



GOT foods
Export | Import & drinks





Piña Aérea



Tiene forma ovalada, una corona y también una piel muy rugosa de color verdosa que se va volviendo amarilla y marrón a medida que la piña va madurando y desprende un agradable olor dulzón cuando ya está lista para comer. Por dentro tiene una carne amarilla muy dulce y jugosa.

Calibres piñas : 12 - 14

Cajas neto: 12 kg.

Duración mínima refrigerada: 2 semanas

Temperatura de refrigeración: 7° - 9°

Grado Brix 15°

Piña y su valor nutricional

La piña, con su elevado contenido de agua, y bien madurada, aporta alrededor del 11 g/100 g de hidratos de carbono. En cuanto a los minerales, destacan en cantidad el potasio, magnesio, cobre y manganeso. Las vitaminas más abundantes de la piña son la vitamina C y, en menor cantidad, la tiamina o B1 y la B6 o piridoxina. Es ligeramente laxante y normaliza las funciones intestinales, además de activar las funciones pancreáticas.

Piña y la salud

Uno de los principales beneficios que se atribuye a esta fruta es el hecho de ser diurética, es decir, ayuda a eliminar agua del cuerpo y evita la retención de líquidos. De esta forma, se recomienda para dietas de adelgazamiento, así como en casos de ácido úrico, gota, artritis, etc. La vitamina C es uno de los nutrientes más presentes en la piña (unos 20 mg por cada 100 gr de fruta consumida). Esta vitamina tienen un gran poder antioxidante que protege nuestro organismo contra el envejecimiento de las células y refuerza el sistema inmunitario. Asimismo, el gran aporte de vitamina C también ayuda a la absorción del hierro en el intestino, neutraliza las toxinas de la sangre y toma parte en la cicatrización de las heridas. La piña favorece la circulación gracias a la bromelina que disuelve los coágulos que puedan formarse. Por este hecho, se recomienda la piña a las personas con problemas circulatorios como la trombosis. Otra aportación de la piña es la fibra, que produce efectos beneficiosos como la regulación del tráfico intestinal y el hecho de contribuir a regular los índices de colesterol. De la misma forma, tiene gran poder laxante que puede ayudar en casos de estreñimiento.

Piña en la cocina

Además de resultar espectacular en cualquier frutero, la piña se puede degustar como tentempié o saludable golosina, y da un sabroso toque a ensaladas o coloridos platos de frutas. Sin embargo, su original textura y su sabor, entre dulce y ácido, la convierten en un ingrediente muy versátil en la cocina. Tanto puede servir para preparar recetas dulces y postres como emplearse en un sinfín de platillos salados.

Origen: Republica Dominicana
Temporada: Todo el año





Web: gotifruits.com
email: info@gotifruits.com

T: (+34) 717 706 917
Spain

