
Fagiolo Zolfino

Azienda Podere Pereto

Raccolto 2012 e 2013

PIF – BIOLEG

CIRAA “E. Avanzi” – Università di Pisa

Etichetta nutrizionale

Fagiolo zolfino		
Umidità	%	12
Energia	kcal/100 g tal quale	328
Proteina grezza	g/100 g tal quale	19,4
Lipidi grezzi	g/100 g tal quale	1,9
• Acidi grassi saturi	g/100 g tal quale	0,35
• Acidi grassi monoinsaturi	g/100 g tal quale	0,25
• Acidi grassi polinsaturi	g/100 g tal quale	1,2
Ceneri	g/100 g tal quale	3,9
• Sale	mg/100 g tal quale	14
Carboidrati	g/100 g tal quale	45,5
• Di cui zuccheri	g/100 g tal quale	2
Fibra	g/100 g tal quale	13,5

Fagiolo zolfino		
Frazioni proteiche		
Globuline	mg/g tal quale	80,2
Prolamine	mg/g tal quale	1,8
Albumine	mg/g tal quale	12,0
Gluteline	mg/g tal quale	14,1
Amminoacidi		
Metionina	mg/g tal quale	5,8
Lisina	mg/g tal quale	22,6
Cisteina	mg/g tal quale	15,2
Polifenoli, Carotenoidi e clorofille		
β -carotene	$\mu\text{g}/100\text{ g tal quale}$	6,3
Luteina	$\mu\text{g}/100\text{ g tal quale}$	20,3
Tocoferoli	mg/100 g tal quale	0,4
Polifenoli	mg acido gallico/kg tal quale	811,5
Minerali		
Ferro	mg/100 g tal quale	7,9
Calcio	mg/100 g tal quale	122,4
Fosforo	mg/100 g tal quale	453,3