

KIWI ZESPRI®

PROPRIÉTÉS



ÉNERGIE

61-63 KCAL /
100 G³⁻⁵



FAIBLE

INDICE
GLYCÉMIQUE¹
38-39



FAIBLE

EN FODMAP⁶



PRÉBIOTIQUE

EFFETS⁷⁻¹⁵

1. Boland M, Moughan PJ. Avancées dans la recherche en matière d'alimentation et nutrition. Bénéfices nutritionnels du kiwi. Waltham, MA: Elsevier Inc; 2013. <https://www.elsevier.com/books/nutrition-al-benefits-of-kiwifruit/boland/978-0-12-394294-4>
3. The New Zealand Institute for Plant & Food Research Limited. (2015). Base de données des compositions alimentaires de Nouvelle-Zélande : FOODfiles de Nouvelle-Zélande 2014 version 01). Consulté le 30 mars 2015, de <http://www.foodcomposition.co.nz/foodfiles>
4. USDA. USDA national nutrient database for standard reference (release 28). 2015.
5. Il existe un nombre d'équations qui permettent de calculer l'énergie, comme noté par la Commission européenne (2014). Ces calculs font référence à la législation de la Commission européenne qui calcule l'énergie en total des carbohydrates plus les fibres. http://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/labelling_legislation/index_en.htm
6. Université Monash (2015). Application mobile pour Apple iOS (Version 1.5.1) de l'Université Monash pour un régime alimentaire à faible teneur en FODMAP. Disponible sur <https://itunes.apple.com/au/app/monashuniversity-low-fodmap/id586149216?mt=8>
7. Parkar SG, Rosendale D, Paturi G, Herath TD, Stoklosinski H, Phipps JE, Hedderley D, Ansell J. Utilisation in vitro d'oligosaccharides de kiwi jaune et verte par la population microbienne des intestins humains. *Plant Foods Hum Nutr.* 2012;67:200-7.
8. Bentley-Hewitt KL, Blatchford PA, Parkar SG, Ansell J, Pernthaner. Le kiwi verte digéré et fermenté augmente la production de bêta-défensines 1 et 2 chez l'Homme. *Plant Foods Hum Nutr.* 2012;67:208-14.
9. Blatchford P, Bentley-Hewitt KL, Stoklosinski H, McGhie T, Gearry R, Gibson G, Ansell J. Caractérisation in vitro du profil de fermentation et capacité prébiotique du kiwi à chair dorée. *Benef Microbes.* 2015:1-12.
10. Molan AL, Kruger MC, Drummond LN. La capacité du kiwi à modifier positivement les indicateurs de santé gastrointestinale. *Procédés de la Nutrition Society of New Zealand.* 2007;32:66-71.
11. Parkar SG, Redgate EL, Wibisono R, Luo X, Koh ETH, Schröder R. Bénéfices sur la santé intestinale des pectines du kiwi : Comparaison avec les polysaccharides fonctionnels commerciaux. *Journal of Functional Foods.* 2010;2:210-18.
12. Ansell J, Parkar S, Paturi G, Rosendale D, Blatchford P. Modification de la microflore colique. *Adv Food Nutr Res.* 2013;68:205-17.
13. Carnachan SM, Bootten TJ, Mishra S, Monro JA, Sims IM. Effets de la digestion simulée in vitro sur les polysaccharides des parois cellulaires du kiwi (*Actinidia* spp.). *Food Chemistry.* 2013;133:132-9.
14. Rosendale DI, Blatchford PA, Sims IM, Parkar SG, Carnachan SM, Hedderley D, Ansell J. Caractérisation in vitro de l'utilisation des carbohydrates du kiwi et ses conséquences pour la microflore fécale chez l'Homme. *J Proteome Res.* 2012;11:5863-75.
15. Blatchford P. Microflore et métabolites induites par le kiwi et implications pour la santé humaine. Abstract présenté au : 1er Symposium international sur le kiwi et la santé, 12-14 avril 2016, Taurange, Nouvelle-Zélande.