

# L'extraction de l'huile de palme



Elle se fait, sur les lieux mêmes de production, dans les 48 heures qui suivent la récolte, après cuisson des régimes (stérilisation), égrappage puis pressage des fruits et décantation.

Les huileries modernes sont de grande capacité (20 à 120 tonnes de régimes frais par heure) tandis que les huileries artisanales, seulement en Afrique, traitent moins d'une tonne par heure, sinon par jour.

L'huile brute obtenue est d'une belle couleur rouge, due à la présence de caroténoïdes.



# Une qualité nutritionnelle irréprochable



L'huile de palme se comporte comme les huiles de maïs, tournesol, soja ou colza, riches en acides gras essentiels. Le raffinage n'affecte que peu sa teneur en anti-oxydants (tocophérols et tocotriénols).

A l'état brut, sa forte teneur en caroténoïdes accroît le taux de vitamine A du sang. Des études ont montré l'effet positif d'une alimentation à base d'huile de palme sur les maladies cardiovasculaires et sur la survenue de certains cancers.

Résistante aux hautes températures, elle est surtout utilisée dans les bains de friture.

