



NUTRITION INFORMATION / MAKLUMAT PEMAKANAN		
	Per 100 g Setiap 100 g	Per serving Setiap hidangan
Energy / Tenaga	370 kcal*	185 kcal*
Protein, Protein	10.8 g	5.4 g
Total Fat, Jumlah Lemak	1.9 g	1.0 g
Carbohydrate, Karbohidrat	77.4 g	38.7 g
Dietary Fibre, Serat Diet	4.2 g	2.1 g
Calcium, Kalsium	4.0 mg	2.0 mg
Iron, Zat Besi	0.8 mg	0.4 mg
Potassium, Potassium	190.0 mg	95.0 mg
Zinc, Zink	2.8 mg	1.4 mg
Sodium, Natrium	9 mg	5 mg
Phosphorus, Fosforus	200.0 mg	100.0 mg
Biotin, Biotin	0.0 µg	0.0 µg
Vitamin A	0.0 µg	0.0 µg
Vitamin B1	3.2 mg	1.6 mg
Vitamin B2	1.2 mg	0.6 mg
Vitamin B3	1.2 mg	0.6 mg
Vitamin B5	0.7 mg	0.4 mg
Vitamin B6	0.1 mg	0.1 mg
Vitamin B9	110.0 µg	55.0 µg
Vitamin E	0.1 mg	0.1 mg
Proanthocyanidins, Proantosianidin	78.0 mg	39.0 mg

\* 1 kcal = 4.2 kJ  
Recommended serving per day /  
Hidangan harian yang dicadangkan = 100 g

1 serving of Primera™ Red Rice (UKMRC-9) will provide you with 100% of your daily wholegrain requirement.

1 hidangan Beras Merah Primera™ (UKMRC-9) akan memenuhi 100% keperluan harian bijiran pentuh anda.

Packing Size :  
250 g, 500 g, 1 kg, 2 kg, 5 kg

## Latar Belakang Beras Primera

Beras Primera (turut dikenali sebagai UKMRC-9 atau G33) merupakan hasil inovasi daripada kerjasama antara Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) dan Institut Penyelidikan dan Kemajuan Pertanian Malaysia (MARDI). Beras ini dicipta oleh Nomatech Sdn Bhd dan diedarkan oleh Serba Wangi Sdn Bhd. Profesor Dr. Wickneswari Ratnam yang merupakan penyelidik dari UKM dan Pengarah Urusan Nomatech Sdn Bhd adalah pencipta Beras Primera.

Saya ingin membeli beras ini. Bagaimana saya boleh mengenal pasti pek beras ini?

Pek mudah alih Beras Primera yang dibungkus dalam kuantiti 1 kg dan secara vacum merupakan hadiah yang praktikal kepada sahabat handai, saudara mara dan ahli keluarga yang mengutamakan kesihatan. Panel lutsinar pek beras ini memperkenan Beras Primera manakala panel di bahagian bawah pek beras ini memaparkan nilai GI rendah beras ini, iaitu 46.

Di manakah saya boleh mendapatkan maklumat yang lebih lanjut tentang beras ini?

Anda boleh dapatkan maklumat terkini mengenai Beras Primera dengan melayari laman Facebook atau akaun Instagram rasmi kami : Primera Rice. Serba Wangi Sdn Bhd merupakan pengedar eksklusif Beras Primera di Malaysia dan Singapura. Anda juga boleh menghubungi Talian Khidmat Pengguna Tol Bebas syarikat ini, 1800-88-RICE (1800-88-7423).

Apakah langkah saya yang seterusnya?  
Perbaharuilah cara pemakanan anda dan keluarga anda dengan mencuba Beras Primera yang kaya dengan antioksidan dan rendah GI.

\* Sumber : Bahagian Pemakanan, Kementerian Kesihatan Malaysia

SERVING SUGGESTION / CADANGAN PENGHIDANGAN / 烹调方法	
	25 Minutes 25 Minit
	1 Cup of Rice 1 Cawan Beras
	2 - 2.5 Cups of Water 2 - 2.5 Cawan Air
	2 - 2.5 Servings 2 - 2.5 Hidangan 2份份量

Manufactured by / Dikilangkan oleh :  
**NOMATECH SDN. BHD.** Co. No: 201501041798  
Aras 3, Bangunan Kedekanan,  
Fakulti Sains & Teknologi, UKM, 43600 Bangi,  
Selangor, Malaysia.



