

YUMI est une jeune start-up créée en juillet 2014 par Louis de Bentzmann et Raphaël de Taisne. Notre idée ? Faciliter et promouvoir la consommation des légumes ! Comment ? En lançant une gamme innovante de jus de légumes et de fruits, 100% naturels, extraits à froid et conservés grâce à une technologie de haute pression (HPP).

Un constat s'impose : il n'est pas facile de consommer des légumes (aliments chers, préparation contraignante). Les emplois du temps de chacun sont de plus en plus chargés et on passe de moins en moins de temps à cuisiner. Nous voulons réconcilier une vie moderne et active avec un meilleur équilibre alimentaire, en intégrant au quotidien un geste agréable, simple et sain.

Mais d'ailleurs, pourquoi des légumes ? Nous nous sommes tous déjà posés cette question étant enfants. En fait, ce sont les micro-nutriments (vitamines, minéraux, acides aminés) contenus en grande quantité dans les légumes qui nous intéressent principalement. Notre corps a besoin de ces différents nutriments car ils interviennent dans tous les processus biologiques (défense immunitaire, constitution osseuse, etc.). Ils sont donc essentiels au bon fonctionnement de notre organisme.

Sous forme de jus on peut également consommer beaucoup plus de légumes qu'on ne pourrait en manger. Un jus YUMI de 330 ml est obtenu à partir de plus de 600 g de légumes et fruits frais pressés. Beaucoup moins contraignant à préparer et plus facile à digérer !

Chacun de nos jus est composé en moyenne de 70 % de légumes et 30 % de fruits, racines et herbes fraîches. Le procédé d'extraction à froid permet une séparation de la pulpe et du jus en broyant lentement les légumes à l'aide d'une vis sans fin, tout en limitant l'échauffement et l'oxydation. La technologie HPP (ou pascalisation) permet d'inactiver les bactéries pathogènes sans chauffer, en soumettant les jus à une pression de 6000 bars. Ainsi à l'issue de la fabrication, les propriétés organoleptiques, nutritionnelles et même la couleur des jus, sont préservées au maximum en comparaison avec des procédés plus traditionnels (centrifugation puis pasteurisation).

Depuis l'été 2015, nous travaillons avec des sportifs de haut niveau de l'INSEP (équipes de France de gymnastique, badminton, et escrime), mais également des coaches sportifs et des nutritionnistes. Nous avons acquis la certitude que nos petites bombes de légumes sont particulièrement adaptées pour les personnes pratiquant une activité sportive régulière, notamment pour la récupération après l'effort.

Le meilleur moment pour consommer nos jus de légumes est sans aucun doute le matin, à l'heure du petit-déjeuner, car l'absorption des nutriments à jeun est plus rapide. Mais vous pouvez aussi les consommer comme un encas à 11h ou à 16h. Ça évite de grignoter, c'est très hydratant et en plus vous avalez des légumes sans vous en rendre compte. Manger plus de 5 fruits et légumes par jour devient un jeu d'enfant !

Les produits sont disponibles à la vente sous forme de coffrets de 7 jus sur notre plateforme e-commerce, mais aussi dans quelques épiceries et restaurants à Paris principalement (liste disponible sur notre site [www.yumi.fr](http://www.yumi.fr)).