

## Núcleo de semilla de girasol orgánico



La semilla de girasol es el fruto del girasol (*Helianthus annuus*). El término “semilla de girasol” es en realidad un nombre inapropiado cuando se aplica a la semilla en su pericarpio (cáscara). Botánicamente hablando, es una cypsela. Una vez descascarillado, el resto comestible se llama semilla o corazón de girasol. Hay tres tipos de semillas de girasol de uso común: linoleico (más común), alto oleico y NuSun. Cada variedad tiene sus propios niveles únicos de grasas monoinsaturadas, saturadas y poliinsaturadas. La información de este artículo se refiere principalmente a la variedad linoleica. Para fines comerciales, las semillas de girasol generalmente se clasifican por el patrón en sus cáscaras. Si la cáscara es negra sólida, las semillas se llaman semillas de girasol de aceite negro. Los cultivos pueden denominarse cultivos de semillas oleaginosas de girasol. Estas semillas suelen ser prensadas para extraer su aceite. Las semillas de girasol rayadas se utilizan principalmente como alimento; como resultado, pueden llamarse semillas de girasol de confitería. Cuando se procesan semillas con cáscara, primero se secan. Posteriormente, también se

pueden asar o espolvorear con sal o harina para conservar el sabor. El descascarado se realiza comúnmente rompiendo la cáscara con los dientes y escupiéndola mientras se mantiene el grano en la boca y se lo come. Las semillas de girasol que se venden por bolsa se comen "simples" (solo saladas) o con una variedad de saborizantes agregados por el fabricante, que incluyen barbacoa, pepinillos, salsa picante, tocino, rancho y queso nacho, entre otros. Las semillas de girasol con cáscara son particularmente populares en los países mediterráneos y asiáticos, donde se pueden comprar recién tostadas y son un alimento común, mientras que en muchos países se pueden comprar recién envasadas en varios sabores tostados. En los Estados Unidos, los jugadores de béisbol los comen comúnmente como una alternativa al tabaco de mascar.

## Embalaje



¿Quiere saber más sobre este producto o tiene alguna pregunta?

[Ver página del producto: Núcleo de semilla de girasol orgánico](#)