

# Helado de col y mayonesa de berenjena

Politécnicos proponen una novedosa fusión de **nutrición e innovación**

Para los amantes de los helados, pero que tienen miedo a engordar por las calorías que estos productos incluyen, ahora ya no tienen de qué preocuparse, pues existe un postre, igual de frío, pero elaborado a base de col morada.

Este producto, junto a 33 innovaciones más, fueron presentados ayer durante la feria de productos nutricionales y funcionales, elaborados por estudiantes de la carrera de Licenciatura en Nutrición de la Facultad de Ciencias de la Vida de la Escuela Superior Politécnica del Litoral (Espol).

## EL DETALLE

**Quienes visitaron** la feria no solo probaron los productos elaborados por los estudiantes, sino que además llevaron recetas y muestras para compartir.

“Pensé que la col morada solo servía en ensalada, pero la he probado en helado y está buenísima”, dijo Carmen Apolo, una ama de casa de 35 años, quien al principio se rehusaba a degustar el producto, pero una vez que lo hizo reconoció “lo delicioso y diferente que es”.

En cambio, María Soledispa, una deportista de 25 años, se quedó sorprendida al degustar una mayonesa elaborada con berenjena, a la que un grupo de estudiantes añadió zanahoria, aceite de oliva, sal y limón.



## Las propuestas

- 1. Saludable.** Masa congelada de pizza vegetariana.
- 2. Nutritivo.** Flan de zanahoria con maracuyá y coco.
- 3. Bebida.** Cerveza artesanal negra, que contiene antioxidantes y minerales.

“Siempre quise encontrar un aderezo sano para acompañar los sándwiches. Creo que esta es una buena opción”, indicó la joven, mientras escuchaba que la berenjena reduce la producción de células cancerígenas, los niveles de colesterol y

la producción de radicales libres del cuerpo, que son los encargados del envejecimiento prematuro de la piel.

Entre otras de las propuestas gastronómicas saludables de los estudiantes estaba la galleta de garbanzo, quinoa y arroz:

baja en sodio y colesterol y libre de gluten. “Es recomendada para personas hipertensas y con problemas cardíacos”, indicaban los creadores del producto, quienes no se abastecían para la atención al público, un poco escéptico y con temor a probar algo nuevo y diferente.

“El garbanzo no me gusta, pero he probado la galleta y ni siquiera he sentido el sabor de este grano. Si el producto estuviera en el mercado lo compraría sin dudar”, manifestó Pedro Pazmiño, un joven arquitecto que quiere incursionar en la gastronomía, creando recetas nuevas y saludables.

El edificio de planta piloto de Licenciatura en Turismo y la planta baja de edificio de Ciencias de la Vida, en el campus Prosperina, fueron los escenarios donde se presentaron los productos que fueron supervisados por Gloria Bajaña, coordinadora de la carrera de Licenciatura en Nutrición.

Los productos no están en el mercado, pero la Espol está haciendo contacto con el sector industrial para que financie la producción. “Queremos que nos busque para elaborar productos nutricionales y funcionales que ayuden a la población a prevenir enfermedades”, indicó la directiva, mientras consumía una galleta elaborada con el mesocarpio (parte blanca interna de la cáscara) de la maracuyá. “Solo aprovechamos su pulpa y las semillas y la cáscara son desechadas. Nosotros hicimos una harina y preparamos estas galletas que ayudan a prevenir el cáncer de colon”, explicó.