

¿Cómo se pelan las pipas peladas y por qué debemos incluirlas en nuestra dieta?

¿Cómo se pelan las pipas peladas y por qué debemos incluirlas en nuestra dieta?

[imprimir](#)



Porque son pequeñas píldoras **cargadas de nutrientes** muy **saludables** y energía que componen un excelente **defensor** contra el riesgo de enfermedades **cardiovasculares** y el **envejecimiento**.

Por otra parte, una pipa pelada no necesita ser pelada. Verdad de Perogrullo, sí, pero todos sabemos que las semillas de girasol ('pipas', para los amigos) vienen con

cáscara y que, de hecho, uno de los grandes placeres de comerlas reside en el ritual de pelarlas. Con las manos o con los dientes, pasamos más tiempo quitándoles la cáscara que saboreándolas, pero **si las queremos para cocinar, las compramos peladas**. ¿Quién hace, entonces, el trabajo sucio por nosotros? Ni un chimpancé mañoso ni una ancianita al sol: **es una máquina quien se encarga**.

Lo primero que se hace es **secar las semillas**, lo que hace que la mayoría de **las cáscaras se abran solas**. A continuación se introducen en un **tostador que las seca mediante aire caliente**, y luego se aplica un **chorro de aire a presión** que separa el núcleo de la cáscara. Entonces, otra **turbina de aire separa ambas partes**, aprovechando la diferencia de peso entre ambas: las cáscaras (que pesan menos) son absorbidas, y las pipas quedan en una cubeta. Finalmente, se aplica una **criba por tamaño** para quitar a las ‘despistadas’ sin pelar que se hayan colado. Después de esto, lo de embolsarlas y distribuirlas es pan comido.

Etiquetas

[alimentación](#)

[alimentación equilibrada](#)

[alimentación saludable](#)

[alimentación sana](#)

[chef plus](#)

[chef plus induction](#)

[dieta equilibrada](#)

[dieta saludable](#)

[energía](#)

[frutos secos](#)

[Nutrición](#)

[pipas](#)

[pipas de girasol](#)

[recetas para niños](#)

[recetas rápidas](#)

[recetas robot](#)

[recetas robot cocina](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar