

saturadas puede aumentar los niveles de colesterol en la sangre, lo cual lleva al endurecimiento de las arterias y a otros problemas para la salud. Entre los aceites de cocina, el aceite de semilla de uva tiene uno de los más bajos niveles de grasas saturadas: apenas 5%. El reemplazar su aceite de cocina o para ensaladas habitual por el aceite de semilla de uva es una manera sencilla de reducir la cantidad de grasas saturadas en su dieta.

La investigación ha demostrado que el aceite de semilla de uva puede reducir considerablemente el riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares. Este aceite tiene la capacidad de aumentar su nivel de HDL (el colesterol "bueno"), a la vez de reducir los niveles de LDL (el colesterol "malo") y los triglicéridos (ácidos grasos,

que son perjudiciales en cantidad excesiva). Se ha comprobado que estos dos efectos contribuyen a prevenir problemas cardíacos, especialmente la aterosclerosis (el ensanchamiento y la obstaculización de las arterias). Se ha comprobado, asimismo, que el aumento del HDL reduce el riesgo de impotencia.

El aceite de semilla de uva contiene proantrocianidinas. Algunos estudios realizados recientemente indican que las proantrocianidinas son excelentes antioxidantes que protegen los tejidos contra una variedad de lesiones por oxidación.



Otros usos y beneficios

El aceite de semilla de uva se utiliza ampliamente en la industria de los cosméticos por sus agradables propiedades emolientes, así como por su compatibilidad con lociones.

Sus efectos calmantes y curativos para la piel han sido apreciados durante generaciones. Se lo utiliza ampliamente para acondicionar y peinar el cabello ya que, además de impartir un magnífico aspecto sedoso, mejora el crecimiento del cabello.

Fuente: Alternative medicine.

Estas declaraciones no han sido evaluadas por la "Food and Drug Administration". Toda es para su información personal solamente, y no es un sustituto para el consejo o el tratamiento médico para las condiciones médicas específicas. Refiera por favor a su doctor para el consejo médico.

Imported by:
Sadaf Foods

Los Angeles, California 90058

For Mediterranean Recipes Visit:
www.sadaf.com

Sadaf es una marca registrada de Soofer Co., Inc.

El aceite de semilla de uva se ha utilizado en Europa durante más de 100 años por sus beneficios para la salud y su formidable sabor.

Sadaf®

Aceite de Semilla de Uva

El aceite más saludable del mundo...

Desde Italia



Spanish



Aceite de semilla de colza Sadaf, en envases de 2 litros, 1 litro y 1/2 litro (el envase de 3 litros no se muestra)





Aceite de semilla de uva

Si bien no es muy conocido en los Estados Unidos, el aceite de semilla de uva se utiliza desde hace cientos de años en las cocinas europeas, donde su ligero sabor a nuez y su mayor temperatura de cocción lo han tornado más valioso que otros aceites.

El aceite de semilla de uva es elaborado con las semillas de la uva una vez que se ha extraído el jugo para producir vino. Este aceite es ideal para cocinar, freír, hornear y también como aderezo de ensaladas. Sus saludables cualidades vienen apreciándose desde hace más de cien años.



Aceite de semilla de uva Sadaf®

El aceite de semilla de uva Sadaf® es 100% natural y no contiene conservantes. A diferencia de otros aceites de cocina, el aceite Sadaf® no echa humo, ni se quema o salpica.



Tanto como aderezo de ensaladas, como en comidas horneadas, asadas a la parrilla o fritas, el aceite de semilla de uva Sadaf® retiene el sabor original de los alimentos. Este aceite no deja ningún sabor después de comer, permitiendo así disfrutar del pleno sabor del plato.



El aceite de semilla de uva, una magnífica alternativa gastronómica para el aceite de oliva, sirve para realzar el sabor natural de las comidas y revela un sutil y agradable gusto similar a la manteca. Es uno de los aceites de cocina más estables que se conocen.

La temperatura de cocción recomendada para el aceite de semilla de uva es 360 °F, pero el punto al cual emana humo es superior al de todo los aceites, 485 °F. Esto significa que puede utilizarse para cocinar a

alta temperatura, como al saltar o freír, sin que el aceite se queme o eche humo. Como dato de comparación, el aceite de oliva echa humo a 250 °F, el de canola a 400 °F, y el de sésamo a 410 °F. Con el aceite de



semilla de uva, es posible cocinar algo y, sorprendentemente, comenzar a preparar otro plato en el mismo aceite sin que se produzca ningún deterioro o "sabor raro".

"No sólo es saludable, sino también delicioso, con un ligero sabor a nuez que destaca el sabor de la comida", informa la revista Fancy Food. El aceite de semilla de uva es sabroso, pero carece de la pesadez de otros aceites y es así que no satura los alimentos y tampoco deja un gusto grasoso

después de comer. Estas cualidades convierten a este aceite en un excelente acompañante para las ensaladas o para el pan.

El aceite de semilla de uva conserva su frescura sin refrigeración, debido al alto nivel de vitamina E que posee naturalmente. Sin embargo, si es refrigerado, no se opaca como los demás aceites.



Beneficios para la salud

El uso de aceite de semilla de uva en su cocina ofrece dos nutrientes clave de su dieta: vitamina E y ácido linoleico. Este aceite tiene una alta concentración (60-120 mg por 100 g de aceite) de la antioxidante vitamina E. También es una fuente de alta concentración (76%) de ácido linoleico, que debe obtenerse por medio de la dieta. Es necesario para la producción de prostaglandinas, sustancias del organismo similares a hormonas que contribuyen a reducir la acumulación (coagulación sanguínea) y la inflamación.

Además, el aceite de semilla de uva no tiene contenido natural de colesterol. El hecho de reducir la ingesta de grasas saturadas contribuye a reducir el riesgo de desarrollar problemas cardíacos y circulatorios. Una dieta con alto contenido de grasas

La American Heart Association (Asociación Americana para el Corazón) sostiene que reducir los niveles de colesterol en la sangre y aumentar la proporción de colesterol HDL respecto del LDL representan dos importantes maneras de reducir el riesgo de sufrir enfermedades cardíacas.