

POIS SECS du CANADA



Composition & avantages nutritionnels exclusifs :

- Teneur élevée en fibre alimentaire : ~20 %
- Teneur élevée en protéines : ~2 fois la teneur de céréales conventionnelles
- Faible teneur en matières grasses : ~2 %
- Teneur élevée en minéraux et vitamines
- Sans gluten
- Index glycémique peu élevé
- Faible taux d'allergénicité
- Sans organismes génétiquement modifiés
- Production respectueuse de l'environnement

Pois entiers, jaunes

Fiche nutritionnelle*

Par portion de 100 grammes (matière sèche)

Quantité	% ration journalière
Matières grasses 1,2 g	2 %
Glucides 64,4 g	22 %
Fibre (total) 14,7 g	59 %
Fibre insoluble 13,1 g	
Fibre assimilable 1,57 g	
Sucres 2,6 g	
Protéines 23,3 g	
Calcium 81 mg	8 %
Fer 6 mg	33 %
Potassium 1230	35 %
Vitamine C 0,55 mg	1 %
Thiamine 0,51 mg	34 %
Riboflavine 0,18 mg	11 %
Niacine 1,55 mg	8 %
Vitamine B6 0,05 mg	3 %
Folate (acide folique) 33,8 mcg	9 %

Pois entiers, verts

Fiche nutritionnelle*

Par portion de 100 grammes (matière sèche)

Quantité	% ration journalière
Matières grasses 1,4 g	2 %
Glucides 64,8 g	22 %
Fibre (total) 16,3 g	65 %
Fibre insoluble 14,6 g	
Fibre assimilable 1,71 g	
Sucres 3,0 g	
Protéines 23,3 g	
Calcium 74,4 mg	7 %
Fer 5,9 mg	33 %
Potassium 1080 mg	31 %
Vitamine C 0,55 mg	1 %
Thiamine 0,51 mg	34 %
Riboflavine 0,18 mg	11 %
Niacine 1,55 mg	8 %
Vitamine B6 0,05 mg	3 %
Folate (acide folique) 35,5 mcg	9 %

*Bibliographie: 1) Wang and Daun, 2004. Journal of Sci-Food Agric., 84: 1021-1029; 2) Centre for Agri-Industrial Technology and Alberta Agriculture, Food and Rural Development, 2005. Development of a Compositional Database for Alberta Pulse Crops; 3) Wang, 2004. The Chemical Composition and Nutritive Value of Canadian Pulses. www.pulsecanada.com; 4) Wang, 2005. Quality of Western Canadian pulse crops-2005. Commission canadienne des grains, www.grainscanada.gc.ca; doses journalières: Santé Canada. 5) Commission canadienne des grains, 2008. Renseignements non publiés.

ALIMENTS à base de POIS du CANADA



Pois jaunes ou verts

- Entiers ou cassés
- Bio, kosher ou halal
- Disponible pré-cuits
- Tremper les pois entiers 60 à 90 minutes avant de cuire
- Les pois cassés cuisent en 45–60 minutes sans gonflement préalable
- Pour une purée de pois : cuire de 45 à 50 minutes

Emplois dans l'agro-alimentaire

- Parfait pour les soupes
- Grillés – croustillants et savoureux amuse-gueules au goût de noix
- La purée de pois s'ajoute facilement aux formules alimentaires



Farine de pois

- Granulation, réduction variable des farines de pois verts ou jaunes
- Versions bio, kosher ou halal
- Pré-cuites
- Les hydrates de farine de pois entrent dans la composition de diverses préparations industrielles, y compris à base de viande ou de produits boulangers

Emplois dans l'agro-alimentaire

- Boulangerie, pâtes alimentaires, céréales
- Produits extrudés
- Formules sans gluten



Fibre de pois

- Obtenue à partir de pois jaunes
- A partir de la gousse ou de la fibre du pois
- Versions bio, kosher ou halal

Emplois dans l'agro-alimentaire

- Barres coupe-faim
- Boulangerie : pains blancs, bagels, tortillas, petits gateaux, muffins
- Pâtes
- Préparations carnées ou charcutières
- Produits végétariens
- Repas préparés, à emporter
- Soupes



Protéine de pois

- Concentrés, esters de protéine du pois jaunes
- Concentrés obtenus par mouture à sec
- Esters à partir de moutures humides

Emplois dans l'agro-alimentaire

- Barres coupe-faim
- Boissons de substitution
- Formules d'alimentation des nourrissons
- Produits végétariens
- Pâtes alimentaires
- Produits carnés ou à base de poisson
- Pains
- Sauces / Vinaigrettes



Fécule de pois

- A partir de moutures de pois jaunes concassés et moulus à sec ou encore humides

Emplois dans l'agro-alimentaire

- Produits extrudés
- Formules 'petit-déjeuner', casse-croûte
- Nouilles

...INGRÉDIENTS DE QUALITÉ DU CANADA. www.pulsecanada.com

Pulse Canada, 1212–220 ave. Portage, Winnipeg, Manitoba, Canada R3C 0A5
Téléphone : 204 925 4455, Télécopieur : 204 925 4454, Courriel : office@pulsecanada.com