



La Passiflora



Ficha Técnica del Producto

Nombre comercial	Granadilla, Sweet passion fruit, Golden fruit
Nombre científico	<i>Passiflora Ligularis</i>
Presentación	Fruta Fresca
Variedad	Ecotipo Colombiana
Unidad de medida	Kilogramo
Categoría	Calidad Extra y Primera
Gramaje	<ul style="list-style-type: none">Extra: Entre 120 a 145 grPrimera: Entre 100 a 120 gr
Empacado	Cajas de 10Kg aprox. y/o según requerimiento
Características	<ol style="list-style-type: none">El fruto es una cápsula ovoide, de 20 cms de diámetro, sostenida con un pedúnculo largo, la cáscara es dura, anaranjada con puntos.Está compuesta por el epicarpo (cáscara) que le da una gran solidez a la fruta y por el mesocarpo; blanco y esponjoso que almacena la pulpa.Las semillas son planas y oscuras, rodeadas de un arilo transparente y jugoso y de sabor dulce y agradable que se constituye en la parte comestible.
Beneficios para la salud	<p>La granadilla posee propiedades antioxidantes y calmantes que favorecen a la salud. Es una gran fuente de vitaminas y minerales.</p> <p>Tiene un alto contenido en proteínas y carbohidratos. Entre sus vitaminas destaca su aporte de vitamina C, la que tiene presente a un 50% y que es muy beneficiosa para el organismo, especialmente en el caso de embarazadas y niños.</p>
Duración/ Perecibilidad	7 días a temperatura ambiente.
Conservación	De 7°C a 10°C

Tabla de Valor Nutricional

Tamaño de porción	100g
Cantidad de calorías por porción	60kcal
	Cantidad por 100g
Energía	214 kJ
Grasa Total	2,7 g
Sodio	11 mg
Carbohidratos totales	11,4 g
Carbohidratos disponibles	5,7 g
Fibra Dietaria	5,8 g
Proteínas	2,5 g
Calcio	17 mg
Fósforo	128 mg
Hierro	1,28 mg
Agua	82,3 g
Cenizas	1,1 g
Vitamina A	0 µg
Tiamina (B1)	0,11 mg
Riboflavina (B2)	0,13 mg
Niacina (B3)	2,24 mg

Vitamina C

9,88 mg

Fuente: Tablas peruanas de composición de alimentos – Centro Nacional de Alimentación y Nutrición – Ministerio de Salud – Perú