

SAGARDO GARAIA



SAGARDOAREN ONURAK

OYARBIDE

SAGARDOAK

Sebastian Zabalegi

Telefona: 55 31 99 ASTIGARRAGA



LARRARTE

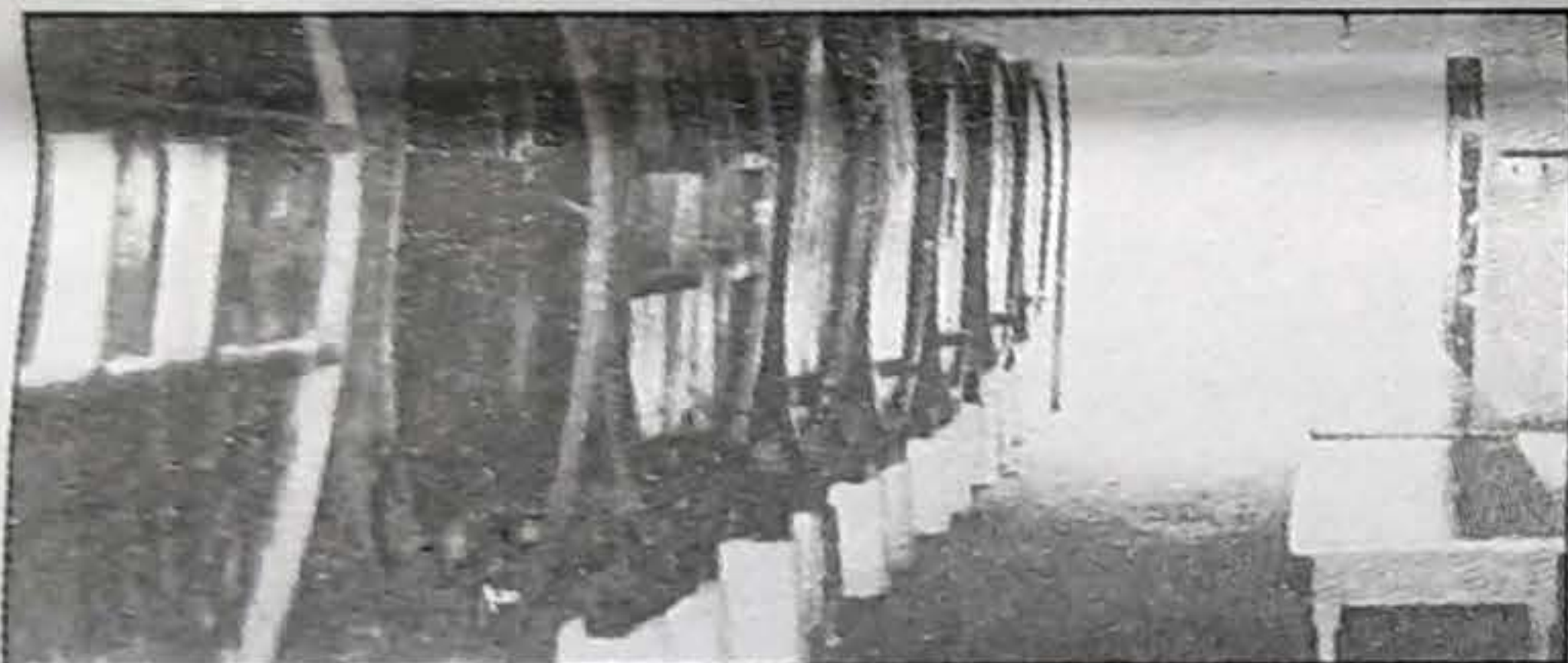
SAGARDOAK

C. Muñagorri, Enea
Bº Santiago-Mendi

Telefona: 55 56 47
ASTIGARRAGA

MENDIZABAL

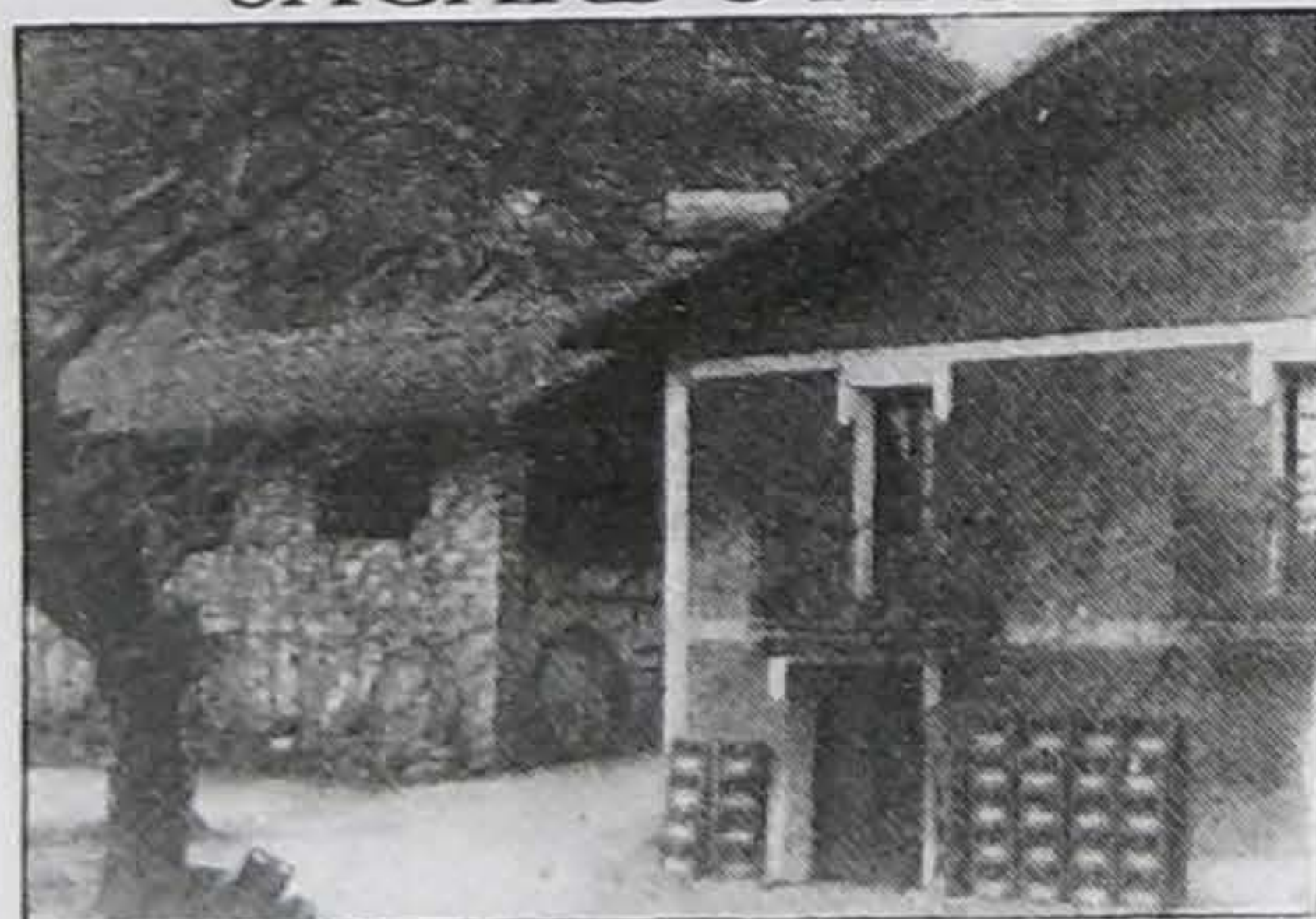
Sagardotegia



Oyarbide Txiki Baserría
- SAGARDOTEGIA - JATETXEA - Telefona: 55 57 47
ASTIGARRAGA

GARTZIATEGI

SAGARDOTEGIA



Sagardoaren pas., 1 Gartziategi Baserría ☎ 46 96 74-46 77 16
ASTIGARRAGA

BARKAIZTEGI

SAGARDOTEGIA



Paseo de Barkaiztegi-Martutene ☎ 45 13 04 - 45 55 01

La buena herencia de la manzana

■ Empleada desde la antigüedad por su valor nutritivo y medicinal. ■ La sidra posee cualidades diuréticas y reguladoras.

DONOSTIA

Jose Mari MARTINEZ

La auténtica sidra vasca es ante todo natural y por su origen, la fermentación lenta y larga de la manzana madura, en sazón, no es aventurado afirmar que hereda buena parte de las condiciones que adornan a ese fruto famoso ya desde el episodio del «paraíso terrenal».

La manzana, empleada por pueblos de la antigüedad como los egipcios y babilonios por sus valores medicinales, tuvo también gran importancia en la alimentación de muchos habitantes de todo el planeta terrestre.

