

# CUISSON DOUCE BAHYA

Cuisson **véritablement douce et respectueuse des aliments** et de leurs nutriments.  
**Cuisine goûteuse à l'étouffée** sans sel, graisse ou eau bouillante plus ou moins chlorée.  
 Couvercle plat avec **thermomètre intégré** pour limiter la température.  
 Fond de 1,5 cm pour accumuler et restituer la chaleur, **économies d'énergies** en prime.  
 Acier inoxydable chirurgical 18/10 sans revêtement (et donc nocivité) **garantie à vie !**

## Températures de Cuisson et pertes des nutriments

- < 50 °C **Respect de tous les nutriments**
- > 50 °C Enzymes
- > 60 °C Vitamine C, B1 et B9
- > 95 °C Vitamine B et E
- > 100 °C Sels minéraux, oligo-éléments
- > 110 °C Vitamine A et D
- > 120 °C Réaction de Maillard (Glycation): certains aliments favorisent la production de radicaux libres voire deviennent cancérigènes.

**Cuisson douce Bahya avec contrôle de la température**

**Vitaliseur X Cuisson vapeur (pas si douce que cela)**

**Poêles et Casseroles classiques (avec ou sans revêtements nocifs) Barbecue\***

## ATTENTION :

Une température trop élevée détruit les vitamines et rend les corps gras toxiques. Avec la **cuisson vapeur** à l'eau bouillante, les minéraux sont jetés avec l'eau de cuisson et les aliments, rincés en continue, deviennent fades...

\***Le micro-ondes**, hors catégorie, est la plus mauvaise approche de cuisson du fait d'une modification de la structure moléculaire des aliments...

## ENSEMBLES / FAITOUT BAHYA

Pour une famille, l'idéal est de partir sur un ensemble **Faitout avec couvercle plat et thermomètre** + Passoire + Séparateur. Vous avez ainsi la possibilité de cuire des légumes (des pâtes ou du riz), une viande ou un poisson et une sauce ou un dessert... en même temps !

Ø 16 cm, 1,8 L, Ht 9 cm : FAITOUT CHF 148.- / ENS non disponible  
 Ø 20 cm, faitout 3,7 L, Ht 12 cm : FAITOUT : CHF 198.- / **ENS. 348.-**  
 Ø 24 cm, faitout 5,6 L, Ht 12 cm : FAITOUT : CHF 248.- / **ENS 398.-**



## SAUTEUSES BAHYA

Pour une zone de répartition plus étendue, la très pratique sauteuse avec couvercle plat et thermomètre.

**SAUTEUSE Ø 24 cm, 2,7 L : CHF 228.-**  
**FAITOUT Ø 28 cm, 5 L : CHF 248.-**

## BATTERIES DISCOUNT

**Pour 1-3 personnes :** ENS Ø 20 cm + FAITOUT Ø 16 cm + SAUTEUSE Ø 24 cm : **CHF 688.-** au lieu de 724.-

**Pour 3-6 personnes :** ENS Ø 24 cm + FAIT Ø 16 cm + FAIT Ø 20 cm + SAUT Ø 24 cm : **CHF 888.-** au lieu de 972.-



**Une approche saine et sans stress de la cuisine haute vitalité. Cuisson à mi feu puis feu éteint !**

Poêles et couvercle arrondi (pour cuisson vapeur) également disponibles mais moins recommandables.

**EN SAVOIR PLUS :** [www.nutriwell.ch](http://www.nutriwell.ch) - [bsg@solutionsbio.ch](mailto:bsg@solutionsbio.ch) - +41 (0)76 532 8838 (rappel)