

## ÓLEO DE GERGELIM



**OUTRAS DENOMINAÇÕES:** Óleo de Sésamo, Sirage

**FAMÍLIA DA PLANTA:** Pedaliaceae.

**NOME BOTÂNICO DA PLANTA:** *Sesamum indicum*.

**DENOMINAÇÕES ESTRANGEIRAS:** Sesame.

### CARACTERÍSTICAS FÍSICO-QUÍMICAS:

ÍNDICES	UNIDADES	VALORES DE REFERÊNCIA
Peso Específico (20°C)	g/cm <sup>3</sup>	0,915 - 0,923
Iodo	g I <sub>2</sub> /100g	104 - 120
Saponificação	mg KOH/g	187 - 195
Matéria Insaponificável	%	< 2,0

Valores de Referência: *Physical and Chemical Characteristics of Oils, Fats, and Waxes - AOCS.*

As sementes de gergelim servem para temperar vários pratos, são transformadas em farinha, entram no preparo de pães, biscoitos, tortas e doces e têm particular importância para a extração de óleo. Em vários países asiáticos o gergelim é de consumo tradicional e intenso associado a práticas religiosas e por lhe atribuírem propriedades medicinais.

O Óleo de Gergelim é um óleo de excelente qualidade, semelhante ao de oliva. Neste óleo podemos encontrar sesamina, sesamolina e o sesamol que apresentam propriedades antioxidantes que fornece ao óleo uma elevada estabilidade e age contra os radicais livres.

Este óleo é destinado em sua maior parte para fins alimentícios, principalmente nas culinárias chinesa e japonesa, assim como na cozinha do médio oriente e na fabricação de doces e balas. O óleo de gergelim ou óleo de sésamo como também é conhecido, é muito utilizado para fins cosméticos, farmacêuticos, em perfumes, massagens, aromaterapias, etc.

Por todas estas qualidades, percebe-se as vantagens em consumir o óleo de gergelim, que traz benefícios para a pele, para a memória, para o corpo e é claro, para o paladar.