



HARINA SEMI DESGRASADA DE ALMENDRA



Nuestra Harina de Almendra se destaca por su bajo contenido en grasas y por ser una excelente alternativa para las personas que no pueden ingerir harina de trigo, ya que naturalmente no posee gluten.

Se obtiene por medio del proceso de prensado en frío de la almendra, en el cual se extrae el 80% de la grasa, convirtiéndola en un producto bajo en materia grasa y una fuente importante de proteína vegetal.

La Harina de Almendra aumenta considerablemente la calidad nutritiva de los alimentos debido a que la ingesta de fibras solubles reduce el colesterol plasmático y mejora el control de la glicemia.

Otros de sus beneficios son: la prevención y el tratamiento de la obesidad y el estreñimiento, la regulación del tránsito intestinal y la mantención del sistema músculo-esquelético gracias a las proporciones de calcio, magnesio y fósforo.

Nuestra Harina de Almendra es rica en Vitamina E y aporta pequeñas dosis de varias vitaminas del grupo B. Está especialmente recomendada para diabéticos y personas obesas, puesto que puede reemplazar la harina de trigo.

Según estudios científicos, su consumo habitual disminuye la concentración de azúcar en la sangre y no produce aumento de peso porque su contenido de hidratos de carbono -sacarosa- es muy bajo y el de fibra es alto, lo que favorece la sensación de saciedad.



USOS GASTRONÓMICOS

- Espolvorear sobre cereales, yogurt, frutas y ensaladas. Preparar repostería.
- Elaborar salsas para pastas y carnes.
- En reemplazo de pan rallado para apanados. Cocinar guisos como chupe de mariscos, kitch y pasteles de verduras.
- Alimento para deportistas. Hacer leche de almendras, helados, chocolates.



ESPECIFICACIONES CoA



Nombre INCI: Prunus Amygdalus Dulcis

Origen materia prima: Chile

Empresa: Elaboradora de Alimentos Nutra Andes Ltda.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1 Porción = 15 g (1 cucharada sopera)

Porciones por envase = 33	100 g	1 porción
Energía (kcal)	353,41	53
Proteínas (g)	36,66	5,5
Grasas totales (g)	6,05	0,9
Grasas saturadas (g)	0,5	0,1
Grasas mono insaturadas (g)	3,8	0,6
Grasas poliinsaturadas (g)	1,5	0,2
Grasas trans (g)	0	0
Colesterol (0)	0	0
Carbohidratos disponibles (g)	38,08	5,7
Azúcares disponibles (g)	9,52	1,4
Fibra dietética (g)	5,67	0,9
Sodio (mg)	6	0,9
Base de 7,9% humedad		

PERFIL DE AMINOÁCIDOS

Por cada 100 g		Por cada 100 g	
Triptófano (g)	0,33	Valina (g)	1,273
Treonina (g)	0,932	Arginina (g)	3,813
Isoleucina (g)	1,094	Histidina (g)	0,868
Leucina (g)	2,320	Alanina (g)	1,601
Lisina (g)	0,904	Ácido aspártico (g)	4,554
Metionina (g)	0,235	Ácido glutámico (g)	10,614
Cistina (g)	0,295	Glicina (g)	2,290
Fenilalanina (g)	1,746	Prolina (g)	1,608
Tirosina (g)	0,704	Serina (g)	1,477