Co. No: 19301026134 (28087-A)

Packed & Distributed by / Dibungkuskan & Diedarkan oleh :  
**SERBA WANGI SDN. BHD.** Co No: 19301026134 (28087-A)  
Lot 2171, Jalan Bukit Raya, Mukim Bukit Raya,  
06700 Pendang, Kedah Darul Aman, Malaysia.

[info@malsiarice.com](mailto:info@malsiarice.com) [www.malsiarice.com](http://www.malsiarice.com)  
[www.facebook.com/PrimeraRice](http://www.facebook.com/PrimeraRice) [www.instagram.com/PrimeraRice](http://www.instagram.com/PrimeraRice)



## Adakah rasa Beras Primera sama dengan beras biasa ?

Secawan Beras Primera yang dimasak menggunakan 2 hingga 2.5 cawan air menghasilkan beras merah dengan rasa kekacangan sesuai dihidangkan bersama dengan aneka lauk harian seperti rendang, sup, kari dan sayur goreng. Nasi dari Beras Primera yang bertekstur sedikit kenyal menghasilkan rasa yang enak untuk dinikmati sesuai ditanak, malah juga boleh dimasak sebagai nasi pilaf, nasi goreng, dan salad. Dapatkan pelbagai resepi masakan Beras Primera yang menarik menerusi laman web [www.primerarice.com.my](http://www.primerarice.com.my)

## Where can I look out for more information about this rice ?

Regular updates about the rice are posted at **Primera Rice** Facebook fan page. The updates about the rice can also be found through Instagram page called **Primera Rice**. On the website of [www.primerarice.com.my](http://www.primerarice.com.my), educational articles and recipes of Primera Rice are available. Serba Wangi Sdn Bhd is the sole distributor of Primera Rice in Malaysia and Singapore. For verbal enquiries, kindly contact the Toll Free Consumer Care line of the company, 1800-88-RICE (1800-88-7423).

## What is my next step ?

Renew your family's and your eating style with this new variety of antioxidant rich, low GI Primera Rice.

\*Source : Nutrition Division, Ministry of Health Malaysia.



## 对抗氧化剂丰富，低升糖指数的红糙米

Primera 米，也称为UKM RC-9，有低升糖指数，有助于减少饭后血糖提升。因此，这种米适合所有人食用，特别是糖尿病患者。PRIMERA 米中的花青素是抗氧化剂的良好来源，提供了一个由米为主食的健康的全谷饮食选择。PRIMERA 米略带坚果味及味道宜人。

## 我想买大米，它的包装是怎样的？

关于米的定期更新会张贴在 Primera Rice Facebook 粉丝页面。在 [www.primerarice.com.my](http://www.primerarice.com.my) 的网站上也有关于 Primera 米的教育文章和食谱。马来西亚粮食有限公司是 Primera 米在马来西亚和新加坡的独家经销商。如有询问查询，请联络公司免费电话线，1800-88-RICE (1800-88-7423)。

## 下一步是什么？

更新您的家庭和您的饮食风格以适应这种新品种抗氧化剂丰富和低升糖指数的 Primera 米。

\*资料来源：营养部，马来西亚卫生局。



## BERAS MERAH KAYA DENGAN ANTIOKSIDA DAN RENDAH GI

Beras Primera, dikenali sebagai UKMRC-9, mempunyai nilai indeks glisemik (GI) yang rendah iaitu ia membantu mengurangkan kenaikan gula dalam darah selepas makan. Beras ini sesuai dimakan oleh semua golongan terutamanya bagi pesakit kencing manis. Kandungan antiosianin di dalam Beras Primera merupakan sumber baik antioksidan. Ini menjadikannya sebagai pilihan bijiran penuh yang sihat di mana beras ialah makanan ruji. Beras Primera ini mempunyai rasa sedikit kekacangan dan sedap dimakan.

## Varieti Beras Merah Baru – Beras Primera

Berdasarkan diet 2000 kcal (kalori) seharian dengan pengambilan kalori yang hampir sama bagi setiap waktu makan, setiap orang dicadangkan untuk makan 1.5 cawan bersamaan dengan 3 senduk nasi dengan lauk-pauk pada waktu makan tengah hari dan makan malam. Ramai yang menganggap bahawa cadangan kuantiti pengambilan nasi ini adalah rendah. Walaupun kebanyakannya daripada kita berhasrat untuk memilih diet yang sihat, kita masih berhadapan dengan kesukaran untuk menguruskan selera makan yang tinggi, terutamanya selepas pengambilan makanan dalam kuantiti yang terhad. Namun, dengan kelebihan Beras Primera yang kaya antioksidan dan rendah GI ini, kita akan memperoleh kaedah yang berkesan dan sesuai untuk mengawal selera makan. Hanya dengan 1.5 cawan Beras Primera setiap waktu makan sudah mencukupi untuk membuat rasa kenyang dalam jangka masa yang panjang. Jadi, ia membantu menangani selera makan yang tinggi untuk menggalakkan diet yang lebih sihat dan seimbang.

