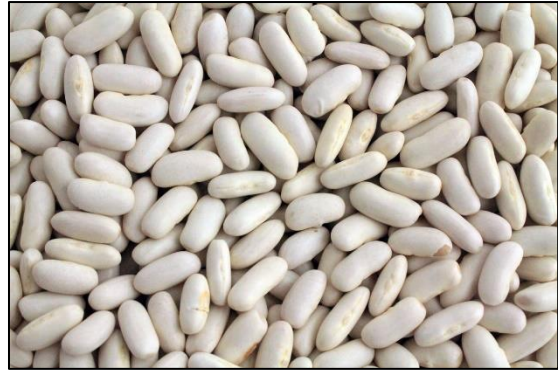


## FRIJOL ALUBIA

### DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

**Phaseolus vulgaris** o frijol, habichuela, poroto, judía y alubia. Es una leguminosa de grano, muy cultivado debido a que su semilla tiene un alto contenido de proteínas (23%), alto índice de carbohidratos, vitaminas y minerales como el hierro y zinc.

Es una planta herbácea anual, erecta o trepadora, de tallo pubescente. Las flores se disponen en racimos usualmente axilares, más cortos que las hojas, puede ser blanca, amarilla, violácea o roja. Fruto legumbre lineal-oblonga de unos 10-15 por 1-1,5 cm, algo curvada e hinchada, glabra, picuda y con cuatro a diez semillas oblongas arriñonadas de muy diversos colores y tamaños.



### PROCESO

- Cosecha mecánica
- Pre – limpieza
- Clasificación por tamaño
- Tablas densimétricas
- Almacenado de cámara en frío

### BENEFICIOS

- Ayuda a la Memoria y Cognición
- Mejora la Salud del corazón
- Prevención de la Diabetes
- Ayuda con los Problemas digestivos
- Promueve la Actividad antioxidante

### USOS

- Cocina tradicional
- Harina para mezclas a suplementos, panificadoras.

## COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Ingredientes	Cantidad	Valor
Carbohidratos	61.5	g.
Fibra Alimentaria	4.3	g.
Grasas	1.8	g.
Grasas Saturadas	0.12	g.
Monoinsaturadas	0.06	g.
Poliinsaturadas	0.18	g.
Proteinas	21.3	g.
Agua	7.9	g.
Vitamina A	1.9	µg.
Vitamina B1	0.62	Mg.
Vitamina B2	0.14	Mg.
Vitamina B3	1.7	Mg.
Vitamina B6	0.4	Mg.
Vitamina B9	394	µg.
Calcio	228	Mg.
Magnesio	140	Mg.
Fósforo	407	Mg.
Potasio	1406	Mg.
Sodio	24	Mg.
Zinc	2.79	Mg.

### TIEMPO DE VIDA DEL PRODUCTO

24 meses en buenas condiciones de almacenamiento.

### CONDICION DE ALMACENAMIENTO

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

### EMPAQUETADO

Bolsas de propileno of 25 kg.