

Se elaboran a partir de semillas como linaza, sésamo y chía

# Aceites prensados en frío son la especialidad de Fontevita



Jorge y Marion cuentan que adquirieron la marca Fontevita hace casi un año y medio.

MAURICIO QUEZADA

MELISSA FORNO M.

**J**orge Oyarzún y Marion Olivares conocieron en Europa los aceites prensados en frío, proceso que se caracteriza por conservar las vitaminas, antioxidantes y nutrientes provenientes de las materias primas utilizadas. Fue así cómo adquirieron la marca Fontevita, que nació en 2007, hace casi un año y medio.

Tal como explica Oyarzún, "existe una necesidad de consumir productos alimenticios con un alto valor nutricional. Eso nos inspiró a adquirir esta empresa. La gente cada vez está buscando más alternativas saludables. Sin embargo, hoy gran parte de la población utiliza aceites refinados que, al someterlos a temperaturas de 200 grados, además de añadirles químicos, pierden sus beneficios".

Actualmente ofrecen variedades provenientes, en su gran mayoría, de semillas como linaza, chía, sésamo, pepa de zapallo, almendra, cáñamo, nuez, jojoba, maní, rosa mosqueta, coco y girasol. A partir de su fibra, además, realizan harinas.

"Se conocen popularmente como harinas Keto, porque son utilizadas para elaborar productos aptos para la dieta cetogénica, baja en carbohidratos y alta en proteínas", detalla Olivares, química farmacéutica de profesión y dueña de la empresa junto a Oyarzún.

El aceite de linaza es uno de los más

demandados de la marca, ya que tiene un contenido importante de Omega 3 de origen vegetal, al igual que el de almendra y el de chía. Se recomienda consumir linaza por los beneficios que genera para la salud cardiovascular y para mejorar la digestión.

"El aceite de linaza tiene un sabor bien especial, más bien fuerte. Por ende, no es tan recomendado para ensaladas, sino que aconsejamos añadirlo a sopas o batidos para suavizarlo o tomar en forma directa media cucharada diaria. El de chía, en tanto, es ideal para ensaladas", detalla Olivares.

"Dentro de nuestro portafolio ofrecemos alternativas al clásico aceite oliva, por su aporte de Omega 9 que se caracteriza por tener una consistencia viscosa, apta para condimentar alimentos. Por ejemplo, elaboramos aceite de maní y de nuez", agrega.

Los de rosa mosqueta y de jojoba -esta última una planta arbustiva originaria de los desiertos de Sonora (México) y de Mojave (EE.UU.)- se utilizan en la industria cosmética. El de coco, en tanto, es demandando a nivel gastronómico, porque permite hacer un sofrito y también sirve para elaborar productos del rubro de la belleza.

"Generalmente, los aceites de cocos que se comercializan en Chile provienen del sudeste asiático, es difícil saber cómo fue su proceso de producción y son más bien insípidos. El que elaboramos nosotros conserva mucho su sabor natural y aroma", dice Oyarzún.

Sus productos los ofrecen en diversas tiendas del canal saludable, como los locales Mermoz, además del sitio web de la marca, como en farmacias Knop. Además, buscan ingresar a cadenas de supermercados.

## ¿En qué consiste el proceso de prensado en frío?

"La semilla es aplastada en una prensa, lo que permite obtener el aceite y la fibra desgrasada. Luego, esta última se muele para producir la harina. El proceso se realiza a una temperatura máxima de 40 grados para conservar los nutrientes"

### Fontevita

- Web: <https://fontevita.cl/>
- Contacto: Jorge Oyarzún
- Mail: [contacto@fontevita.cl](mailto:contacto@fontevita.cl)
- Teléfono: +56 9 3094 1628
- Instagram: @fontevita