

# Primitivo

## ACEITE DE ALMENDRA

### PROPIEDADES

El aceite de almendra Extra virgen Primitivo Gourmet se obtiene mediante el proceso de primera presión en frío del fruto *Prunus Amygdalus Dulcis*. Está compuesto por un 87-93% de ácidos grasos insaturados, siendo su componente mayoritario el ácido oleico (62-86%), un ácido graso monoinsaturado, perteneciente a la familia de ácidos grasos conocidos como omegas, específicamente  $\omega$ -9, el cual posee innumerables beneficios para la salud.

### BENEFICIOS A LA SALUD

La ingesta de ácidos grasos Omega 9 presentes en el aceite de almendra está relacionada con cambios beneficiosos en el perfil lipídico, como la reducción del colesterol LDL (malo), los triacilglicéridos y un aumento del colesterol HDL (bueno), y, en conjunto con los fitoesteroles, principalmente, el beta-sitosterol, el cual inhibe la absorción del colesterol de la dieta, promueven un efecto protector contra enfermedades cardiovasculares. Además, es una rica fuente de

vitaminas y minerales; contiene altas cantidades de calcio, potasio, magnesio, hierro, manganeso, zinc, selenio, vitaminas D y del complejo B, y potentes antioxidantes como polifenoles y tocoferoles, los cuales ejercen un valioso papel antioxidante, tanto para nuestro organismo como para el propio aceite, confiriéndole estabilidad al evitar la autooxidación de los ácidos grasos.

### PUNTO DE HUMO

El aceite de almendra prensado en frío tiene un punto de humo alto (216°C), siendo recomendado su uso tanto en platos fríos como calientes.

### CARACTERÍSTICAS

Se encuentra en estado líquido a temperatura ambiente, tiene un color amarillo dorado claro y un aroma muy suave. Químicamente, es muy similar al aceite de oliva, por lo que su consumo habitual es tan beneficioso como éste.



- 100% natural
- 100% vegetal
- Raw
- No refinado
- Sin químicos ni preservantes
- Sin ingredientes de origen animal
- Libre de colesterol
- Sin gluten
- Bajo Contenido en Sodio
- Sin azúcar añadida
- Sin huevo
- Sin lactosa
- Ideal para vegetarianos y veganos

### USOS EN GASTRONOMÍA

Aderezar comidas frías y ensaladas, realizando el sabor de las verduras.

Preparar diferentes recetas al vapor, al horno, salteadas o asadas.

Preparar todo tipo de frituras debido a su elevado punto de humo (216°C).

Añadir a aderezos, salsas y adobos.

En repostería, reemplazando al aceite o mantequilla habitualmente usado en la receta, otorgando un suave y delicado sabor a almendras a los pasteles, galletas y tortas.

Para preparar todo tipo de carnes; rojas, pescados y mariscos.

En general, añade un suave sabor a almendras a cualquier plato y preparación, realizando sabores sutiles cuando se combina con otros ingredientes.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

PORCIÓN: 1 CUCHARADA (15 ml)  
PORCIONES POR ENVASE: 17APROX.

	100 ml	15 ml
Energía (kcal)	816	122
Proteínas (g)	0,0	0,0
Grasa Total (g)	90,5	13,6
Grasa Saturada (g)	7,5	1,1
Grasa Monoinsaturada (g)	57,3	8,6
Grasa Poliinsaturada (g)	25,2	3,8
Ácidos grasos Trans (g)	0,0	0,0
Colesterol (mg)	0,0	0,0
Hidratos de Carbono disponibles (g)	0,5	0,08
Azúcares totales (g)	0,1	0,01
Sodio (mg)	0,3	0,04

[www.primitivo.cl](http://www.primitivo.cl) - [ventas@primitivo.cl](mailto:ventas@primitivo.cl)  
(+56) 9 6845 1281