

# Primitivo

## ACEITE DE LINAZA

### PROPIEDADES

El aceite de Linaza Extra virgen Primitivo Gourmet se obtiene mediante el proceso de primera presión en frío de la semilla de *Linum usitatissimum* L. Está compuesto por un 90% de ácidos grasos insaturados, de los cuales, un 70-75% corresponde a los ácidos grasos poliinsaturados,  $\omega$ -3 Linolénico (40-60%) y  $\omega$ -6 Linoleico (12-20%). Además, contiene un alto porcentaje (14-20%) del ácido graso  $\omega$ -9 Oleico.

### BENEFICIOS A LA SALUD

El aceite de Linaza es una excelente fuente de ácidos grasos esenciales (omega 3 y 6), llamados así ya que no pueden ser biosintetizados por el organismo, siendo necesario consumirlos en la dieta debido a sus importantes funciones, principalmente, reduciendo el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

También, aporta vitamina C, B1, B2, B3, B5, B6 y K, ácido fólico y minerales, entre los que se destaca el calcio, cobre, magnesio, manganeso, fósforo, potasio y zinc. Es

alto en Esteroles y Antioxidantes como Tocoferoles, Tocotrienoles y Carotenoides.

### PUNTO DE HUMO

El aceite de Linaza prensado en frío tiene un punto de humo bajo (110°C), siendo recomendado su uso en platos fríos, aderezos y ensaladas, de modo de conservar intactas sus cualidades nutricionales.

### CARACTERÍSTICAS

Se encuentra en estado líquido a temperatura ambiente, tiene un color amarillo anaranjado intenso y un sabor y aroma a semillas tostadas.



- 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.

Añadir a carnes rojas y blancas después de cocida, horneada o asada en la parrilla.

Añadir a los granos y verduras después de la cocción. Agregar a los batidos de proteínas y a los jugos de verduras frescas.

Agregar en sopas, guisos o estofados después de cocinados.

Se recomienda su consumo siempre frío para conservar intactas sus propiedades nutricionales.

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

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

	100 ml	15 ml
Energía (kcal)	836	125
Proteínas (g)	0,0	0,0
Grasa Total (g)	92,8	13,9
Grasa Saturada (g)	12,7	1,9
Grasa Monoinsaturada (g)	16,3	2,4
Grasa Poliinsaturada (g)	63,0	9,4
Ácidos grasos Trans (g)	0,0	0,0
Colesterol (mg)	0,0	0,0
Hidratos de Carbono disponibles (g)	0,3	0,04
Azúcares totales (g)	0,1	0,01
Sodio (mg)	0,7	0,10

[www.primitivo.cl](http://www.primitivo.cl) - [ventas@primitivo.cl](mailto:ventas@primitivo.cl)

(+56) 9 6845 1281