

Óleo Alimentar de Abacate 125 ml

EAN: 8410885070869 FABRICANTE: MARNYS



O Óleo de Abacate (*Persea americana*) 100% puro comestível MARNYS® é de primeira prensagem a frio, tem sabor delicado e agradável e, quando utilizado, não altera o sabor original do alimento, sendo rico em gorduras insaturadas. E, tem um sabor suave e delicado, que realça o sabor dos alimentos.

DESCRIPCIÓN

O que é o Óleo Alimentar de Abacate e para que serve?

MARNYS® Avocado Oil é um óleo comestível 100% puro, extraído por primeira prensagem a frio do fruto da árvore *Persea americana*, comumente conhecida como abacate. Este óleo caracteriza-se por possuir um sabor delicado e agradável, e quando utilizado no preparo de alimentos não altera seu sabor original.

Uma das principais características nutricionais deste óleo é o seu teor de ácido oleico, também conhecido como Ômega 9, que representa entre 50% e 70% do teor mínimo. O ácido oleico é um tipo de ácido graxo essencial para o metabolismo e é reconhecido por seus benefícios à saúde.

O abacate é nativo da América e pertence à família Lauraceae. Seu nome "abacate" vem da palavra asteca "ahucatl". Ao longo dos tempos, esta fruta tropical foi cultivada principalmente pelo seu alto valor nutricional. Evidências de sua existência foram encontradas desde o século VIII aC, quando sementes foram encontradas enterradas ao lado de uma múmia no Peru.

O abacate é uma fruta rica em nutrientes como fibras, potássio, sódio, magnésio e vitaminas A, C, K1, B5 e B3, bem como colina, luteína/zeaxantina e ácidos graxos altamente monoinsaturados.

O óleo de abacate é composto principalmente por ácidos graxos monoinsaturados, o que lhe confere propriedades benéficas para a dieta e oferece várias vantagens:

- Sua textura é bem leve, o que facilita a mistura com os alimentos.
- Tem um sabor suave e delicado, que realça o sabor dos pratos sem dominar os outros ingredientes, ao contrário do azeite e outros óleos.
- Além disso, o óleo de abacate é capaz de suportar altas temperaturas de cozimento, pois seu "ponto de fumaça" é de aproximadamente 255°C, o que o torna uma opção adequada para preparações culinárias que requerem altas temperaturas.



Óleo Alimentar de Abacate 125 ml

EAN: 8410885070869 **FABRICANTE:** MARNYS



Quais são os ingredientes do Óleo Alimentar de Abacate?

Óleo de abacate 100% puro (*Persea americana*).

Como é usado o óleo alimentar de abacate?

Ideal para adicionar a saladas, sopas e molhos ou fritar alimentos.

