



## CHÍA ORGÁNICA (Blanca, Negra)

### DESCRIPCIÓN

La Chía, también conocida como Salvia Hispánica, data de tiempos prehispánicos, siendo originaria de México y América Central. Dada su importancia para los habitantes de la región de México en la antigüedad, la Chía fue el tercer alimento más importante, superado en popularidad sólo por el maíz y los frijoles.

Gracias a su alto contenido de fibra soluble, los granos de Chía facilitan el tránsito intestinal actuando como un laxante natural. También posee ciertas propiedades como protector de enfermedades tales como la diverticulosis, la constipación y en última instancia, el cáncer de colon.

Los granos de Chía contienen la siguiente composición nutricional: 20% de proteína vegetal, 25% fibra soluble y 30% aceite, entre otros nutrientes. En caso del aceite, 64% está conformado por ácidos grasos esenciales Omega 3 y Omega 6, ambos encargados de ayudar a mejorar nuestro metabolismo, y al mismo tiempo mantener los límites de nuestro colesterol y triglicéridos, lo cual resulta en un efecto cardio-protector. También, los granos de Chía son ricos en vitaminas B, fósforo, calcio, potasio, cobre, manganeso y zinc, conteniendo cantidades mínimas de sodio.

### PROCESO

- Cosecha mecánica
- Pre-limpieza
- Mesas densimétricas
- Almacenaje en cámaras frías

## BENEFICIOS

- Los granos de Chía son una importante fuente natural de Omega 3, cuyo efecto más importante es incrementar el nivel de colesterol bueno (Lipoproteínas de densidad alta o HDL) y reducir el colesterol malo (Lipoproteínas de baja densidad o LDL)
- Previene la formación de coágulos y placas en las arterias, evitando así enfermedades cardiovasculares.
- No contiene gluten, por lo cual es una excelente alternativa para los celíacos.
- Es altamente recomendado para los vegetarianos por su completo contenido de proteínas, proporcionando todos los aminoácidos esenciales.

## USOS

La Chía y sus productos derivados ofrecen una amplia gama de usos:

- Alimento: Remojado en agua, leche o yogurt para obtener un gel nutracéutico; en ensaladas de frutas, en la preparación de muffings, pasteles, galletas o pan; en barras energéticas, en platos gourmet y más.
- Nutracéutico (Suplementos dietéticos): Barras energéticas, geles energéticos, suplementos alimenticios en polvo.
- Cosmética: En cremas hidratantes corporales y faciales.

## CERTIFICACIÓN

Certificación orgánica CERES.

## ESPECIFICACIONES

Características Físicas	
Nombre de la variedad	Grano de Chía Orgánica
Color	Blanco, Negro
Apariencia	Grano pequeño ovalado
Color del grano	Jaspeado con color café, gris, negro y blanco
Sabor	Característico del producto

## TABLA NUTRICIONAL

### Composición Nutricional

Parámetro	Unidad	Valor
Proteínas	g/100g	21.1
Lípidos	g/100g	30-34
Fibra	g/100g	33-37
Calcio	mg/100g	714
Hierro	mg/kg	16
Sodio	mg/100g	0.2
Potasio	mg/100g	667
Carbohidratos	g/100g	0.9
Energía (Kcal)	KJ/100g	372
Magnesio	mg/100g	g325
Zinc	mg/100g	g4.5
Fósforo	mg/100g	g751
Grasas Totales	g/100g	31.5
Saturado	g/100g	3
Grasas trans	g/100g	0
<b>Antioxidantes</b>		
Omega 3	g/100g	19-21
Omega 6	g/100g	6-8.

## ASPECTOS GENERALES

Parámetros Máximos Permitidos	
ESPECIFICACIÓN	Organic Chia Seed
Variedad en contraste	< 0.01%
Tamaño	1,5 mm (> 85%)
Granos atípicos	< 0.5%
Material extraño	< 0.01%



## CARACTERÍSTICAS MICROBIOLÓGICAS

Recuento Total de Microorganismos	Resultados UFC/gr	Parámetros UFC o NMP/gr	
Aerobias Mesófilas	0	1.000.000	1,0,E+06
Coliformes Totales	0	1.000	1,0,E+03
Coliformes	0	1000	1,0,E+03
E. Coli	0	1.000	1,0,E+03
Staphylococcus Aureus	0	10000	1,0,E+04
Salmonella en 25 gr.	Ausencia	Ausencia	Ausencia
Mohos y Levaduras	0	1.000	1,0,E+03
Residuos de Pesticidas	Ausencia	Ausencia	Ausencia

### VIDA ÚTIL

24 meses en buenas condiciones de almacenaje.

### CONDICIONES DE ALMACENAJE

A 19 °C (Temp. Max.) con -50% de humedad.

### EMPAQUE PRIMARIO

Bolsas de polipropileno de 25 Kg.