

## 5 motivi per scegliere di usare lo sciroppo d'acero?

**Pubblicato:** Martedì 16 Febbraio 2021



In primavera, con lo sciogliersi della neve, sono molte le persone che in Canada e altre nazioni del mondo si recano nelle foreste di aceri e iniziano la raccolta di questo dolcificante. La raccolta dei coltivatori di aceri inizia da febbraio a fine aprile. La linfa dell'acero viene trasformata in sciroppo d'acero mediante l'evaporazione.

Per realizzare un litro di sciroppo d'acero, ci vogliono in media circa 40 litri di acqua d'acero. In Italia, tra le proposte migliori di sciroppo d'acero in commercio si può trovare quello venduto dal sito [mycousin.it](http://mycousin.it). Puro sciroppo d'acero 100% naturale, che può essere acquistato online e spedito presso il proprio domicilio in pochi giorni.

Per chi non è ancora sicuro del perché scegliere lo **sciroppo d'acero puro** come sostituto dello zucchero, in questo approfondimento sono presenti 5 buoni motivi per farlo.

### 1) Lo sciroppo d'acero ha meno calorie

Lo sciroppo d'acero è composto da circa il 32% di acqua e dal 68% di carboidrati. Di questi ultimi, l'80% è composto da saccarosio. I restanti zuccheri presenti in questo dolcificante sono il glucosio e il fruttosio.

Comparando la stessa quantità di zucchero e di sciroppo d'acero, si può dire che il suo valore energetico è inferiore di 2/3 per quantità di calorie.

## **2) Ha un indice glicemico inferiore dello zucchero**

L'indice glicemico dello sciroppo d'acero, è inferiore a quello dello zucchero. Infatti ha un valore di 55 contro 70. Questa sua caratteristica lo rende ideale per le persone che vogliono diminuire il proprio livello di glucosio nel sangue.

Si tratta di una scelta ideale, in particolare per le persone che soffrono di diabete o di glicogenosi.

## **3) Un dolcificante esente da allergeni**

Questo dolcificante naturale è ottenuto dalla linfa dell'acero. Lo sciroppo d'acero, che è bene ricordare non subisce alcuna trasformazione durante il procedimento a parte l'evaporazione, non contiene al suo intero coloranti o additivi. I produttori di sciroppo d'acero del Quebec ad esempio, firmano una dichiarazione di fabbricazione, dove garantiscono che il frutto del loro lavoro può essere consumato da tutte le persone.

Si tratta di un dolcificante ideale per le persone che soffrono di allergie alle noci e ai pollini.

## **4) Utile per mille usi**

Il suo sapore e il colore, che varia in base al momento della raccolta, lo rendono un dolcificante che può essere utilizzato in mille modi diversi. Utilizzato come zucchero nelle bevande calde o per addolcire i cereali da colazione, il suo leggero sapore caramellato esalta ogni dolce. Inoltre, può accompagnare in maniera gustosa piatti salati, pollame e carni.

## **5) Un dolcificante rispettoso dell'ambiente**

A differenza del tradizionale zucchero, che per la sua lavorazione richiede dei trattamenti chimici e industriali, lo sciroppo d'acero è un dolcificante che rispetta l'ambiente e che viene raccolto in modo naturale.

La regola generale per la raccolta dello sciroppo d'acero, è di aspettare almeno 45 anni prima del primo raccolto e di non utilizzare tronchi con un diametro inferiore di 20 centimetri. Grazie a queste accortezze, un acero da zucchero può vivere in perfetta salute anche più di 300 anni.

Questi 5 punti non sono gli unici motivi per cui lo sciroppo d'acero è considerato una scelta migliore come dolcificante dello zucchero, ma sono sicuramente 5 tra i più importanti da prendere in considerazione. Per chi vuole stare attento alla propria salute, e allo stesso tempo prendersi cura dell'ambiente, lo sciroppo d'acero è senza ombra di dubbio una scelta più oculata.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it