

OFICINA DE PARTES - FIA	
RECEPCIONADO	
Fecha	21 Dic. 2009
Hora	8:30
Nº Ingreso	9674



Aceites y Semillas en Polvo

Nutra Andes Ltda

Beneficios / Benefits
Fichas Técnicas / Specification Sheets
Información Nutricional / Nutritional Facts



www.fontevita.cl

Fontevita

Nuestra misión es fomentar una vida sana y natural a través de nuestros productos, todos derivados de semillas vegetales, con el único objetivo de obtener "más sabor y más salud".

Los profesionales de nuestra empresa, han investigado minuciosamente y con especial dedicación los beneficios y bondades que nos proporcionan estas semillas.

Mediante un riguroso proceso de extracción en frío obtenemos los aceites y semillas en polvo desgrasadas, alimentos 100% puros y funcionales. En este proceso en frío se mantienen absolutamente sus cualidades naturales con una amplia aplicación en el área alimenticia, cosmética y farmacológica.

Ponemos a su disposición una completa información de cada uno de estos productos, en nuestro sitio web www.fontevita.cl. No dude en solicitar asesoría técnica en la página de contacto.

Fontevita

Our mission is to encourage a healthy and natural life through our products, all of them coming from vegetal seeds, with the unique target of obtaining "more flavor and more health".

Professionals of our company have made detailed research. And they have put a special dedication to the benefits and properties that these seeds give us.

Through a rigorous cold-pressed extraction process we obtain oils and powdered defatted seeds, foods 100% natural and functional. Through this cold process, natural properties are absolutely kept with a wide application in food, cosmetics and pharmacological areas.

We put at your disposal complete information of each one of our products in our web site www.fontevita.cl.

Please do not hesitate in asking for technical support in our contact page.

Aceites Naturales

Almendra

Avellana Chilena

Linaza

Nuez

Sésamo Tostado

Pepa de Zapallo

Natural oils

Almond

Chilean Hazelnut

Linseed

Walnut

Toasted sesame

Pumpkin seed



www.fontevita.cl

Aceite de Almendra

Elaborado con almendras dulces de primera calidad prensadas en frío obtenemos un aceite de color amarillo claro con sabor muy suave y sutil.

Beneficios

Este aceite contiene altos niveles de ácidos grasos insaturados, que suponen un 93% del total de grasas. El más importante es el ácido oleico (ver ficha técnica). Su consumo frecuente ayuda a disminuir los niveles de colesterol total y colesterol "malo" o LDL mientras que aumenta el colesterol "bueno" o HDL.

Al ser de origen vegetal el aceite de almendra no contiene colesterol y por su alto aporte en vitamina E, antioxidante, lo hace benéfico en la prevención de enfermedades coronarias y cáncer en general.

Muy útil cuando existe algún problema de irritación y alergia ya que por sus propiedades emolientes naturales, lubrica y protege la piel seca, escamosa e inflamada.

Previene y cura las estrías, las grietas del pezón y de las manos. Es óptimo para ser aplicado sobre pieles jóvenes como la de los bebés, donde resulta muy efectivo en la eliminación de la costra láctea.

Por su lenta absorción y sus excelentes cualidades suavizantes, humectantes y nutritivas es muy útil sobre cabello seco, todo tipo de piel y especialmente sobre aquella que se encuentra inflamada y sensible.

Usado como base en la elaboración de numerosos cosméticos faciales y corporales. Es el soporte ideal para masajistas y terapeutas. Así mismo resulta un excelente desmaquillante.

¿Cómo consumirlo?

Muy apreciado en gastronomía, principalmente por personas creativas al momento de elaborar platos y recetas especiales (ver recetas). Permite disfrutar del sabor natural de las comidas, se emplea crudo en diversos platos fríos y calientes. No es apto para frituras.

Almond Oil

By cold-pression of first quality sweet almonds, we obtain a light yellow oil with very soft flavor.

Benefits:

This oil contains high levels of unsaturated fatty acid that constitute a 93% of total fat. The most important is the oleic acid (see technical sheet). Its frequent consumption helps to diminish levels of total cholesterol and "bad" cholesterol or LDL. Meanwhile it helps raising "good" cholesterol or HDL.

Having a vegetal origin, almond oil does not have cholesterol, and because of its high levels of vitamin E, antioxidant, it makes it beneficial in preventing coronary diseases and cancer in general.

It is very useful when there are some problems of irritation and allergy, since by its natural emollient properties; it lubricates and protects dry, flaky, and inflamed skin.

It prevents and heals stretch marks, cracks of nipples and hands. It is excellent for being applied on young skins such as baby skin, where it is very effective in the elimination of the milky scab.

For its slow absorption and excellent softener, moisturizing and nutritious properties, it is very useful for dry hair, all kinds of skins, and especially for inflamed and sensitive skin.

Used as a base in the elaboration of various face and body cosmetics, it is the ideal support for masseurs and therapists. Likewise, it turns to be an excellent make-up remover.

How to consume it?

It is very appreciated in gastronomy, especially by creative people when elaboration special dishes and recipes (see recipes). It enables to enjoy the natural flavor of foods; it is used raw in diverse cold and hot dishes. It is not proper for frying.



ACEITE DE ALMENDRA / ALMOND OIL

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS	METHODS	ACEITE EXTRA VIRGEN
Color	Gardner	
Densidad a 20 C° Density at 20 C° in g/cm³	PE 2.2.5	environ/about 0,916
Indice de acidez Acid value in mg KOH/g	PE 2.5.1	max. 2
Punto de solidificación Solidification point	PE 2.2.18	environ/about - 18°C
Indice de peróxido Peroxide value in meq.O2/Kg	PE 2.5.5	max. 15
Espectro Light absorption	PE 2.2.25	max. 0,2 a/at 270 nm
Materia insaponificable / Unsaponifiable matter in %	PE 2.5.7	max. 0,9

Fatty acids composition (in %)	PE 2.4.22	
Acides gras < C16:0 Fatty acids < C16:0		max. 0,1
C16:0 (palmitic acid)		04-09
C16:1 (palmitoleic acid)		max. 0,8
C17:0 (heptadecanoic acid)		max. 0,2
C18:0 (stearic acid)		max. 3
C18:1 (oleic acid) Omega 9		62 – 86
C18:2 (linoleic acid) Omega 6		20 – 30
C18:3 (linolenic acid)		max. 0,4
C20:0 (eicosanoic acid)		max. 0,2
C20:1 (eicosenoic acid)		max. 0,3
C22:0 (behenic acid)		max. 0,2
C 22:1 (erucic acid)		max. 0,1
Sterols composition (in %)	PE 2.4.23	
Colesterol		max. 0,7
Brassicasterol		max. 0,3
Campesterol		max. 4
Stigmasterol		max 3
Beta-sitosterol		73 – 87
Delta 5 – Avenasterol		min. 10
Delta 7 – Stigmasterol		max. 3
Delta 7 – Avenasterol		max. 3

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: 1 cucharada (14 ml) 1 Portion: 1 teaspoon (14 ml)		
Porciones por envase: 18 Aprox. Servings per package: 18 Aprox.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gr	850	40
G.Total (g) G.Total Fat (g)	100	14
G.Saturada (g) Saturated Fat (g)	7,7	1,1
G.Monounsaturada (g) Monounsaturated Fat (g)	63,5	8,9
G.Poliinsaturada (g) Polyunsaturated Fat(g)	24,1	3,4
Proteínas (g) Proteins (g)	0	0
Fibra (g) Fiber (g)	0	0
H. de Carbono (g) Carbohydrates (g)	0	0
Colesterol (mg) Cholesterol (mg)	0	0
Sodio (mg) Sodium (mg)	0	0
Vit E (g) (Tocoferol) Vit E (g) (Tocopherol)	0,213	0,03
Acidez Máxima (% ac. Oleico) Maximum acidity(% Oleic acid)	2	



www.fontevita.cl

Aceite de Avellana Chilena

La avellana chilena prensada en frío, produce un aceite que se distingue por su particular fragancia y aroma. De color amarillo claro, transparente posee un agradable sabor

Beneficios

De alto valor nutricional, en especial por la calidad de sus ácidos grasos mayoritariamente monoinsaturados, llegando a un 93% del total (ver ficha técnica).

