pour enfants malnutris (CREN de Réo) et un centre de prise en charge de personnes vivant avec le sida (ASED de Koudougou).



**Contact Ferme des Etoiles**  
 Véronique Zoundi  
 00 226 71 59 25 80  
[fermedesetoiles@yahoo.fr](mailto:fermedesetoiles@yahoo.fr)



**Contact association Africa'spi**  
[www.africaspi.org](http://www.africaspi.org)  
 06 70 46 32 97 - 05 61 68 02 48 - Verniolle (Ariège)  
 Africa'spi est spécialisée depuis de nombreuses années dans la culture de spiruline dans les pays en voie de développement : elle cogère la ferme des étoiles ; elle a participé à la construction de dix fermes de spiruline en Afrique et contribue à la formation au BPREA de futurs spiruliniers français, au lycée agricole de Hyères.



#### Petite histoire de la spiruline :

La spiruline, est une cyanobactérie, algue microscopique de couleur bleu-vert, en forme de spirale. Elle est apparue sur terre il y a 3,5 milliards d'années et est à l'origine de toutes les espèces végétales et animales. A l'état naturel, elle se développe dans les eaux chaudes, riches en nutriments et peu profondes des zones tropicales et subtropicales. Sa valeur nutritionnelle est connue depuis des centaines d'années. Elle était déjà consommée par les Aztèques qui la nommèrent « l'Or Bleu », mais aussi par certaines peuplades du Sahara, et elle est toujours récoltée au Tchad. De nos jours elle est cultivée et consommée dans le monde entier et constituera l'aliment phare de ce siècle.

#### Une composition remarquable :

La spiruline est une source exceptionnelle de nutriments :

- Elle contient 55% à 70% de protéines d'excellente qualité (proportion des acides aminés et digestibilité optimales),
- Elle est particulièrement riche en caroténoïdes, vitamine A naturelle en fer hautement assimilable, en vitamine B12, en acide gamma-linoléique, un acide gras insaturé de la famille des omégas 6,
- De plus, la spiruline est riche en phycocyanine, pigment bleu naturel auquel on attribue une activité antioxydante importante. Elle contient également de la chlorophylle et de petites quantités de nombreux minéraux.

