



ANNA  
TURA

## ZANAHORIAS

### PRINCIPIOS ACTIVOS:

La zanahoria es rica en betacaroteno y provitamina A que el cuerpo transforma en vitamina A y es indispensable para la salud de la piel y la vista.

Durante la fase de cocción, la cantidad de provitamina A permanece prácticamente inalterada. Una porción muy pequeña de zanahorias cubre las necesidades diarias de provitamina A de un adulto.

### CARACTERÍSTICAS:

Italia es tal vez el único país de Europa capaz de producir zanahorias los 12 meses del año. Según algunos autores, la zanahoria es originaria de la zona mediterránea y se deriva del cruce de umbelíferas espontáneas del género *Daucus*: *Daucus carota L. var. typicus* y *Daucus carota var. maximus*.

### ¿LO SABÍAS?

En la antigüedad, la zanahoria se utilizaba exclusivamente como alimento para animales y no con fines culinarios. Con el tiempo, sus propiedades de favorecer un aliento fresco y la salud bucal la convirtieron en un símbolo de salud, sobre todo en la tradición árabe.

## CONSEJOS DEL CHEF:

*El producto, simplemente cocido, que se ofrece en cómodos envases, puede consumirse nada más abrir la bandeja, aliñado directamente con aceite de oliva virgen extra y sal. La adición de vinagre balsámico realza su sabor. ¡¡¡Que aproveche!!!*



ZANAHORIAS  
AL NATURALE  
300 g



8 054934 420139



Prodotto por: GESTIONE SERVIZI INTEGRATI srl  
Fábrica Via E. Amaldi, 12 - 00015 Monterotondo (Z.I.) Roma



## Ficha Técnica / Zanahorias

Valores nutricionales por 100 g zanahorias

ENERGÍA (calorías)	47 kcal / 196 kJ
Parte comestible	100
Agua	88,5
Proteínas	1,3
Grasas	0,2
Grasas saturadas	0,03
Hidratos de carbono	8,7

Azúcares	8,7
Fibra total	3,6
Sal (mg)	71
Calcio (mg)	42
Hierro (mg)	0,5
Vitamina A (µg)	1033
Vitamina C (mg)	3

Elaboración efectuada a partir de datos de composición nutritiva de los alimentos procedentes de:

CREA  
Centro de investigación Alimentos y Nutrición

Página web:  
<https://www.crea.gov.it/alimenti-e-nutrizione>

Página web:  
<https://www.alimentinutrizione.it>

INGREDIENTES	Zanahorias al natural: zanahorias frescas sin aromas, aditivos ni conservantes añadidos, sin gases protectores. Zanahorias en MAP: zanahorias frescas sin aromas, aditivos ni conservantes añadidos.
CARACTERÍSTICAS ORGANOLÉPTICAS	Color: naranja vivo. Olor: característico. Consistencia: tejido compacto comparable al fresco. Palatabilidad: comparable al producto fresco.
VIDA ÚTIL	Zanahorias al natural: producto comestible hasta 12 días (fecha de caducidad indicada en el envase). Zanahorias en MAP: producto comestible hasta 30 días (fecha de caducidad indicada en el envase).
PROCESO PRODUCTIVO	Especialidad perteneciente a la V gama. Zanahorias cuidadosamente seleccionadas en la calidad de la materia prima. El exclusivo proceso de preparación y cocción permite mantener las propiedades organolépticas y nutricionales. Las zanahorias se procesan en un ambiente totalmente controlado desde el punto de vista higiénico y sanitario, de acuerdo con el plan de autocontrol HACCP aplicado a la planta de producción.
MODO DE CONSERVACIÓN	El producto debe conservarse a una temperatura comprendida entre 0/+4 °C. Una vez abierto el envase, el producto debe consumirse en 24/48 horas. Es oportuno mantener la cadena del frío.
PREPARACIÓN	Tal cual: abrir la bandeja y aliñar al gusto. En sartén: verter el contenido en una sartén y calentar a fuego lento durante 2-4 minutos, aliñar al gusto antes de consumir. Horno microondas: retirar la película, introducir directamente la bandeja en el horno y calentar a media potencia (750 W) durante 2 minutos.
PROCEDENCIA DE LA MATERIA PRIMA	Italia y/u otro país de la Comunidad Europea.
OTRO MATERIAL VEGETAL	≤ 2%
ALÉRGENOS	El producto no contiene alérgenos y cumple con la Dir. CE 2003/89 del 10/11/03 y sucesivas actualizaciones sobre los alérgenos, así como con el Reg. (UE) 1169/2011 y sucesivas modificaciones e integraciones. En la etiqueta se indican posibles contaminaciones cruzadas.
ENVASE	Para el producto al natural: COPOLÍMERO DE POLIPROPILENO TRANSPARENTE Y PELÍCULA ANTIFOG. Para el producto en MAP: BANDEJA DE PP-EVOH-PP TRANSPARENTE DE BARRERA Y PELÍCULA ANTIFOG. Declaración de idoneidad al contacto con los alimentos (D.M. 21/3/1973 y sucesivas modificaciones) Decr. Legis. 152/2006 - art. 226 apdo. 4; Reg. CEE 2004/1935 CEE; Dir. CEE 2002/72-CEE y sucesivas modificaciones; Dir. CEE 1994/62-CEE. Reglamento (UE) 2015/174, de la Comisión del 5/02/2015, que modifica y rectifica el Reglamento UE 10/2011.
PARÁMETROS MICROBIOLÓGICOS	Listeria monocytogenes Ausente UFC/25 g. En virtud del REGLAMENTO (CE) n.º 2073/2005 y sucesivas modificaciones e integraciones.