Se destacan el ácido oleico, el palmitoleico (muy difícil de encontrar en la naturaleza) y el eicosanoico que contribuyen a reducir el nivel de colesterol y de triglicéridos en la sangre, protegiendo de enfermedades al corazón.

Su composición química se caracteriza por su alto contenido de vitamina A y E, siendo además importantes los niveles de calcio, magnesio y potasio. Es muy útil para pieles sensibles y dañadas ya que no provoca irritación ni alergias, atenúa cicatrices, mejora labios resecos, etc.

Este aceite se absorbe más fácilmente y más rápido que los otros aceites vegetales. Por esta capacidad de penetración es un vehículo natural en el transporte de nutrientes y otras sustancias de protección y regeneramiento de la piel, no obstruyendo los poros. Por su acción lubricante dan a la piel un aspecto más joven y fresco. Se utiliza en la elaboración de preparaciones tópicas, aroma terapia y masajes capilares y terapéuticos.

Tiene la propiedad de absorber las radiaciones bajas del espectro ultravioleta de la luz, permitiendo solamente el paso de aquellas que producen un bronceado sin daño a la piel, evitando los eritemas y quemaduras, que a veces traen consecuencias dolorosas y que aceleran el proceso de envejecimiento con aparición de arrugas. Por esto es que se considera que este aceite actúa como filtro de las radiaciones equivalente a Factor-30.

¿Cómo consumirlo?

Como aliño para todo tipo de ensaladas y en la preparación de verduras, pescados, carnes y repostería, también en la elaboración de deliciosas salsas y postres.

Chilean Hazelnut Oil

Cold pressed Chilean hazelnut produces oil that distinguishes by its particular fragrance and smell. It has a transparent light yellow color, and a pleasant flavor.

Benefits:

With a high nutritional value, especially for the quality of its fatty acids, mostly monounsaturated reaches a 93% of total value. (see technical sheet)

It stands out oleic acid, palmitoleic acid (very hard to find in nature) and the eicosanoic acid that contribute to reduce the cholesterol and triglyceride levels in blood, protecting from heart diseases.

Its chemical composition distinguishes by its high content of vitamin A and E, being in addition very important the levels of calcium, magnesium, and potassium.

It is very helpful for sensitive and damaged skin, since it does not produce irritation or allergies, it attenuates scars, it improves dry lips, etc.

This oil is absorbed easily and faster than other vegetable oils. By its capacity of penetration, it is a natural vehicle in the transport of nutrients and other substances that protect and regenerate skin, not obstructing pores. For its lubricant action, it gives skin a younger and fresher aspect.

It is used in the elaboration of topical preparations, aromatherapy, and capillary and therapeutic massages.

It has the property of absorbing low radiations of ultraviolet spectrum of light allowing only the passage of those radiations that produce tanning without damaging skin, avoiding erythema, burns, and the aging process with the appearance of wrinkles. That is why it is considered as a filter for radiation, equivalent to factor 30.

How to consume it?

It is consumed as a seasoning for all kinds of salads, and in the elaboration of vegetables, fish, meats, and baking, also in the elaboration of delicious sauces and desserts



ACEITE DE AVELLANA CHILENA / CHILEAN HAZELNUT OIL

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS	METHODS	ACEITE EXTRA VIRGEN
Color	Gardner	
Densidad a 20 C° Density at 20 C° in g/cm³		
Índice de acidez Acid value in mg KOH/g		
Punto de solidificación Solidification point		
Índice de peróxido Peroxide value in meq.O2/Kg		
Espectro Light absorption		
Materia insaponificable / Unsaponifiable matter in %		

Fatty acids composition (in %)	PE 2.4.22	
Acidos gras < C16:0 Fatty acids < C16:0		max. 0,1
C16:0 (palmitic acid)		2,06
C16:1 (palmitoleic acid)		22,69
C17:1 (heptadecenoic acid)		max.0,1
C18:0 (stearic acid)		max. 0,7
C18:1 (oleic acid) Omega 9		42,44
C 18:2n6t (Linolelaidic) Omega 6		6,56
C18:2n6c (Linoleic) Omega6		8,25
C18:3 (Linolenic) Omega 3		3,51
C20:0 (eicosanoic acid)		1,21
C20:1 (eicosenoic acid)		3,24
C20:5 (eicosapentaenoic)		3,51
C21:0 (Heneicosanoic acid)		6,06
C 22:1 (erucic acid)		1,25
C 24:1 (nervonic acid)		0,36

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: 1 cucharada (14 ml) 1 Portion: 1 teaspoon (14 ml)		
Porciones por envase: 18 Aprox. Servings per package: 18 Aprox.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gr	900	40
G.Total (g) G.Total Fat (g)	100	14
G.Saturada (g) Saturated Fat (g)	10	1,1
G.Monounsaturada (g) Monounsaturated Fat (g)	70	9,8
Ac. Palmitoleico (g)	22,7	3,18
G.Poliinsaturada (g) Polyunsaturated Fat(g)	18,5	2,59
Proteínas (g) Proteins (g)	0	0
Fibra (g) Fiber (g)	0	0
H. de Carbono (g) Carbohydrates (g)	0	0
Colesterol (mg) Cholesterol (mg)	0	0
Sodio (mg) Sodium (mg)	0	0
Acidez Máxima (% ac. Oleico) Maximum acidity(% Oleic acid)	2,6	



www.fontevita.cl

Aceite de Linaza

Producto del prensado en frío de la semilla de linaza, se obtiene un aceite de color amarillo anaranjado con un agradable sabor a nuez. El cual conserva su alto valor nutritivo durante mucho tiempo cuando es almacenado y usado correctamente.

Beneficios

Más del 70% del aceite de la linaza es ácido graso poliinsaturado y una de las características únicas de este prodigioso aceite es la alta proporción de ácido alfa - linolénico (AAL) (ácido graso omega-3) en relación al ácido linoléico (ácido graso omega-6) (ver ficha técnica).

Estudios muestran que una dieta balanceada en omega 3/omega 6 reduce el riesgo de enfermedades del corazón, bajando el colesterol y previniendo la acumulación de depósitos dañinos en las arterias, corrige los desequilibrios de las dietas modernas altas en grasas saturadas.

Por otro lado, la vitamina E soluble en grasa y que se encuentra presente en el aceite de linaza principalmente como gamma-tocoferol, funciona como anti-oxidante protegiendo las proteínas, las grasas y el ADN del daño oxidativo ocasionado por radicales libres, lo que puede ayudar a prevenir enfermedades crónicas como el cáncer, enfermedades del corazón y embolias.

Asimismo, promueve la excreción de sodio en la orina, lo cual puede ayudar a disminuir la presión arterial. Otras acciones benéficas de este aceite son en el tratamiento y prevención en afecciones de inmunidad como artritis reumatoides, soriasis y lupus.

En el tratamiento de la diabetes, estudios muestran que la linaza reduce la glucosa basal en los adultos jóvenes. Se lleva a cabo una investigación para comprobar el efecto de la linaza en la dieta de las personas con diabetes tipo 2. (Ver ficha técnica).

¿Cómo consumirlo?

Se puede aprovechar mejor en alimentos fríos, aderezos para ensaladas, vinagretas y postres. Puede ser utilizado para cocinar alimentos siempre y cuando se mantenga a una temperatura menor a 150°C. (300°F).

Linseed Oil

Product of cold press extraction process of linseed, it is obtained an orange yellowish oil with a pleasant walnut taste. It keeps its high nutritional value for a long time when it is stored and used properly.

Benefits

More that 70% of linseed oil corresponds to fatty polyunsaturated acid, and one of the unique characteristics of this prodigious oil is the high proportion of alpha-linoleic acid (AAL) (fatty omega 6 acid) (see technical sheet).

Studies show that a balanced diet in omega 3/omega 6 reduces the risk of heart diseases, diminishing cholesterol and preventing the accumulation of harmful deposits in arteries. It corrects the imbalances of modern diets high in saturated fats.

On the other hand, fat soluble vitamin E that it is found in linseed oil, mainly as gamma-tocopherol works as an antioxidant, protecting proteins, fats and DNA from oxidant damage produced by free radicals, which can help to prevent chronic diseases such as cancer, heart diseases and embolism.

Also, it promotes the excretion of sodium in urine, which can help to diminish blood pressure.

Other beneficial actions of this oil are in the treatment and prevention of immunity affections such as rheumatoid arthritis, psoriasis, and lupus.

In the treatment of diabetes, studies show that linseed reduces basal glucose on young adults. Research is being carried out to check the effect of linseed on the diet of people with type 2 diabetes. (See technical sheet)

How to consume it?

Advantage can be better taken in cold meals, dressing for salads, vinaigrettes, and desserts. It can be used for cooking meals, only if temperature is kept under 150°C (300°F)



ACEITE DE LINAZA / LINSEED OIL

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS	METHODS	ACEITE EXTRA VIRGEN
Color	Gardner	
Densidad a 20 C° Density at 20 C° in g/cm³	PE 2.2.5	about 0,931
Índice de acidez Acid value in mg KOH/g	PE 2.5.1	max. 4,5
Índice de yodo Iodine value	PE 2.5.4	160-200
Índice de peróxido Peroxide value in meq.O2/Kg	PE 2.5.5	max. 20
Índice de refracción refractive index	PE 2.2.6	about 1,480
Materia insaponificable / Unsaponifiable matter in %	PE 2.5.6	188-195
Materia insaponificable en %	PE 2.5.7	max. 1,5
Cadmio/Cadmium	PE 4.4.27	max 0,5
Fatty acids composition (in %)	PE 2.4.22	
C16:0 (palmitic acid)		5-7
C16:1 (palmitoleic acid)		max.0,5
C18:0 (stearic acid)		3-6
C18:1 (oleic acid) Omega 9		15-35
C18:2 (linoleic acid) Omega 6		15-20
C18:3 (linolenic acid) Omega 3		35-60

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: 1 cucharada (14 ml) 1 Portion: 1 teaspoon (14 ml)		
Porciones por envase: 18 Aprox. Servings per package: 18 Aprox.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gr	896	39
G.Total (g) G.Total Fat (g)	100	14
G.Saturada (g) Saturated Fat (g)	14,68	2,1
G.Monounsaturada (g) Monounsaturated Fat (g)	18	2,5
G.Poliinsaturada (g) Polyunsaturated Fat(g)	67,3	9,4
Omega 3 (g)	55,0	7,7
Omega 6 (g)	18,0	0,4
Proteínas (g) Proteins (g)	0	0
Fibra (g) Fiber (g)	0	0
H. de Carbono (g) Carbohydrates (g)	0	0
Colesterol (mg) Cholesterol (mg)	0	0
Sodio (mg) Sodium (mg)	0	0
Acidez Máxima (% ac. Oleico) Maximum acidity(% Oleic acid)	6	



www.fontevita.cl

Aceite de Nuez

Del prensado en frío del fruto del Nogal se obtiene un aceite de sabor frutoso y olor intenso, agradable al paladar, de aspecto amarillo cobrizo, muy apreciado en la fina gastronomía.

Beneficios

Desde el punto de vista nutricional, el 90% de los ácidos grasos del aceite de nuez son insaturados, y de éstos el 75% son ácidos grasos poliinsaturados esenciales Omega 3 (15%) y Omega 6 (60%) que reducen el nivel de colesterol y de triglicéridos en la sangre y protege de enfermedades del corazón, por el considerable contenido de ácido alfa-linolénico (6,8% del contenido graso).

Por otro lado la proporción entre ácidos grasos saturados y poliinsaturados es de 1 a 7, proporción difícil de encontrar en otros alimentos naturales hacen la diferencia de los otros aceites vegetales. Su consumo diario reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares. Es el aceite vegetal más saludable para el corazón.

También ayuda en la producción de glóbulos rojos de la sangre. Contiene un importante nivel en vitamina E, antioxidante bioactivo natural que retarda el envejecimiento, previene de ciertos tipos de cáncer y de enfermedades cardiovasculares.

Además el aceite de nuez aporta cantidades apreciables de vitaminas B1 y B6 que favorecen el buen funcionamiento de los músculos, cerebro, y del sistema nervioso central. Es una buena fuente de minerales como el cobre, el zinc, el potasio, el magnesio y el fósforo. (ver ficha técnica).

¿Cómo consumirlo?

Es ampliamente usado en Europa en la preparación de diversos tipos de platos. Es ideal para preparar carpaccios, Aliñar todo tipo de ensaladas, pastas y pescados.

Walnut Oil

From the cold press process of the fruit of walnut tree, it is obtained a fruity taste oil, intense smell, pleasant to palate, of a yellow copper aspect, very appreciated in fine gastronomy.

Benefits

From the nutritional point of view, 90% of fatty acids from walnut oil are unsaturated, and of these, the 75% are essential fatty polyunsaturated omega 3 acids (15%) and omega 6 acids (60%) that reduce cholesterol level and triglycerides in blood, and protects from heart diseases because of its considerable content of alpha-linoleic acid (6.8% of fat content).

On the other hand, the proportion between saturated fatty acids and polyunsaturated acids is from 1 to 7, proportion hard to find in other natural foods, it makes the difference with other vegetable oils. Its daily consumption reduces the risk of cardiovascular diseases; this is the healthiest vegetable oil for heart.

It also helps in the production of red globules in blood. It contains an important level of vitamin E, natural bioactive antioxidant that retards aging, prevents certain types of cancer and cardiovascular diseases.

In addition, walnut oil contributes with high quantities of vitamins B1 and B6 that favor the good operation of muscles, brain and central nervous system. It is a good source of minerals such as copper, zinc, potassium, magnesium and phosphorus (see technical sheet).

How to consume it?

It is widely used in Europe for preparing diverse types of dishes.

It is ideal for preparing carpaccios, as a dressing for all kinds of salads, pasta and fishes



ACEITE DE NUEZ / WALNUT OIL

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS	METHODS	ACEITE EXTRA VIRGEN
Densidad a 20 C° Density at 20 C° in g/cm³	PE 2.2.5	0,920-0,930
Índice de acidez Acid value in mg KOH/g	PE 2.5.1	max. 0,5
Índice de yodo Iodine value	PE 2.5.4	147-156
Índice de peróxido Peroxide value in meq.O2/Kg	PE 2.5.5	max. 10
Índice de refracción refractive index	PE 2.2.6	1,4748-1,4753

Fatty acids composition (in %)	PE 2.4.22	
C 14 (myristic acid)		max. 0,1
C16:0 (palmitic acid)		7-7,7
C16:1 (palmitoleic acid)		0-0,4
C17:0 (heptadecanoic acid)		0-0,1
C18:0 (stearic acid)		2,1-2,8
C18:1 (oleic acid) Omega 9		15,1-19,6
C18:2 (linoleic acid) Omega 6		58-62
C18:3 (linolenic acid) Omega 3		11-15
C20:0 (eicosanoic acid)		max. 0,3
C20:1 (eicosenoic acid)		max. 0,3
C22:0 (behenic acid)		max. 0,2

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: 1 cucharada (14 ml) 1 Portion: 1 teaspoon (14 ml)		
Porciones por envase: 18 Aprox. Servings per package: 18 Aprox.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gr	900	40
G.Total (g) G.Total Fat (g)	100	14
G.Saturada (g) Saturated Fat (g)	9,39	1,31
G.Monounsaturada (g) Monounsaturated Fat (g)	13,7	1,9
G.Poliinsaturada (g) Polyunsaturated Fat(g)	72,3	10,1
Proteínas (g) Proteins (g)	0	0
Fibra (g) Fiber (g)	0	0
H. de Carbono (g) Carbohydrates (g)	0	0
Colesterol (mg) Cholesterol (mg)	0	0
Sodio (mg) Sodium (mg)	0	0
Vit E (g) (Tocoferol) Vit E (g) (Tocopherol)	0,165	0,02
Acidez Máxima (% ac. Oleico) Maximum acidity(% Oleic acid)	0,5	



www.fontevita.cl

Aceite de Sésamo y Sésamo Tostado

Prensado en frío de la semilla de sésamo tostado se obtiene un aceite que posee un sabor y aroma delicioso, de color amarillo intenso.

Beneficios

El aceite de sésamo se considera como un "arma natural" para luchar contra los altos niveles de colesterol debido al 85 % de grasas insaturadas que contiene de las cuales aproximadamente la mitad corresponde a omega 6 (ác. graso linoleico) y la otra mitad a omega 9 (ác. graso oleico) ambas consideradas como grasas sanas.

Algunos investigadores afirman que dichas grasas son de gran importancia para que nuestro cuerpo produzca la cantidad de hormonas de la juventud necesarias para una larga vida.

Es rico en vitamina E, fosfolípidos, lecitina, magnesio, zinc y gran cantidad de minerales, lo que resulta vital para el pensamiento y la memoria. Algunos autores afirman que ayuda a recuperar el ánimo en personas deprimidas o muy cansadas mentalmente.

A nivel externo también se usa (sin tostar) mucho para dolencias reumáticas por ser muy relajante y calmante. Revitaliza la piel y se aplica también en los tratamientos contra la flacidez. Se usa como aceite de masaje.

Evita las grietas en manos y pies. Muy útil en forma de mascarilla para el cabello cuando hay mucha sequedad o costras en el cuero cabelludo.

Gran eficacia como filtro solar ante las radiaciones UVB favoreciendo el bronceado natural y la hidratación de la piel. (ver ficha técnica).

¿Cómo consumirlo?

Cocinar con este aceite es un placer, permite ser llevado a altas temperaturas sin perder sus propiedades naturales.

Se utiliza especialmente en la cocina étnica, por ejemplo en restaurantes chinos, japoneses, comida india, etc., en muchos países se usa principalmente la semilla entera (panadería y confitería).

Sesame and Toasted Sesame Oil

From cold press extraction process of toasted sesame seed, we obtain an oil that has a delicious taste and smell, of an intense yellow color.

Benefits

Sesame oil is considered as a "natural weapon" in the fight against high cholesterol levels. Of its 85% of unsaturated fats that it contains, around half corresponds to omega 6 (linoleic fatty acid) and the other half corresponds to omega 9 (oleic fatty acid), both considered as healthy fats.

Some investigators affirm that such fats are of high importance for our body to produce the quantity of hormones of youth needed for a long life.

It is rich in vitamin E, phospholipids, lecithin, magnesium, zinc, and a big quantity of minerals which turn to be vital for thinking and memory. Some authors affirm that it helps to recover the spirit in depressed people, or very mentally tired.

At an external level, it is also used (without toasting) in the treatment of rheumatic affections for being very relaxing and soothing.

It revitalizes skin and it is also applied in treatments against flaccidity. It is used as massage oil.

It avoids cracks in hands and feet. It is very helpful as a hair mask when there is much dryness or scabs in the scalp.

It is very effective as a solar filter for UVB radiation, favoring natural tanning and hydration of skin (see technical sheet).

How to consume it?

Cooking with this oil is a pleasure; it allows to be taken to high temperatures without losing its natural properties. It is specially used in ethnic cooking, for example in Chinese, Japanese, Indian restaurants, etc.

In many countries it is used specially the whole seed (cooking and pastry)



ACEITE DE SESAMO TOSTADO / TOASTED SESAME OIL

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS	METHODS	ACEITE EXTRA VIRGEN
Color	Gardner	
Densidad a 20 C° Density at 20 C° in g/cm³	PE 2.2.5	0,915-0,925
Índice de acidez Acid value in mg KOH/g	PE 2.5.1	max. 4
Índice de saponificación Saponification value	PE 2.5.6	188-198
Índice de Refracción Refractive index at 20°C	PE 2.2.6	1,4715-1,4745
Índice de peróxido Peroxide value in meq.O2/Kg	PE 2.5.5	max. 20

Fatty acids composition (in %)	PE 2.4.22	
C16:0 (palmitic acid)		10-15
C18:0 (stearic acid)		5-7
C18:1 (oleic acid) Omega 9		24-38
C18:2 (linoleic acid) Omega 6		40-55

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: 1 cucharada (14 ml) 1 Portion: 1 teaspoon (14 ml)		
Porciones por envase: 18 Aprox. Servings per package: 18 Aprox.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal/100 gr	810	37
G.Total (g) G.Total Fat (g)	100	14
G.Saturada (g) Saturated Fat (g)	16	2,2
G.Monounsaturada (g) Monounsaturated Fat (g)	32	4,5
G.Poliinsaturada (g) Polyunsaturated Fat(g)	52	7,3
Fitoesteroles (mg) Fitoesteroles (mg)	1,0	0,1
Proteínas (g) Proteins (g)	0	0
Fibra (g) Fiber (g)	0	0
H. de Carbono (g) Carbohydrates (g)	0	0
Colesterol (mg) Cholesterol (mg)	0	0
Sodio (mg) Sodium (mg)	0	0
Zn (mg) Zn (mg)	1,54	0,22
Acidez Máxima (% ac. Oleico) Maximum acidity(% Oleic acid)	0,26	



www.fontevita.cl

Aceite Pepa de Zapallo

Del prensado en frío de la pepa del zapallo se obtiene un aceite verde oscuro (le llaman el oro verde por sus óptimas característica nutracéuticas). Su sabor es almendrado y si se extrae de semillas previamente tostadas, su sabor es más agradable e intenso.

Beneficios

Es fuente natural de fósforo y hierro y particularmente rico en zinc, contiene vitaminas A, E, F y el complejo de vitaminas B. Además es rico en ácidos grasos poliinsaturados esenciales.

Muy útil para la prevención de problemas cardiovasculares debido a su alto contenido en ácidos grasos poliinsaturados que ayudan a mantener equilibrados los niveles de colesterol y triglicéridos. Previene la desmineralización de huesos, caries dentales y uñas demasiado frágiles.

Gracias a la acción del zinc y los fitoesteroles resulta beneficioso en trastornos de próstata, ya que algunos problemas de impotencia sexual se relacionan con su estado, y algunas personas Notan una mejoría a nivel sexual cuando esta mejora, (recomendado para hombres mayores de 40 años).

