



**PARMIGIANO  
REGGIANO**

Autorizzazione Consorzio  
Parmigiano-Reggiano n. 25/2012

# PARMIGIANO REGGIANO



MONTANARI



GRUZZA

*In milk we trust since 1950*





## PARMIGIANO REGGIANO

Correva l'anno del Signore 1200 quando un oscuro monaco cistercense, in una "grancia" dell'Emilia occidentale, riuscì a mettere a punto la tecnica della fabbricazione del Re dei formaggi.

Oggi, dopo più di ottocento anni, il mito continua grazie ai medesimi criteri produttivi utilizzati nel passato. Il latte è prodotto da bovine alimentate secondo un preciso disciplinare che prevede l'utilizzo di foraggi locali e di mangimi vegetali vietando tutti i foraggi insilati e gli alimenti di origine animale.

270.000 vacche sono munte due volte al giorno ed il loro latte viene portato in caseificio entro due ore da ogni mungitura dove viene utilizzato crudo, allo stato naturale e senza l'aggiunta di alcun additivo e senza trattamenti termici; sono necessari ben 16 litri di latte per un chilogrammo di Parmigiano Reggiano.

## PARMIGIANO REGGIANO

It was in the year of the Lord 1200 when an unknown Cistercian monk perfected the technique for making the King of cheeses in the "Grancia" (the convent's farm) in the west of Emilia. Today, more than eight centuries later, the myth continues because the production criteria used then are still being used today. The milk is produced by cows fed according to precise rules, using local fodder and vegetable feed, forbidding all silage feed and fodder of animal origin.

270,000 cows are milked twice a day and their milk reaches the dairy within two hours of milking where it is used raw, at the natural state without any additives or heat treatment; a good 16 litres of milk is needed to make one kilo of Parmigiano Reggiano.

## LE PARMIGIANO REGGIANO

C'est en l'an 1200 qu'un moine cistercien, dans la ferme d'une abbaye de l'Emilie occidentale, réussit à mettre au point la technique de fabrication du Roi des fromages. Aujourd'hui, après plus de huit cent ans, le mythe se prolonge grâce à l'utilisation des mêmes critères de production que ceux

du passé. Le lait est produit par des vaches nourries selon des règles strictes qui prévoient l'utilisation de fourrages locaux et nourritures végétales, interdisant tous les fourrages ensilés et les aliments d'origine animale.

270.000 vaches sont traitées deux fois par jour et leur lait est porté en fromagerie au plus tard deux heures après chaque traite, où il sera utilisé cru, à l'état naturel, sans additif ni traitement thermique; un kilogramme de Parmigiano Reggiano nécessite au moins 16 litres de lait.

## DER PARMIGIANO-REGGIANO KÄSE

Es war im Jahr des Herrn 1200, als es einem unbekanntem Zisterzienser Mönch in einer "Grancia" (mittelalterlicher, klösterlicher Bauernhof) im Westen der Emilia gelang, die Herstellungstechnik des Königs aller Käse zu erfinden.

Heute, nach mehr als achthundert Jahren, setzt sich der Mythos dank der in der Vergangenheit entwickelten Produktionsmethoden fort. Die Milch stammt von Kühen, deren Ernährung strengen Regeln unterliegt. Es werden nur einheimische pflanzliche – keinerlei eingelagerte oder tierische – Futtermittel verwendet.

270.000 Kühe werden zweimal täglich gemolken. Ihre Milch wird innerhalb von zwei Stunden nach dem Melken in die Käseerei gebracht, wo man sie roh verwendet. Auf jegliche Zusätze oder thermische Behandlung wird verzichtet. Um ein Kilogramm Parmigiano-Reggiano Käse herzustellen werden 16 Liter Milch benötigt.

## EL PARMIGIANO REGGIANO

Era el año del Señor 1200 cuando un anónimo monje cisterciense, en una "granja" de Emilia Occidental, consiguió poner a punto la técnica de fabricación del Rey de los quesos.

Hoy en día, transcurridos ochocientos años, el mito persiste gracias a la adopción de los mismos criterios productivos empleados en el pasado. La leche es producida por vacas alimentadas siguiendo precisas condiciones que prevén el uso de forrajes locales y de balanceados vegetales prohibiendo todos los ensilados y los alimentos de origen animal.

270.000 vacas se ordeñan dos veces por día y su leche es llevada a la quesería dentro de las siguientes dos horas del ordeño donde se utiliza crudo, en el mismo estado natural, sin el agregado de aditivos y sin tratamientos térmicos; se requieren 16 litros de leche por cada kilogramo de Parmigiano Reggiano producido.

Valori medi di sostanze nutritive contenute in 100 g di Parmigiano Reggiano  
Average nutritional values contained in 100 g of Parmigiano Reggiano  
Valeurs nutritionnelles moyennes dans 100 g de Parmigiano Reggiano  
Durchschnittlicher Nährwert pro 100 g Parmigiano Reggiano Käse  
Valores medios de sustancias nutritivas contenidas en 100 g de Parmigiano Reggiano:

Formaggio stagionato • Cheese matured • Fromage affiné • gereifter Käse • Queso curado		24 mesi	12 mesi
Umidità • Moisture • Humidité • Wasseranteil • Humedad	g	31	35
Proteine totali • Total protein • Protéines totales • Gesamteiweiß • Proteínas totales	g	33,0	31,1
Carboidrati • Carbohydrate • Glucides • Kohlenhydrate • Carbohidratos	g	0,0	0,0
Grassi • Fat • Lipides • Fett • Grasas	g	28,4	26,8
Vitamina A • Vitamin A • Vitamine A • Vitamin A • Vitamina A	µg	270	254
Riboflavina • Riboflavin • Riboflavine • Riboflavin • Riboflavina	µg	370	350
Vitamina B12 • Vitamin B12 • Vitamine B12 • Vitamin B12 • Vitamina B12	µg	4,2	4,0
Biotina • Biotin • Biotine • Biotin • Biotina	µg	23	22
Calcio • Calcium • Calcium • Kalzium • Calcio	mg	1160	1093
Fosforo • Phosphorus • Phosphore • Phosphor • Fósforo	mg	678	639
Zinco • Zinc • Zinc • Zink • Zinc	mg	4,0	3,8
Valore energetico • Energy value • Valeur énergétique • Energiegehalt • Valor energético	kcal	392	369

