



Ciudad de México, a 9 de septiembre de 2017

COMUNICADO DE PRENSA

BOTANA ENRIQUECIDA CON HARINA DE GARBANZO Y LENTEJA

- **Es reducida en grasa y sodio; aporta al organismo proteína, fibra y minerales.**
- **Facilita la digestión y ayuda a reducir la absorción de grasas**

C-693

Contribuir a mejorar la nutrición de los mexicanos motivó a estudiantes del Instituto Politécnico Nacional (IPN) para elaborar una botana con pechuga de pavo, la cual enriquecieron con harina de lenteja, garbanzo e inulina, ingredientes que aportan al organismo una importante cantidad de proteínas, minerales y fibra.

Los estudiantes de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas (ENCB) optaron por elaborar esta botana debido a que en el mercado existen productos con gran contenido calórico, pero no contienen nutrientes que contribuyan al cuidado de la salud y señalaron que desafortunadamente tienen alta demanda por ser de consumo rápido.

Edgar Francisco Becerril Aragón, María Guadalupe Leal Cedillo, Elizabeth Portillo Muñoz, Blanca Rodríguez Hernández y Alejandro Tenopala Robles, creadores de la botana elaborada en la planta piloto de productos cárnicos de la ENCB, señalaron que las harinas de lenteja y garbanzo complementan proteicamente a la carne de pavo, debido a que contienen aminoácidos esenciales para la formación de músculos y tejidos que el organismo no es capaz de sintetizar. Ambas leguminosas también son importante fuente de minerales.

Para mejorar la absorción de los minerales en el intestino delgado y contribuir a mantener saludable el aparato digestivo, los politécnicos agregaron inulina (fibra soluble) a la formulación. Este elemento



además evita la absorción de grasas, por lo que el alimento funcional podría ayudar al control de la obesidad.

Los pasantes de ingeniería bioquímica señalaron que la botana politécnica contiene tres por ciento de grasas totales, así que de acuerdo con las normas oficiales mexicanas se considera un producto bajo en grasa, sodio y colesterol. En refrigeración tiene vida en anaquel de tres meses.

El alimento puede ingerirse como colación, es decir, incluirlo a la mitad de la mañana o de la tarde entre los intervalos de cada alimento fuerte para reponer la energía consumida después del desayuno o de la comida, pero sin quitar el apetito para ingerir las raciones principales. Igualmente puede combinarse con alguna ensalada e incluirla como parte de una comida completa.

Los jóvenes politécnicos consideraron que la botana tiene potencial para comercializarla, ya que por la vida ajetreada de la ciudad muchas veces no es posible ingerir una dieta adecuada, así que este bocadillo saludable podrá hacer la diferencia para saciar el apetito sin aportes calóricos excesivos.

Ante dicha situación indicaron que conformarán una microempresa para introducir el alimento al mercado y con el tiempo diversificar su consumo en todo el territorio nacional.

===000===