Por su contenido de zinc beneficia al órgano de la vista (el ojo humano es muy rico en este mineral y necesita de él para su funcionamiento)

Mejora la función renal por su acción diurética y antiinflamatoria.

También facilita la expulsión de parásitos intestinales. Por la presencia de vitamina E (tocoferol) tiene acción antioxidante

Se utiliza para nutrir y reparar los cabellos secos y quebradizos y en la preparación de jabones. (Ver ficha técnica).

¿Cómo consumirlo?

Se utiliza como aliño para ensaladas, sopas, verduras y gran variedad de preparaciones tanto frías como calientes, no es apropiado para freír. Se puede mezclar con un poco de aceite de oliva.

Pumpkin Seed Oil

From cold press extraction of pumpkin seed, it is obtained a dark green oil (it is called "green gold" because of its optimal nutraceutical characteristic). Its flavor is almond-like, and if extraction process is made with toasted seeds its flavour is even better and more intense.

Benefits:

It is a natural phosphorus and iron source, and particularly rich in zinc. It contains vitamins A, E, and F, and the complex of B vitamins. In addition, this oil is rich in essential polyunsaturated fatty acids.

It is very helpful in preventing cardiovascular problems because of its high content of polyunsaturated fatty acids that help to maintain in equilibrium cholesterol and triglyceride levels.

It prevents demineralization of bones, decays, and too fragile nails.

Thanks to the action of zinc, and phytoesterol, it results beneficial in the treatment of prostate diseases, and as certain problems of impotence are related to prostate condition, some people note an improvement in their sexual level when prostate heals. It is recommended for men over 40 years old.

Because of its high content of zinc, pumpkin seed oil benefits the vision organ (human eye is very rich in this mineral, and eye needs zinc for its good operation).

It improves renal function for its diuretic and anti-inflammatory action.

It also facilitates the expulsion of intestinal parasites.

By the presence of vitamin E (tocopherol), it has an antioxidant action.

It is used to nourish and repair dry and fragile hair, and it is used in the preparation of soaps. (See technical sheet).

How to consume it?

It is used as seasoning for salads, soups, vegetables and a great variety of preparations, both cold and hot. This oil is not proper for frying. It can be mixed with some olive oil



ACEITE PEPA DE ZAPALLO / PUMPKIN SEED OIL

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS	METHODS	ACEITE EXTRA VIRGEN
Color	Gardner	
Densidad a 20 C° Density at 20 C° in g/cm³	PE 2.2.5	0,915-0,925
Indice de acidez Acid value in mg KOH/g	PE 2.5.1	max. 3
Punto de solidificación Solidification point	PE 2.2.18	environ/about - 18°C
Indice de peróxido Peroxide value in meq.O2/Kg	PE 2.5.5	max. 10

Fatty acids composition (in %)	PE 2.4.22	
C16:0 (palmitic acid)		5-20
C16:1 (palmitoleic acid)		max. 1
C18:0 (stearic acid)		3,5-7
C18:1 (oleic acid) Omega 9		35-48
C18:2 (linoleic acid) Omega 6		35-48
C18:3 (linolenic acid) Omega 3		max. 1
C20:0 (eicosanoic acid)		max. 1
C20:1 (eicosenoic acid)		max. 0,5

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: 1 cucharada (14 ml) 1 Portion: 1 teaspoon (14 ml)		
Porciones por envase: 18 Aprox. Servings per package: 18 Aprox.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gr	800	35
G.Total (g) G.Total Fat (g)	100	14
G.Saturada (g) Saturated Fat (g)	15,88	2,2
G.Moninsaturada (g) Monounsaturated Fat (g)	40,13	5,6
G.Poliinsaturada (g) Polyunsaturated Fat(g)	43,99	6,2
Proteínas (g) Proteins (g)	0	0
Fibra (g) Fiber (g)	0	0
H. de Carbono (g) Carbohydrates (g)	0	0
Colesterol (mg) Cholesterol (mg)	1	0,14
Sodio (mg) Sodium (mg)	0	0
Acidez Máxima (% ac. Oleico) Maximum acidity(% Oleic acid)	3	



www.fontevita.cl

Almendra en Polvo Semidesgrasada

En el proceso de prensado en frío y al extraer el aceite, se obtiene un polvo con menos de la mitad de las calorías de la almendra. Especial para la elaboración de alimentos bajos en calorías. Producto altamente nutritivos con un elevado contenido en proteínas e hidratos de carbono y bajo en materia grasa (ver ficha técnica). Se destaca principalmente el alto contenido en aminoácidos esenciales como el ác. glutámico, ác. aspártico y arginina.

Por otro lado, su alto contenido en fibra ayuda la digestión de los demás alimentos facilitando y regulando el tránsito intestinal y evitando así el estreñimiento, es muy bien tolerado y tiene propiedades ligeramente laxantes.

Al ser un alimento de origen vegetal no contienen colesterol y es una fuente importante de minerales como calcio (necesario para formación y mantenimiento de huesos y dientes), magnesio, potasio, cobre, fósforo y zinc.

Por el alto contenido en calcio y proteínas de la almendra desgrasada, está especialmente recomendada como sustituto, para personas que no pueden consumir productos lácteos y para aquellas que no toleran la harina por presentar problemas con el gluten de trigo. (ver ficha técnica).

¿Cómo consumirla?

Al igual que la soya, la almendra desgrasada también puede ser usada como carne vegetal dada las características nutricionales anteriormente destacadas.

Esta se puede tomar en el desayuno espolvoreada en cereales, frutas, muesli, yogur y en un sinfín de alimentos.

Como base en preparación de salsas de acompañamiento de carnes y verduras. Utilizadas para la elaboración de productos de pastelería en tartas, galletas y otros, en preparados alimenticios como leche de almendras, helados y chocolate, entre otros.

En cosmética:

Es base para la preparación de máscaras nutritivas para la piel. Al igual, es excelente para la preparación de exfoliante natural si se mezcla con su aceite vegetal hasta que se obtenga una mezcla saturada en el aceite

Semi-defatted Powdered Almond

In the cold press extraction process, and when extracting the oil, it is obtained a powder with less than half of the calories of the almond. It is especial in the elaboration of foods with low calories. Highly nutritional, it is a product with a high content of proteins and carbohydrates, and with low fat (see technical sheet). It stands out mainly the high content of essential aminoacids such as glutamic acid, aspartic acid, and arginine.

On the other hand, its high fiber content helps to the digestion process of other food, facilitating and regulating the intestinal transit, avoiding therefore constipation. It is very well tolerated and it has slightly laxative properties.

Being a food of vegetal origin, it does not have cholesterol, and it is an important source of minerals such as calcium, (necessary for the formation and maintenance of bones and teeth), magnesium, potassium, copper, phosphorus and zinc.

For the high content of calcium and proteins of defatted almonds, it is specially recommended as a substitute for people who can not consume milky products, and for people who can not tolerate flour because they present problems with wheat gluten (see technical sheet).

How to consume it?

Like soy, defatted almond can also be used as vegetal meat, given its nutritional characteristics, previously emphasized. It can be taken in breakfast, powdered on cereals, fruits, muesli, yogurt, and many other meals; as a base in the preparation of sauces to accompany meats and vegetables. It can be used in the elaboration of pastry products, pies, cookies, and others; on nutritinal preparations such a almond milk, ice creams, and chocolate, among others.

In cosmetics:

It is used as a base for preparation of nutritious masks for skin. Likewise, it is excellent for the preparation of a natural exfoliant when mixed with its vegetable oil, until an oil-saturated mixture is obtained.



Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS PROXIMAL	METHODS	(gr/100gr muestra)
	AOAC(950.46) (960.39)	
Calorías (Kcal/100 gr)		353,41
Humedad		7,86
Hidrato de Carbono		38,08
Grasas		6,05
Proteínas		36,66
Fibras		5,67
Minerales		5,68
Perfil de azúcares		(gr/100gr muestra)
Sacarosa (Sucrose)		8,76
Glucosa (Glucosa dextrose)		0,23
Fructosa (Fructose)		0
Lactosa (lactose)		0
Maltosa (Maltose)		2,69
Perfil de amino ácidos		(gr/100gr muestra)
Tryptophan		0,32
Threonine		1,13
Isoleucine		1,15
Leucine		2,45
Lysine		1,00
Methionine		0,31
Cystine		0,47
Phenylalanine		1,92
Tyrosine		0,88
Valine		1,33
Arginine		4,11
Histidine		0,99
Alanine		1,67
Aspartic acid		4,56
Glutamic acid		8,62
Glycine		2,45
Proline		1,61
Serine		1,68
Perfil minerales (mg)		(mg/100gr muestra)
Cooper, Cu		1110
Manganese, Mn		2535
Calcium, Ca		248
Magnesium, Mg		275
Phosphorus, P		474
Potassium, K		728
Zinc, Zn		3,36
Sodium, Na		1

Almendra en Polvo Semidesgrasada

Semi-defatted Powdered Almond

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: ½ taza (55 g) 1 Portion: ½ cup (55 g)		
Porciones por envase: 9 Aprox. Portions by container: 9 App.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 grams	353.41	194.37
G.Total (g) G.Total (g)	6.05	3.33
Hidratos de Carbono (g) Carbohydrates (g)	38.08	20.94
Fibra Fiber	5.67	3.12
Proteínas Proteins	36.66	20.16
Ceniza Ashen	5.68	3.12
Humedad Humidity	7.86	4.32



www.fontevita.cl

Avellana chilena en polvo semidesgrasada

Al extraer el aceite por prensado en frío, se obtiene el polvo de la semilla desgrasada, permitiendo conservar en perfecto estado las propiedades naturales del fruto de este árbol, otorgando un alto valor nutricional, rico en proteínas e hidratos de carbono y bajo en materia grasa y contenido calórico.

Está elaborada con avellanas seleccionadas, producto de la recolección de muchas familias mapuches dedicadas a esta labor como sustento familiar.

Su alto contenido en fibra lo hace un alimento interesante por facilitar y regular el tránsito intestinal, evitando así el estreñimiento y previniendo enfermedades cardiovasculares.

Este alimento no contiene colesterol y es una fuente importante de minerales como calcio (necesario para formación y mantenimiento de huesos y dientes), magnesio, potasio, cobre, fósforo y zinc.

Está especialmente recomendada para personas que no consumen productos lácteos, como reemplazo por el alto contenido en calcio y proteínas de la avellana desgrasada y para personas afectadas por el gluten de trigo como reemplazo de la harina. (Ver ficha técnica).

¿Cómo consumirla?

Al igual que la soya, la avellana desgrasada dada las características nutricionales anteriormente destacadas, también puede ser usada como carne vegetal.

Esta se puede tomar en el desayuno acompañando cereales, frutas, muesli y yogur. Puede ser empleada también en preparación de salsas y apanados.

Utilizada para la elaboración de productos de pastelería en tartas, y en preparados alimenticios como helados y chocolate, entre otros.

Semi-defatted powdered chilean hazelnut

By extracting oil through a cold press extraction, it is obtained the powder of the defatted seed, allowing to preserve in perfect state the natural properties of the fruit of this tree, giving a high nutritional level, rich in proteins and carbohydrates, and with low fat and caloric content.

It is elaborated with selected hazelnuts, product of the harvest of many Mapuche families dedicated to this labor as a family means of support.

Its high content of fiber makes it an interesting food, for facilitating and regulating intestinal transit, avoiding constipation, and preventing cardiovascular diseases.

This food does not contain cholesterol, and it is an important source of minerals such as calcium (necessary for the formation and maintenance of bones and teeth), magnesium, potassium, copper, phosphorus, and zinc.

It is especially recommended for people who do not consume milky products as a replacement for its high content of calcium and proteins of defatted hazelnut, and for people affected by the gluten of wheat, as a replacement of flour (see technical sheet).

How to consume it?

Like soy, defatted hazelnut can also be used as a vegetal meat, given the nutritional characteristics previously distinguished.

This powdered semi-defatted Chilean hazelnut can be taken in breakfast, accompanied by cereals, fruits, muesli and yogurt.

It can be used in the preparation of sauces and coated preparations. Used in the elaboration of pastry products, pies, and nutritious preparations such as icecreams and chocolates, among others



www.fontevita.cl

Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS PROXIMAL	METHODS	(gr/100gr muestra)
	AOAC(950.46) (960.39)	
Calorías (Kcal/100 gr)		378,52
Humedad		5,82
Hidrato de Carbono		51,36
Grasas		10,76
Proteínas		19,06
Fibras		7,99
Minerales		5,01
Perfil de azúcares		(gr/100gr muestra)
Sacarosa (Sucrose)		
Glucosa (Glucosa dextrose)		
Fructosa (Fructose)		
Lactosa (lactose)		
Maltosa (Maltose)		
Perfil de amino ácidos		(gr/100gr muestra)
Tryptophan		
Threonine		
Isoleucine		
Leucine		
Lysine		
Methionine		
Cystine		
Phenylalanine		
Tyrosine		
Valine		
Arginine		
Histidine		
Alanine		
Aspartic acid		
Glutamic acid		
Glycine		
Proline		
Serine		
Perfil minerales (mg)		
Cooper, Cu		
Manganese, Mn		
Calcium, Ca		
Magnesium, Mg		
Phosphorus, P		
Potassium, K		
Zinc, Zn		
Sodium, Na		

Avellana Chilena en Polvo Semidesgrasada

Semi-defatted Powdered Chilean Hazelnut

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: ½ taza (55 g) 1 Portion: ½ cup (55 g)		
Porciones por envase: 9 Aprox. Portions by container: 9 App.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gramos	378.52	208.19
G.Total (g) G.Total (g)	10.76	5.92
Hidratos de Carbono (g) Carbohydrates (g)	51.36	28.25
Fibra Fiber	7.99	4.39
Proteínas Proteinas	19.06	10.48
Ceniza Ashen	5.01	2.75
Humedad Humidity	5.82	3.20



www.fontevita.cl

Linaza en polvo semidesgrasada

Esta semilla en polvo, obtenida durante el proceso de prensado en frío, conserva todas las propiedades de la linaza, baja en materia grasa y contenido calórico; altamente proteica, y rica en aminoácidos esenciales (que el cuerpo humano no produce), de composición similar a la proteína de soya considerada como la proteína vegetal más nutritiva, no contiene colesterol. Es probable que las semillas enteras pasen a través del tracto gastrointestinal sin ser digeridas debido a que la cubierta elástica, por lo tanto, resulta de gran importancia consumir las semillas molidas a fin de asegurar la digestión de los nutrientes que se encuentran en su interior.

El polvo de linaza es rico en fibra insoluble que no es digerida ni absorbida por el intestino delgado por lo que pasa relativamente intacta al intestino grueso, mejorando los problemas de estreñimiento. Las mayores fracciones de fibra en la linaza están constituidas por celulosa, mucilagos y lignina.

La linaza entera o como polvo desgrasado es una de las fuentes vegetales más ricas en lignina; sustancia relacionada con el lignano, un fitoestrógeno que actuaría a nivel del sistema hormonal femenino con un aparente potencial anti-cáncer y anti-oxidante (ver ficha técnica).

La linaza entera o como polvo semi desgrasado, al igual que otras oleaginosas, no contiene gluten (proteína que se encuentra en el trigo, la avena, la cebada y el centeno) por lo que las personas que son sensibles al gluten pueden disfrutar de la linaza desgrasada en su dieta que además es baja en sodio.

¿Cómo consumirla?

Al igual que la soya, la linaza desgrasada también puede ser usada como carne vegetal dada las características nutricionales anteriormente destacadas.

Esta se puede tomar en el desayuno espolvoreada en cereales, frutas, muesli, yogur y en un sinfín de alimentos.

Utilizadas para la elaboración de productos de pastelería en galletas y otros.

En cosmética:

Es base para la preparación de máscaras nutritivas para la piel. Al igual, es excelente para la preparación de exfoliante natural si se mezcla con su aceite vegetal hasta que se obtenga una mezcla saturada en el aceite.

Semi-defatted powdered linseed

This powdered linseed, obtained during the cold press extraction process, preserves all properties of linseed, with low content of fat and low calories; highly proteic, and rich in essential aminoacids (that human body does not produce), of similar composition to soy protein, it is considered as the most nutritious vegetable protein. It does not have cholesterol. It is very provable that whole seeds pass through gastrointestinal tract without being digested, because the elastic cover of linseed resists the action of digestive enzymes.

Therefore, it turns out to be of great importance to consume grinded seeds in order to assure the digestion of the nutrients within seed.

Powdered linseed is rich in non-soluble fiber, which is not digested nor absorbed by the thin intestine, so it passes relatively intact to heavy intestine, improving the constipation problems.

The biggest fractions of linseed fiber are constituted by cellulose, mucilages, and lignine.

The whole linseed, or as defatted powder is one of the richest vegetal sources of lignine; substance related to lignane, a phytoestrogen that would act at feminine hormonal system level with an apparent anticancer and antioxidant potential (see technical sheet).

The whole linseed, or as semi-defatted powder, like other oleaginous, does not contain gluten (protein found in wheat, oat, barley, and rye). For this reason, people who are sensitive to gluten can enjoy defatted linseed in their diet, which in addition, is low in sodium.

How to consume it?

Like soy, defatted linseed can also be used as a vegetal meat, given its nutritional characteristics, previously emphasized.

Powdered semi-fatted linseed can be taken in breakfast, powdered on cereals, fruits, muesli and yogurt, and in a lot of meals. It is used in the elaboration of pastry products, cookies, among others.

In cosmetics:

It is used as a base for the preparation of nutritious masks for skin. Likewise, it is excellent for preparing a natural exfoliant when mixed with its vegetable oil, until an oil-saturated mixture is obtained.



Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS PROXIMAL	METHODS	(gr/100gr muestra)
	AOAC(950.46) (960.39)	
Calorías (Kcal/100 gr)		
Humedad		11,54
Hidrato de Carbono		45,45
Grasas		6,033
Proteínas		23,34
Fibras		9,26
Minerales		4,38
Perfil de azúcares		(gr/100gr muestra)
Sacarosa (Sucrose)		
Glucosa (Glucosa dextrose)		
Fructosa (Fructose)		
Lactosa (lactose)		
Maltosa (Maltose)		
Perfil de amino ácidos		(gr/100gr muestra)
Tryptophan		0,42
Threonine		0,86
Isoleucine		0,93
Leucine		1,38
Lysine		0,91
Methionine		0,33
Cystine		0,26
Phenylalanine		1,10
Tyrosine		0,54
Valine		1,10
Arginine		2,19
Histidine		0,54
Alanine		1,05
Aspartic acid		2,26
Glutamic acid		4,60
Glycine		1,35
Proline		0,82
Serine		1,07
Perfil minerales (mg)		(mg/100gr muestra)
Cooper, Cu		1000
Manganese, Mn		3000
Calcium, Ca		236
Magnesium, Mg		431
Phosphorus, P		622
Potassium, K		831
Zinc, Zn		4
Sodium, Na		27

Linaza en Polvo Semidesgrasada

Semi-defatted Powdered Linseed

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: ½ taza (55 g) 1 Portion: ½ cup (55 g)		
Porciones por envase: 9 Aprox. Portions by container: 9 App.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gramos	329.43	181.19
G.Total (g) G.Total (g)	6.03	3.32
Hidratos de Carbono (g) Carbohydrates (g)	45.45	25.00
Fibra Fiber	9.26	5.09
Proteínas Proteínas	23.34	12.84
Ceniza Ashen	4.38	2.41
Humedad Humidity	11.54	6.35



www.fontevita.cl

Sésamo en Polvo Semidesgrasado

La semilla en polvo desgrasada de sésamo se obtiene de la torta de extracción de su aceite mediante prensado en frío, proceso que mantiene intacto todos los componentes nutritivos del sésamo.

Es muy especial y sano por su alto valor nutricional rico en proteínas e hidratos de carbono y baja en materia grasa y aporte calórico (ver ficha técnica).

Además, por su gran contenido en fibra, es un alimento que facilita y regula el tránsito intestinal, previniendo el estreñimiento y las enfermedades cardiovasculares.

Al ser un alimento de origen vegetal no contienen colesterol y es una fuente importante de minerales como calcio (formación y mantenimiento de huesos y dientes), magnesio, potasio, cobre, fósforo y zinc. Es de gran utilidad como alimento de reemplazo para personas que no pueden consumir productos derivados de la leche y/o de la harina por presentar intolerancia al gluten.

¿Cómo consumirla?

Al igual que las anteriores semillas en polvo, el sésamo desgrasado también puede ser usado como carne vegetal dada las características nutricionales anteriormente destacadas.

Se puede tomar en el desayuno acompañando cereales, frutas, muesli y yogur. Empleado también en preparación de salsas y apanados. Utilizados para la elaboración de productos de panaderías y en preparados alimenticios como aderezos para ensaladas, etc.

En cosmética

Es base para la preparación de máscaras nutritivas para la piel

Al igual, es excelente para la preparación de exfoliante natural si se mezcla con su aceite vegetal hasta que se obtenga una mezcla saturada en el aceite.

Semi-Defatted Powdered Sesame

Powdered defatted sesame seed it is obtained from the extraction of its oil through a cold press extraction process, which keeps intact all nutritious components of sesame.

It is very special and healthy because of its high nutritional value, rich in proteins and carbohydrates, and its low fat and calories (see technical sheet).

In addition, for its high content of fiber, it is a food that facilitates and regulates the intestinal transit, preventing constipation and cardiovascular diseases.

Being a food of vegetal origin, it does not contain cholesterol, and it is an important source of minerals such as calcium, (formation and maintenance of bones and teeth), magnesium, potassium, copper, phosphorus, and zinc.

It is very helpful as a replacement food for people who can not consume milky products, and/or flour because of the intolerance to gluten.

How to consume it?

Like powdered seeds mentioned before, defatted sesame can also be used as a vegetal meat, given its nutritional characteristics previously emphasized.

It can be taken in breakfast with cereals, fruits, muesli, and yogurt. It is also used in the preparation of sauces and coated meals. It is used in elaboration of bakery products, and in food preparations such as salad dressings, etc.

In cosmetics:

It is used as a base for the preparation of nutritious mask for skin.

Likewise, it is excellent for preparing a natural exfoliant when mixed with its vegetable oil, until an oil-saturated mixture is obtained.