### IL MIGLIOR ALLEATO DELLA SALUTE

- THE BEST HEALTH ALLY
- LE MEILLEUR ALLIÉ DE LA SANTÉ
- DER BESTE VERBÜNDETE DER GESUNDHEIT
- EL MEJOR ALEADO DE LA SALUD

Oltre ad essere ricco di calcio, fosforo, oligoelementi e vitamine, è altamente digeribile. Il suo contenuto in colesterolo è fra i più bassi in assoluto fra tutti i formaggi.

Medici e specialisti della nutrizione concordano nell'assegnare al Parmigiano-Reggiano un ruolo molto importante nell'alimentazione quotidiana e, per le sue eccezionali caratteristiche nutritive, lo raccomandano le diete. I pediatri lo consigliano come alimento per l'infanzia in virtù della ricchezza e facilità di assunzione degli elementi proteici, di calcio e vitamine utilizzate per la crescita. Inoltre è particolarmente indicato anche per chi pratica sport sia a livello agonistico che amatoriale, per la sua elevata digeribilità. È validissimo per la terza età per l'alto contenuto in calcio e fosforo e delle principali vitamine.

Una fonte di energia:

Il Parmigiano-Reggiano è un alimento completo, con spiccate qualità nutritive che si concentrano nella sua pasta durante il lungo periodo di maturazione naturale.

Besides being rich in calcium, phosphorus, oligoelements and vitamins, it is highly digestible. Its cholesterol content is the absolute lowest out of all cheeses.

Doctors and nutritional experts all agree in giving Parmigiano-Reggiano a very important role in our daily meals and, because of its exceptional nutritional qualities, they recommend it in diets. Paediatricians recommend it for children because of its richness and for the easy way that proteins, calcium and vitamins are taken, essential for growing. It is also ideal for sports men and women, both at professional and amateur levels, thanks to its high digestibility. It is a god send for senior citizens thanks to its high content of calcium and phosphorus and main vitamins.

A source of energy

Parmigiano-Reggiano is a complete food with remarkable nutritional qualities that become concentrated during the long and natural maturation period.

En plus du fait d'être riche en calcium, phosphore, oligo-éléments et vitamines, il se digère très facilement. Son contenu en cholestérol est très bas comparé aux autres fromages.

Les médecins et les spécialistes de la nutrition confèrent au Parmigiano Reggiano un rôle très important dans l'alimentation quotidienne et le recommandent au cours des régimes pour ses exceptionnelles caractéristiques nutritionnelles. Les pédiatres le conseillent comme aliment pour les enfants en vertu de sa richesse et de la facilité d'ingestion des éléments protéiques, de calcium et des vitamines utilisés pour la croissance. Il est également fort conseillé pour les sportifs, aussi bien pour les professionnels que les amateurs, car il est très digeste. Il convient parfaitement aux personnes âgées étant donné son contenu important de calcium, de phosphore, et des principales vitamines.

Una source d'énergie

Le Parmigiano Reggiano est un aliment complet, doté de qualités nutritionnelles importantes qui se concentrent dans sa pâte au cours de la longue période de maturation naturelle.

Reich an Kalzium, Phosphor und Spurenelementen ist er auch sehr gut verdaulich. Er gehört zu den Käsesorten mit dem niedrigsten Cholesteringehalt.

Ärzte und Ernährungsexperten stimmen darin überein, dem Parmigiano-Reggiano Käse in der täglichen Ernährung eine wichtige Rolle zuzuweisen. Wegen seiner besonders günstigen Nährstoffzusammensetzung wird er gerne bei Diäten empfohlen. Kinderärzte empfehlen ihn als Kindernahrung, da er reich an Proteinen, Kalzium und Vitaminen ist, die leicht aufgenommen werden können und dem Wachstum dienen. Leistungs- und Amateursportler schätzen ihn wegen seiner besonders leichten Verdaulichkeit. Besonders geeignet ist er auch für ältere Menschen wegen seines hohen Gehalts an Kalzium, Phosphor und den wichtigsten Vitaminen.

Eine Energiequelle

Der Parmigiano-Reggiano Käse ist ein vollwertiges Lebensmittel. Seine exzellenten Nähreigenschaften entstehen in seinem Teig während seiner langen, natürlichen Reifezeit.

Además de ser rico en calcio, fósforo, oligoelementos y vitaminas es altamente digerible. El contenido de colesterol es de entre los más bajos de todos los quesos.

Médicos y nutricionistas concuerdan al asignar al queso Parmigiano-Reggiano un papel importante en la alimentación cotidiana y, por debido a sus excepcionales características nutritivas, lo recomiendan en las dietas. Los pediatras lo aconsejan como alimento para la infancia debido a su composición y a la facilidad de asimilación de los elementos proteicos, del calcio y de las vitaminas necesarias para el crecimiento. Además, es especialmente indicado para quien practica deportes tanto a nivel profesional como amateur. Es validísimo para la tercera edad por su alto contenido de calcio, de fósforo y de las principales vitaminas.

Una fuente de energía.

El Parmigiano-Reggiano es un alimento completo, con grandes cualidades nutritivas que se concentran en su pasta durante el prolongado periodo de maduración natural.