

CASTAÑA AMAZÓNICA o “Brazil Nuts”

La castaña amazónica es el fruto del árbol de la castaña que se encuentra en forma natural y silvestre solamente en los bosques amazónicos de Bolivia, Brasil, Perú, Guayana y Colombia. Sin embargo, solamente en los tres primeros países se encuentra la castaña de forma comercial.

La castaña boliviana se la conoce internacionalmente como castaña del brasil.



www.bolivianland.net



Vitaminas y colesterol

- Vitamina A - 850 UI
- Vitamina B1 - 1,09 mg
- Acido ascórbico - 10 mg
- Riboflavina - 0.12 mg
- Colesterol - 0.00 mg

Contenido ácidos grasos

- Acido oleico - 73.73%
- Acido linoleico - 7.67%
- Acido palmítico - 0.89%
- Acido esteárico - 11.24%
- Acido lignocélico - 0.15%
- Materia no canonizable - 0.42%

Minerales

- Calcio - 186 mg
- Hierro - 693 mg
- Potasio - 715 mg.
- Magnesio - 225 mg.
- Selenio - 375 mg.

Código: AA-004