

Resumen N°28 | Nutrición y Salud

Galletitas saludables libres de gluten elaboradas con piel de tomate para población infantil en edad escolar

Vargas, E.^{1,2}; Weaver Monchablon, L.¹;
Sance, M.¹

¹Facultad de Ciencias Agrarias UNCuyo.
Almte. Brown 500, Mendoza Argentina

²CCT- CONICET Mendoza

Contacto: evargas@fca.uncu.edu.ar

Palabras claves: piel de tomate, galletas, niños escolares

Keywords: tomato skin, cookies, school children

Introducción y objetivo

El consumo de alimentos tipo snacks con elevado contenido de sodio se ha incrementado en los últimos años. Esto sumado a factores psicológicos y socio-culturales (mayor sedentarismo) ha determinado un aumento en la incidencia de obesidad en niños y adolescentes y riesgo a padecer alguna otra enfermedad crónica no transmisible. El consumo de alimentos con mayor contenido en fibra y compuestos antioxidantes disminuye el riesgo de padecer estas enfermedades. La piel, residuo procedente de la industrialización de tomate, podría ser fuente de estos nutrientes bioactivos. Por ello se propone obtener galletitas saludables libres de gluten para población infantil en edad escolar incorporando pieles de tomate (*Solanum lycopersicum* L.) y aceite de oliva en su formulación.

Metodología

Las pieles de tomate se extrajeron y secaron a 60 °C por 4 hs. Posteriormente se redujeron de tamaño y conservaron en oscuridad. Se elaboró una masa a partir de premezcla sin gluten, sal, azúcar, agua, aceite de oliva, clara de huevo, levadura y piel molida de tomate. Se dejó descansar 10 minutos y luego se moldeó y cortó. Las galletas se hornearon a 170°C por 5 minutos. Una vez frías, se envasaron y etiquetaron. Además, se trabajó con una formulación «testigo» (sin tomate y cuya materia grasa era manteca). Sobre las mismas se efectuó análisis de composición centesimal (proteínas, hidratos de carbono, grasas totales, cenizas, humedad, fibra alimentaria y sodio) y se midió sensorialmente, la aceptación en la población infantil en edad escolar con escala hedónica gráfica de cinco puntos.

Resultados

El producto obtenido contiene mayor aporte de fibra (5,29 g%g) que el testigo (2,74g%g) y un contenido de sodio (287mg%g) aproximadamente tres veces menor

que los snacks comerciales. En cuanto a aceptabilidad los infantes (n=76) manifestaron en su mayoría (85,71%) que les agradó, mientras que a un 3% le disgustó el producto.

Conclusión

Se logró desarrollar una galletita sin gluten, de color atractivo, más saludable (mejor contenido en fibra alimentaria y sodio) y agradable a niños de 4-13 años, con potencial efecto bioactivo que continuará en estudio.