

## Prosciutto di Parma DOP, sgrassato (stagionatura 18 mesi)

### Composizione chimica per 100g di parte edibile

Macro		Minerali	
Parte edibile (%)	<b>100</b>	Calcio (mg)	<b>13</b>
Acqua (g)	<b>58,1</b>	Fosforo (mg)	<b>207</b>
Proteine (g)	<b>29,1</b>	Magnesio (mg)	<b>23</b>
Lipidi (g)	<b>6,4</b>	Potassio (mg)	<b>618</b>
Carboidrati (g)	<b>0,4</b>	Sodio (mg)	<b>2040</b>
Energia (kcal)	<b>176</b>	Ferro (mg)	<b>1,0</b>
		Zinco (mg)	<b>2,6</b>
		Rame (mg)	<b>0,03</b>
		Manganese (mg)	<b>0,01</b>
		Selenio (µg)	<b>13</b>
Vitamine		Acidi grassi	
Tiamina (mg)	<b>1,03</b>	Saturi totali (g)	<b>2,15</b>
Riboflavina (mg)	<b>0,25</b>	Monoinsaturi totali (g)	<b>3,05</b>
Niacina (mg)	<b>6,77</b>	Polinsaturi totali (g)	<b>0,92</b>
B6 (mg)	<b>1,30</b>		
B12 (µg)	<b>0,77</b>	Colesterolo (mg)	<b>89</b>
Vit. E (mg)	<b>0,22</b>		

### Composizione in grammi dei principali acidi grassi per 100g di parte edibile

Saturi (g)		Monoinsaturi (g)		Polinsaturi (g)	
C4:0÷C10:0	<b>0,01</b>	C14:1		C18:2	<b>0,78</b>
C12:0	<b>0,01</b>	C16:1	<b>0,17</b>	C18:3	<b>0,04</b>
C14:0	<b>0,09</b>	C17:1	<b>0,01</b>	C20:2	<b>0,04</b>
C15:0		C18:1	<b>2,80</b>	C20:3	<b>0,03</b>
C16:0	<b>1,38</b>	C20:1	<b>0,06</b>	C20:4	<b>0,05</b>
C17:0	<b>0,01</b>	C22:1		C20:5	
C18:0	<b>0,63</b>			C22:6	
C20:0	<b>0,01</b>				
C22:0					

### Composizione in aminoacidi liberi per 100g di parte edibile

Lisina (mg)	<b>835</b>	Glicina (mg)	<b>265</b>	Fenilalanina (mg)	<b>285</b>
Istidina (mg)	<b>276</b>	Alanina (mg)	<b>620</b>	Triptofano (mg)	<b>75</b>
Arginina (mg)	<b>371</b>	Valina (mg)	<b>388</b>	Asparagina (mg)	<b>33</b>
Acido aspartico (mg)	<b>303</b>	Metionina (mg)	<b>119</b>	Glutamina (mg)	<b>24</b>
Treonina (mg)	<b>276</b>	Isoleucina (mg)	<b>237</b>	Ornitina (mg)	<b>105</b>
Serina (mg)	<b>301</b>	Leucina (mg)	<b>506</b>	Carnosina (mg)	<b>573</b>
Acido glutamico (mg)	<b>844</b>	Tirosina (mg)	<b>219</b>	Anserina (mg)	<b>36</b>

### Additivi

Nitrati (ppm)	<b>ass</b>
Nitriti (ppm)	<b>ass</b>
NaCl (g/100g)	<b>5,1</b>