



## TRADICIÓN CON SABOR

Boletín Técnico del American Peanut Council

Año 2 No. 5

### Estimados lectores:

Nuevamente nos ponemos en contacto con ustedes a través del quinto número del boletín *Tradición con Sabor*. A partir de este número incluimos dos nuevas secciones: La sección *¿Sabía Qué?* presenta información general y curiosidades acerca del cacahuete, y la sección *El Cacahuete y la Nutrición* proporciona información relevante acerca del cacahuete y su aportación en nutrientes y beneficios a la salud.

Esperamos que estos cambios sean de su agrado y les invitamos a ponerse en contacto con nosotros para escuchar sus sugerencias y comentarios.

Atentamente

AMERICAN PEANUT COUNCIL



### ¿Sabía Qué?

El **cacahuete**, conocido también como maní, es la **semilla comestible de la planta *Arachis hypogaea***. Aunque en algunos países se le denomina nuez, el cacahuete pertenece a la familia de los guisantes (*Fabaceae*) y por lo tanto la semilla no es una nuez sino una legumbre. El cacahuete se cultiva en regiones tropicales y subtropicales de todo el mundo, y crece bajo el suelo dentro de una cáscara leñosa. La **planta** del cacahuete es fibrosa y **mide de 30 a 50 centímetros de altura**.

### Tipos de Cacahuete y su Producción

#### Cacahuete Valencia

El cacahuete Valencia normalmente **tiene tres o más semillas pequeñas en cada vaina**. Estos cacahuates son más dulces y por lo general se tuestan y se venden con cáscara; son excelentes si se consumen frescos, solamente hervidos. El cacahuete Valencia **representa menos del 1% de la producción de Estados Unidos** y es principalmente cultivado en Nuevo México.

¡Ponle energía  
a tu día!



## Productos y Procesos

### Mantequilla de Cacahuete

Toda una variedad de productos de mantequilla de Cacahuete se encuentra disponible. Los cacahuates son tostados, blanqueados y seleccionados antes de ser molidos para lograr una consistencia cremosa. **La mantequilla de cacahuete** producida en Estados Unidos **contiene un mínimo de 90% de cacahuates**; endulzantes y sal pueden ser añadidos para mejorar el sabor mientras que pequeñas cantidades de estabilizadores se usan para prevenir la separación del aceite. La pequeña cantidad de estabilizadores empleada no agrega ácidos grasos al producto. Se pueden añadir trozos de cacahuete para dar un estilo crujiente. Fórmulas especiales pueden ser desarrolladas para modificar la textura o dulzura o para agregar algún sabor.

También hay mantequilla de cacahuete **baja en grasas**, que provee una reducción de grasa de por lo menos 25%. Existen diferentes variedades para el consumidor y para uso industrial, con diferente contenido de cacahuete, dependiendo del sabor y consistencia que el producto requiera. La mayoría de los fabricantes cuentan con otras fórmulas modificadas para mantequilla de cacahuete, productos untables de cacahuete y pasta de cacahuete.

La mantequilla de cacahuete se encuentra disponible tanto en **presentaciones para el consumidor** como para uso **industrial** para **repostería** y productos de **confeitería**. La pasta de cacahuete, hecha 100% con cacahuete molido, es empleada en una variedad de recetas industriales y se puede comprar directamente con los procesadores.



### El Cacahuete y la Nutrición

Los cacahuates son una **versátil fuente de nutrición**. Diversas investigaciones se llevan a cabo actualmente para proveer información acerca del rol que los cacahuates pueden jugar en una dieta saludable.

**Los cacahuates y la mantequilla de cacahuete son fuente importante de proteínas**, proporcionando más del 10% de la ingesta diaria recomendada en Estados Unidos en una porción de cacahuates (aproximadamente un puñado) ó 2 cucharadas de crema de cacahuete.



### Representante en México: Grupo PM

Mercurio # 24 Col. Jardines de Cuernavaca, Cuernavaca, Morelos C.P. 62360

Tel. (777) 316 7370 Fax (777) 316 7369

Lada sin costo 01800 712 6777

Correo electrónico: [grupopm@grupopm.com](mailto:grupopm@grupopm.com)