Gred / Gred: Red Rice / Beras Merah  
Bahan Content / Kandungan Harian:  
Beras Content / Maksimum 5%  
Net Weight / Berat Bersih: 5kg  
Price per Kilogram / Harga Sekilogram : RM 14.00  
Retail Price / Harga Runcit : RM 70.00

Ingredient / Ramuan:  
Red Rice / Beras Merah

Halal Certified / Halal Teriktah:

MS 1500  
07/01/2004



## How is Primera Rice different compared to other rice ?

### 1. Low GI

At the GI value of 46, Primera Rice is classified as low GI food. For any food to be categorized as low GI food, its GI value must be 55 or less. The GI range of Primera Rice from 41 to 48 shows that even the highest GI value it can hit, which is 48 is nowhere close to 55. Low GI food is slow and stable to digest and release energy. This is why you will feel satiated and not get hungry fast when you eat Primera Rice. Unlike high GI food that immediately increases blood sugar after a meal, low GI food takes time to raise the sugar level in the blood and clear off. This low GI Primera Rice is suitable for everyone to eat, including people who are diagnosed with pre-diabetes and diabetes.

### 2. Antioxidant-rich

Antioxidants are compounds that fight against the free radicals in the body. Primera Rice naturally supplies anthocyanin, a type of antioxidant that lowers your risk for cardiovascular disease when you consume it. Anthocyanin has the ability to decrease the formation of blocks in the heart vessels, thus reducing the chances for atherosclerosis. Primera Rice is your rice that cares for your heart.

### Does Primera Rice taste like regular rice ?

A cup of Primera Rice that is plainly-boiled in 2 to 2.5 cups of water produces nutty flavoured red rice that can be served with the usual side dishes such as rendang, soup, curry and stir-fried vegetables. The slightly chewy texture of the rice adds complexity to mouthfeel of your meal. The rice is not only enjoyable as plainly boiled rice, but it can also be cooked as pilaf, fried rice, and salad. A few recipes of Primera Rice are posted at [www.primerarice.com.my](http://www.primerarice.com.my) website.

### I want to buy this rice. How does the package look like?

The portable, 1 kg, vacuum packed rice makes a practical gift for health conscious family members and friends. While transparent panel of the package showcases the red Primera Rice, the bottom panel confidently displays the low GI value of the red rice, 46.

### PRODUCT HIGHLIGHT



Low GI (41-48) which is lower than the standard for low GI (55 and below)



High antioxidant content



Palatable Taste



## YOUR ANTIOXIDANT RICH, LOW GI RED RICE

Primera Rice, known as UKMRC-9, has a low glycemic index (GI) value, which helps to reduce after-meal blood sugar spikes. This rice is therefore suitable for consumption by all, especially for diabetics. The anthocyanins in Primera Rice serve as good source of antioxidants, providing a healthy wholegrain option where rice is a staple food. Primera Rice has a slightly nutty flavour and pleasant taste.

## A New Variety of Red Rice - Primera Rice

Based on \*2000 kcal per day diet, with fairly distributed calorie per eating time, it is recommended to eat 1.5 cups of rice with other dishes for lunch and dinner. However, the recommendation is not effectively change our perception to boost healthier diet. By assuming the portion of rice is small, some of us give unfavorable respond as we many hardly find the way to decrease the desire to eat and get the feeling of fullness. It is actually possible to eat 1.5 cups of rice per meal and feel satiated for a substantially long period of time. Hence, Primera Rice is antioxidant rich low GI rice which can make you feel fuller for long time. It helps you to eat fewer calories in total of your daily meal intake. It is a great choice for those who are looking for a much healthier alternative.

## Background of Primera Rice

Primera Rice (also known as rice variety UKM-RC-9 or G33) is innovated from the collaboration between National University of Malaysia (UKM) and Malaysian Agricultural Research and Development Institute (MARDI). The rice is manufactured by Nomatech Sdn Bhd and distributed by Serba Wangi Sdn Bhd. Professor Dr. Wickneswari Ratnam, the researcher from UKM and Managing Director of Nomatech Sdn Bhd is the product inventor of Primera Rice.