



Jornada

# *Vincular para Crecer*

*Hacia los 20 años del ICTA*

*6 de Noviembre de 2015 - Córdoba, Argentina.*



UNC

Universidad  
Nacional de  
Córdoba



FCEFyN



BIOGestión

CENTRO DE VINCULACIÓN  
Facultad de Ciencias Exactas  
Físicas y Naturales / U.N.C.

## **CALIDAD NUTRICIONAL DE PASTAS ELABORADAS CON SEMILLAS DE CHIA (*Salvia hispanica*)**

**Aranibar C.<sup>2</sup>, Aguirre A.<sup>1,2</sup>, Borneo, R.<sup>1,2</sup>**

<sup>1</sup>FCEFNat UNC, Córdoba, Argentina. <sup>2</sup>ICYTAC (CONICET-UNC) Córdoba, Argentina.  
[caranibar@agro.unc.edu.ar](mailto:caranibar@agro.unc.edu.ar)

**Palabras clave:** chia, alimentos funcionales, análisis nutricional, evaluación sensorial

Aunque las pastas son un alimento popular presentan ciertas deficiencias desde el punto de vista nutricional. Una estrategia para el mejoramiento nutricional de las pastas es la incorporación de materias primas que puedan suplir esas deficiencias. La chía (*Salvia hispanica*), un cultivo andino de alto contenido de proteínas, fibra dietética y compuestos antioxidantes, podría ser usado con tal propósito. El objetivo de este estudio fue el de evaluar las semillas de chia como materia prima para la suplementación y elaboración de pasta de calidad nutricional mejorada. Para ello se elaboraron pastas con distintos niveles de harina de semillas de chia (0; 2,5; 5%) mediante un proceso de fabricación a escala de laboratorio que incluyó: amasado, laminado, cortado y secado. El proceso fue repetido en tres días diferentes utilizando los mismos utensilios y maquinaria. El análisis nutricional de las pastas elaboradas fue llevado a cabo utilizando la base de datos de nutrientes de la USDA (<http://ndb.nal.usda.gov/>). Los resultados del análisis nutricional teórico de las pastas mostraron que la calidad nutricional de las mismas fue incrementada por la adición de harina de semillas de chia con un ligero incremento en el contenido calórico de las mismas (máximo 264 vs 249 Kcal/100g). La adición de 5% de harina de semillas de chia incrementó en un 10% el contenido de proteínas, en un 249% el contenido de fibra dietética y en un 159% en contenido de grasas del tipo Omega-3. La relación Omega-6/Omega-3 mejoró significativamente de 48:1 (pastas control) a 1,24:1 (pastas con 5%). Una evaluación sensorial preliminar (realizada en la Universidad Mayor de San Andrés, La Paz, Bolivia) arrojó que la preferencia de las pastas elaboradas con un 5% de chia fueron buenas, aunque de menor aceptación que las pastas control. Estos resultados posibilitan concluir que la incorporación de semillas de chía en el procesamiento de pastas, permite obtener un producto de calidad nutricional mejorada en cuanto al contenido de proteínas, fibra y ácidos grasos esenciales tipo Omega-3.