

Xilitol de abedul 100% natural 1Kg - Biorganic

[Ver producto](#)

Xilitol de abedul 100% natural 1Kg- Biorganic

- ❑ Biorganic Xilitol 100% natural.
- ❑ Procedente del abedul.
- ❑ Sin Gluten. Sin MGOs.
- ❑ Alternativa NATURAL al azúcar: contiene un 40 % menos calorías que el azúcar. Tiene un bajo índice glucémico (GI 8) por lo que puede ser utilizado por diabéticos.
- ❑ Edulcorante granulado: se disuelve como el azúcar y otorga volumen, textura y dulzor a tus recetas.
- ❑ Empaquetado en bolsa kraft resellable de 1 Kg para facilitar la apertura y cierre.
- ❑ Mismo poder endulzante que el azúcar: 100g de azúcar en tus recetas se sustituyen por 100g de xilitol.

Precio: 9,90€ (¡oferta!)

[Añadir al carrito](#)



Descripción

Xilitol de abedul 100% natural 1Kg- Procedente del Abedul - Biorganic

Tiene un 40% menos calorías que el azúcar y el mismo aspecto y sabor, pero evita la caries y regula el nivel de glucosa en sangre, entre otros beneficios saludables.

Al xilitol también se le conoce como **azúcar de abedul**, pues fue de la corteza de este árbol de donde se extrajo por primera vez.

Es un azúcar de alcohol o polialcohol que se obtiene a partir de la reducción de una sustancia llamada xilosa y que **estimula los receptores linguales del sabor dulce**.

Se halla de forma natural en algunos alimentos, como en **fresas, arándanos y ciruelas**, en **maíz y avena**, en hortalizas como la coliflor y en gran cantidad en la **corteza del abedul y de la haya**.

LAS VENTAJAS DE ENDULZAR CON XILITOL

El **elevado consumo de azúcar** en la dieta occidental es uno de los responsables de la epidemia actual de obesidad, según indican las publicaciones científicas recientes, y además se ha relacionado con enfermedades crónicas como la diabetes mellitus tipo 2 y el cáncer, así como con la caries dental.

Necesitamos opciones saludables para endulzar nuestros platos y en el xilitol encontramos una excelente alternativa al azúcar que, además, presenta **propiedades nutricionales y terapéuticas**:

❓ **Mismo dulzor, menos calorías:** Es un sustituto del azúcar de mesa, similar en sabor y aspecto, pero contiene un 40% menos de calorías. Pero exactamente, ¿cuántas calorías tiene el xilitol? Concretamente encontramos **2,4 kcal por gramo** en el xilitol frente a 4 kcal por gramo en el azúcar.

❓ **Menor carga glucémica:** El xilitol no eleva los niveles de azúcar en sangre, ya que tiene una carga glucémica baja. En el xilitol la carga glucémica es de 7 y en el caso del azúcar se sitúa alrededor de 60-70.

❓ **Ayuda al control de peso:** Además de aportar menos calorías y no elevar el azúcar sanguíneo, todo lo cual contribuye a prevenir el sobrepeso, el xilitol tiene efecto quemagrasa.

❓ **Es bueno para los dientes:** El uso del xilitol previene la caries.

❓ **Es apto para diabéticos:** Ayuda a regular la glucemia. Según estudios recientes, en personas diabéticas puede considerarse un suplemento más que un endulzante saludable.

❓ **Es bueno para los huesos:** Aumenta la absorción de calcio y contribuye a prevenir la osteoporosis.

❓ **No le gusta a las candidas:** En infecciones por candidas, ayuda a controlar la infección.

❓ **Tiene propiedades anticancerígenas:** En estudios en laboratorio se le ha atribuido un efecto anticáncer.

CÓMO UTILIZARLO EN LA COCINA

Tanto por su aspecto como por su efecto endulzante y su sabor, el xilitol es **similar al azúcar blanco** convencional, la sacarosa.

Por tanto, en una receta podemos **emplear la misma cantidad de xilitol** que de azúcar (1:1). Tendrás la ventaja de que, a diferencia del azúcar, no te robará salud, sino que te la dará, y te aportará menos calorías.

Como endulzante, lo puedes añadir a **postres, galletas, bizcochos, batidos, bebidas**? No fermenta, por lo que no puede usarse para hacer pan.

También sirve para hacer enjuagues y pasta dental. Por ejemplo, puedes lavarte los dientes con una **pasta de dientes casera a base de xilitol y aceite de coco virgen**.

PRECAUCIONES Y CONTRAINDICACIONES

El consumo de xilitol **a largo plazo es seguro**. Está aprobado por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA, en inglés) y por la Organización Mundial de la Salud para uso alimentario, en productos farmacéuticos y productos de salud bucal.

Se puede tomar con un **límite diario de 400 g**. **Por encima de los 400 g al día** puede tener un efecto laxante y producir gases e hinchazón. Estos síntomas son más frecuentes en **personas con colon irritable e intolerancia a carbohidratos de cadena corta**.

Por otra parte, es muy **tóxico para los perros**, que no deben tomarlo en ningún caso.

Palabras clave: xilitol, xylitol, xylit, silitol, abedul, azúcar, edulcorante, natural, 1kg

SKU: 7427251144841

Categoría: [Endulzantes naturales](#)

Etiquetas: [abadul](#), [azucar](#), [biorganic](#), [calorias](#), [cero](#), [diabéticos](#), [edulcorante](#), [eritritol](#), [keto](#), [Natural](#), [sacarina](#), [xilitol](#), [xylitol](#)

Información adicional

Peso: 1 kg