Ficha técnica / Specification sheet

ANALYSIS PROXIMAL	METHODS	(gr/100gr muestra)
	AOAC(950.46) (960.39)	
Calorías (Kcal/100 gr)		
Humedad		6,11
Hidrato de Carbono		40,77
Grasas		9,8
Proteínas		31,7
Fibras		8,12
Minerales		3,5
Perfil de azúcares		(gr/100gr muestra)
Sacarosa (Sucrose)		
Glucosa (Glucosa dextrose)		
Fructosa (Fructose)		
Lactosa (lactose)		
Maltosa (Maltose)		
Perfil de amino ácidos		(gr/100gr muestra)
Tryptophan		
Threonine		
Isoleucine		
Leucine		
Lysine		
Methionine		
Cystine		
Phenylalanine		
Tyrosine		
Valine		
Arginine		
Histidine		
Alanine		
Aspartic acid		
Glutamic acid		
Glycine		
Proline		
Serine		
Perfil minerales (mg)		(mg/100gr muestra)
Cooper, Cu		
Manganese, Mn		
Calcium, Ca		
Magnesium, Mg		
Phosphorus, P		
Potassium, K		
Zinc, Zn		
Sodium, Na		

Sésamo en Polvo Semidesgrasado

Semi-Defatted Powdered Sesame

INFORMACION NUTRICIONAL NUTRITIONAL FACTS

1 Porción: ½ taza (55 g) 1 Portion: ½ cup (55 g)		
Porciones por envase: 9 Aprox. Portions by container: 9 App.	100 Grs.	1 Porción 1 Portion
Kcal./100 gramos Kcal./100 gramos	362.43	199.34
G.Total (g) G.Total (g)	9.8	5.39
Hidratos de Carbono (g) Carbohydrates (g)	40.77	22.42
Fibra Fiber	8.12	4.47
Proteínas Proteinas	31.70	17.43
Ceniza Ashen	3.50	1.92
Humedad Humidity	6.11	3.36



Polvo de Semillas

BAJO EN GRASA • ALTO EN PROTEÍNAS Y FIBRAS

Su consumo permite cumplir la doble función:
ayudar a prevenir y combatir enfermedades y
obtener una sana alimentación.

Beneficios:

- ✓ Facilitan y regulan el tránsito intestinal evitando el estreñimiento.
- ✓ Reducen el colesterol plasmático y triglicéridos.
- ✓ Excelentes en la prevención y tratamiento de la obesidad.
- ✓ Previenen las enfermedades cardiovasculares.
- ✓ Ayudan a controlar la glicemia en personas con diabetes.
- ✓ Ideal para personas celíacas ya que no contienen gluten.

Modos de uso:

Para ser espolvoreada sobre cereales, yogurt, frutas y ensaladas.

En la elaboración de cualquier alimento hecho en base a harina :
masas, pastas en general y repostería.

Como base en la elaboración de diversas salsas, apanado de carnes, guisos
y en la elaboración de exquisitas recetas formuladas por mentes creativas.



www.fontevita.cl

Una nueva forma de alimentación



Aceites de Semillas

Con Omega 3, 6 y 9

Aceites funcionales que permiten una sana alimentación y prevención de diversas enfermedades.

Beneficios:

- ✓ Digestivos y bien tolerados con propiedades laxantes.
- ✓ Protectores de la mucosa del estómago.
- ✓ Alto contenido en vitamina E que tiene acción antioxidante.
- ✓ Previenen enfermedades coronarias.
- ✓ Reducen el colesterol plasmático y triglicéridos.

Modos de uso:

Por su delicado sabor pueden usarse en alimentos fríos o calientes, crudos o cocidos, dulces o salados. Son excelentes aceites para ser utilizados en ensaladas, carpaccios, preparación de carnes blancas y rojas, verduras salteadas, vinagretas y aliños en general



Una nueva forma de limpiar su piel



Exfoliante de Semillas

Obtenido a partir de la mezcla de varias semillas.
Su granulometría permite una exfoliación suave y profunda.

Beneficios:

- ✓ Muy apropiado para eliminar de la piel células muertas y otros contaminantes.
- ✓ Después de su aplicación la piel queda limpia, tersa, suave y brillante.
- ✓ En el cabello, previo a su lavado, limpia todos los residuos que no saca su shampoo habitual dejando su

Modos de uso:

Aplique el exfoliante sobre su piel con movimientos circulares durante un tiempo.
Luego lave con agua tibia o fría sin adicionar ningún tipo de jabón.

Exfoliante de Semillas en aceite

Aplíquelo directamente
a la piel.



Exfoliante de Semillas sin aceite

Mézclolo con su crema
de limpieza habitual



Una nueva forma de cuidar su piel



Aceites de Semillas

Con Omega 3, 6 y 9

Beneficios:

- ✓ En aplicación directa otorga elasticidad y frescura a la piel.
- ✓ Retarda el envejecimiento prematuro de la piel por su alto contenido de vitamina E, que actúa como antioxidante.
- ✓ Su aplicación es excelente para tratar cabellos con sequedad y uñas quebradizas
- ✓ Protege su piel y cabellos nutriéndolos y revitalizándolos
- ✓ Muy agradable y relajador como base de masajes.

Modos de uso:

Vierta unas gotas de este aceite sobre el sector de su piel que desea tratar y con movimientos circulares haga un masaje profundo.

En cabello seco y sensible, haga un masaje con este aceite la noche previa a su lavado, deje reposar durante la noche para que penetre y nutra.



Más salud...



FONTEVITA
Semilla de Vida

más sabor

más información en:
www.fontevita.cl

Usos y Beneficios de los aceites Fontevita

Nuestros aceites se distinguen por su sabor frutoso y delicado aroma, de color amarillo claro transparente y sabor muy agradable. Cocinar con ellos es un placer: pueden ser usado tanto como aliño como en la preparación de verduras, pescados, carnes y también en repostería. En alimentos fríos como sorbets de fruta, aderezos para ensaladas y vinagretas.

Libres de colesterol y ricos en materia grasa poliinsaturada con omega 3, omega 6 y omega 9, nuestros aceites son especiales en la protección de enfermedades cardiovasculares reduciendo los niveles de colesterol y triglicéridos en la sangre.

Son un excelente antioxidante natural, además contribuyen a reducir el riesgo de diferentes tipos de cánceres y de tener excelentes propiedades para el cuidado de la piel.

Usos y Beneficios de las semillas en polvo desgrasada Fontevita:

Bajos en materia grasa, elevado contenido proteico y ricos en fibra, convierten a estas semillas en polvo en un excelente alimento nutritivo y digestivo, usados en la elaboración de alimentos especiales, proteínicos y fortificados. Ideal para alimentos dietarios que ayudan a mantenerse esbelto y con energía.

Se usan espolvoreadas en todo tipo de alimentos, en especial al desayuno acompañados de frutas y lácteos, como base en repostería, en base de salsas, de apanados, preparación de panes especiales, barras de colación para infantes y escolares, alimentos para deportistas y en un sin fin de formulaciones alimenticias ideadas por mentes creativas.

Su alto contenido en fibra mayoritariamente insoluble las hace beneficiosas ya que facilitan y regulan el tránsito intestinal lo que evita el estreñimiento. Por otra parte, la ingesta de fibra de tipo soluble también presentes produce una reducción del colesterol plasmático, mejora el control de la glicemia y son útiles en la prevención y el tratamiento de la obesidad.

Concón - Chile

• www.fontevita.cl



Nutra Andes Ltda.
Natural Foods & Cosmetics
Seed Oils & Flours

Cecilia D'Amico Scarinci

Biochemical Engineer
Executive Manager

Concón - Chile

• www.fontevita.cl