

# ¿QUÉ ES EL AJO NEGRO Y CÓMO AYUDA A NUESTRA SALUD?

3 de mayo de 2018

De un tiempo a esta parte se habla mucho del ajo negro. No sólo por ser utilizado como ingrediente, sino también como base para múltiples productos de cuidado de la salud y el bienestar corporal. Es el caso de nuestra gama de productos específicos. Pero: ¿tienes claro de dónde viene y qué aporta a tu organismo?

El ajo negro es un producto relativamente reciente. Hace tres décadas se descubrió en Corea un proceso natural que elimina el olor del ajo blanco, modifica su sabor y textura e incrementa sus propiedades para la salud. El ajo normal se transforma en ajo negro mediante la exposición prolongada al calor y la humedad. Esto se denomina 'fermentación enzimática', ya que no intervienen microorganismos para envejecerlo.

Así, los nutrientes presentes en el ajo se concentran entre dos y diez veces más, y se forman compuestos orgánicos azufrados estables y solubles, que el organismo sí puede asimilar completamente. La Aliina y alicina del ajo fresco se transforman en otros compuestos, como los organosulfurados SAC (S-Alil-Cisteína) y SAMC (S-Alil-Mercaptano-Cisteína), que pueden ser aprovechados por el cuerpo sin que se 'escapen' y, por tanto, tienen una mayor y más larga actividad biológica.

El proceso de fermentación incrementa las propiedades del ajo debido a la mayor concentración de activos, estabilidad, valor biológico y biodisponibilidad de los fitonutrientes. Por ello, el ajo negro permite ser administrado en formas concentradas o durante el tiempo necesario sin los inconvenientes del ajo blanco. Además, el ajo negro tiene mayor fuerza antioxidante, siendo el alimento con mayor concentración de polifenoles y compuestos azufrados conocido.



## Múltiples propiedades y excelencia antioxidante

Además de las diversas propiedades del ajo negro, la potente capacidad antioxidante de los polifenoles y compuestos organosulfurados hidrosolubles como SAC y SAMC, este producto favorece la nutrición y estimulación de nuestros propios mecanismos antioxidantes y metabólicos.

Resulta extraordinario que el ajo negro sea un alimento que reúna de forma natural azufre, selenio, zinc, manganeso, cobre y molibdeno. Estos son los oligoelementos necesarios para nutrir y mantener en salud las principales enzimas antioxidantes de protección celular y extracelular (Complejo Citocromo P450: Glutatiión, Superóxido Dismutasa y Catalasa).

Contiene otros oligoelementos, como iodo, germanio, fósforo, hierro, magnesio y silicio, valiosos para la correcta y óptima función de múltiples sistemas orgánicos. También dispone de 18 aminoácidos, flavonas, quercitinas, saponinas, oligosacáridos y enzimas muy interesantes desde un punto de vista nutricional.

Atrévete a probarlo, ¡no podrás parar!