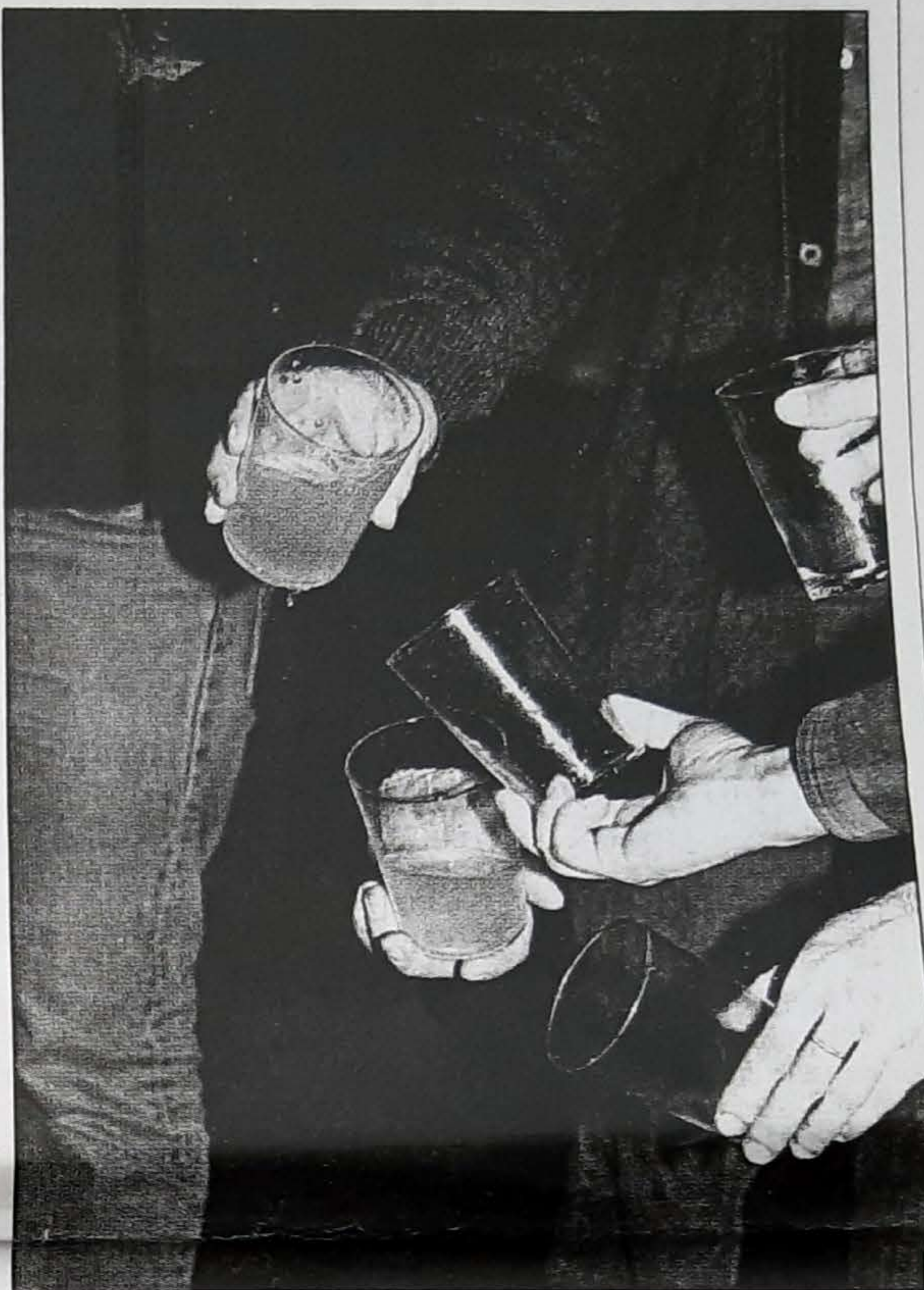
En la zona norte de la península ibérica, ocupada antiguamente por vascones, cántabros y astures, jugó un remarcable papel nutricional.

Junto a su valor nutritivo son innegables sus propiedades medicinales.

La sabiduría popular ha detectado las propiedades de un fruto que permite luchar contra la obesidad por su excelente capacidad reguladora del aparato digestivo. Aporta la suficiente cantidad de vitaminas, sustancias minerales y celulósicas para favorecer una buena digestión.

La abundancia de materias azucaradas permiten reponer el consumo de calorías en personas que realizan trabajos físicos y las vitaminas y minerales restituyen el desgaste cerebral y del sistema nervioso.

Precisamente las sales minerales tienen la gran cualidad de neutralizar los ácidos resultantes del metabolismo de la albúmina y con ello la utilidad de combatir la artritis, sin olvidar su efecto para propiciar el sueño, uno de



Casi todos se apuntan a los beneficios de la sidra.

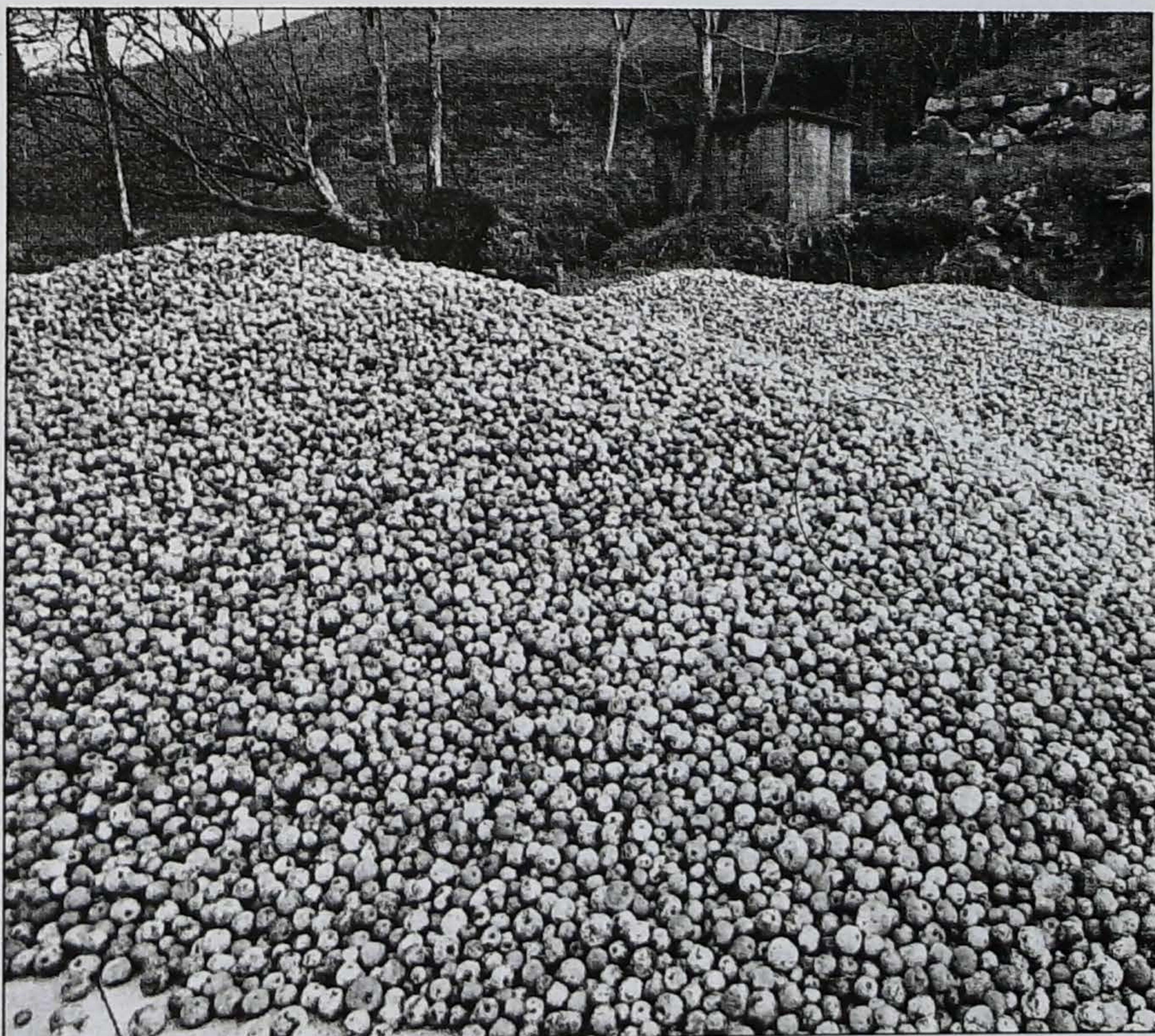
Javier GALLEGO

los problemas que afectan a numerosas personas a consecuencia del extremado ritmo de vida que nos impone la sociedad actual.

Ni que decir que esas mismas sales y la cantidad de agua contenida en la manzana y por

tanto, de forma natural, en la sidra, le confieren propiedades diuréticas que benefician al organismo porque al aumentar la producción de orina se consigue también eliminar ácido úrico.

Un cúmulo de cualidades que dan la razón a los dichos laudatorios para fruta tan popular.



La manzana es una de las frutas más alabadas por los médicos.

Javier GALLEGO