

## ITS COLOMBO RISO - MA VEE 1 kg

Il riso Ma-Wee (*Oryza sativa*) è una varietà di riso bruno-rossastro con una consistenza unica, povera di carboidrati e ricca di proteine e fibre, ha anche dimostrato di avere un indice glicemico (IG) inferiore dal 25% al 30% rispetto ad altre varietà di riso comuni.

Ha una composizione nutritiva di 84,5% di carboidrati, 9,4% di proteine, 3,6% di grassi e 1,1% di fibre.

È una delle varietà di riso antiche che è stata rispettata nel corso della storia per le sue proprietà nutritive e medicinali. Si dice che riduca al minimo gli effetti del diabete, migliori il funzionamento della vescica e aiuti a ridurre l'effetto dell'alcol. Viene coltivato nelle zone di pianura dello Sri Lanka attraverso la coltivazione pluviale, con due principali stagioni di produzione all'anno. I piccoli agricoltori utilizzano pratiche di coltivazione tradizionali e biologiche per questo riso antico.

