

Alimentos saludables. Mejora en la fase grasa de tapas de empanadas.

INTRODUCCIÓN

El aceite de girasol AOAЕ posee 15-20% de ácido esteárico, AE, y una base oleica, AO. Su gran tenor en AE le otorga mayor punto de fusión, estabilidad a la oxidación y viscosidad que los aceites de girasol comunes. Su contenido de AG saturados en sn2 es bajo, está libre de AG de cadena corta e isómeros trans. Además AE no afecta los niveles de colesterol-LDL mientras que AO los reduce.

OBJETIVOS

Considerando las ventajas, desde el punto de vista de la salud del consumidor, que presenta AOAЕ respecto del aceite de girasol normal o la margarina se propuso reemplazar la materia grasa en masas para empanadas por este nuevo producto.

METODOLOGÍA

Se desarrolló una formulación control con harina 0000, margarina, sal y agua y otra donde la margarina fue sustituida por AOAЕ como alternativa saludable. También se estudió un producto existente en el mercado. Se determinó composición centesimal y valor calórico de las muestras.

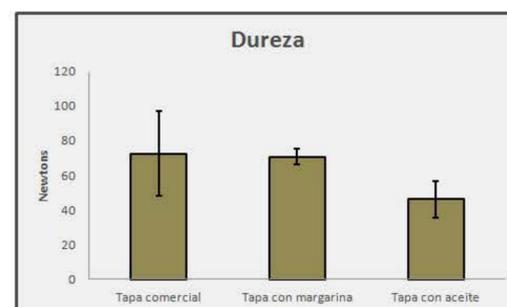
Muestra	Comercial	Tapa con margarina	Tapa con aceite AOAЕ
% Glúcidos (s/vn)	72 (1)	77 (3)	77 (1)
% Proteínas* (s/vn)	9,2 (0,8)	8,6 (0,3)	8,31 (0,03)
% Lípidos (s/vn)	9,6 (0,5)	5,19 (0,03)	10,6 (0,7)
% Cenizas (s/vn)	1,2 (0,2)	1,98 (0,01)	0,11 (0,06)
% Humedad (s/vn)	29,8 (0,5)	33,72 (0,05)	33,76 (0,07)
Valor calórico (kcal./100 gramos de tapa fresca)	586	587	659
Actividad acuosa	0,9454	0,9613	0,9558

(Los sólidos están referidos en base seca)

*f=5,7 gramos de proteína/gramo de Nitrógeno

Emiliano Iván Bilbao

Lic. en Ciencia y Tecnología de Alimentos
Facultad de Ciencias Exactas, UNLP
María Cristina Añón
Tironi V
Abraham A
Scilingo A.
Ciencias Biológicas, Ambiente y Salud
emiliano.i.b@hotmail.com



RESULTADOS

Se obtuvieron tapas con su fase grasa totalmente sustituida por AEAO con características equivalentes a aquellas formuladas con margarina. El contenido de lípidos y el valor calórico fue superior al de las comerciales y su contenido proteico inferior. El color fue equivalente a las que contienen margarina aunque menos brillante. Además mostraron ser más blandas y menos gomosas.

CONCLUSIONES

El aceite AEAO resultó ser una alternativa adecuada para reemplazar la fase grasa, margarina, utilizada habitualmente en la formulación de tapas de empanada. Este aceite presenta características más saludables para el consumidor. El producto obtenido, el cual presentó propiedades nutricionales y tecnológicas similares al comercial, resulta muy promisorio. Deben completarse estudios de vida útil.