

Composición centesimal de ocho Plantas Alimenticias No Convencionales

Cagnasso C, Cristaldo, B, Giacomino, S, Díaz, G, Cellerino, K, Binaghi J.

Cátedra de Bromatología, Facultad de Farmacia y Bioquímica, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.

Dirección de e-mail del autor: jbinaghi@ffyb.uba.ar

Área temática: Sostenibilidad y Agroindustria

RESUMEN

Introducción: Las Plantas Alimenticias No Convencionales (PANCs) son aquellas especies vegetales que, a pesar de su potencial nutritivo y culinario, no forman parte de la dieta habitual de la mayoría de las personas. Estas plantas, muchas veces consideradas "malezas" o simplemente ignoradas, ofrecen una amplia gama de beneficios tanto para la alimentación como para la biodiversidad. Su consumo puede diversificar la dieta, aportar nutrientes esenciales y promover la sostenibilidad ambiental al reducir la dependencia de los cultivos agrícolas convencionales. En este sentido, el estudio y la promoción de las PANCs representan una oportunidad para explorar nuevas fuentes de alimentos nutritivos y contribuir a la seguridad alimentaria global.

Objetivo: El objetivo del presente trabajo fue analizar la composición centesimal de 8 muestras de PANCs.

Materiales y Métodos: Se recolectaron especies de crecimiento espontáneo durante el mes de Noviembre de 2023. Las especies recolectadas fueron las siguientes: Fosforito (*Talinum paniculatum*), Eneldo silvestre (*Anethum graveolens*) en CABA; Mora (*Morus nigra*), Trébol blanco (*Trifolium repens*), Llantén (*Plantago major L*), Bardana menor (*Arctium minus*), Yerba carnífera (*Conyza canadensis*) en Loma Verde (Bs As) y Acacia negra (chauchas) (*Gleditsia triacanthos*) en General Rodríguez (Bs. As). La determinación de proteínas, grasas, fibra, cenizas fue realizada por los métodos indicados en la AOAC. La determinación de hidratos de carbono fue realizada por diferencia.

Resultados: Los resultados indicados se presentan todos en base húmeda. Fosforito: proteínas 2,3g%; grasa 0,6g%, fibra 3,4g%; cenizas 2,0mg%; carbohidratos 1,8mg% y sodio 8,4mg%. Trébol blanco: proteínas 1,6g%; grasa 0,6g%, fibra 4,8g%; cenizas 1,2mg%; carbohidratos 1,7mg% y sodio 2,6mg%. Acacia negra: proteínas 9,0g%; grasa 6,0g%, fibra 46,3g%; cenizas 3,9mg%; carbohidratos 24,9mg% y sodio 9,7mg%. Mora: proteínas 3,1g%; grasa 1,9g%, fibra 11,8g%; cenizas 4,8mg%; carbohidratos 6,4mg% y sodio 4,9mg%. Llantén: proteínas 1,4g%; grasa 0,8g%, fibra 6,1g%; cenizas 2,5mg%; carbohidratos 3,1mg% y sodio 12,7mg%. Bardana: proteínas 1,9g%; grasa 1,5g%; fibra 8,9g%; cenizas 4,4mg%; carbohidratos 1,2mg% y sodio 2,9mg%. Yerba carnífera: proteínas 2,3g%; grasa 0,7g%, fibra 10,0g%; cenizas 2,8mg%; carbohidratos 0,1mg% y sodio 3,6mg%. Eneldo: proteínas 3,6g%; grasa 1,2g%, fibra 13,6g%; cenizas 3,4mg%; carbohidratos 1,2mg% y sodio 168,8mg%.

Conclusiones: Los valores obtenidos fueron muy variables, éstos están influenciados por la especie, el tipo de suelo y condiciones de crecimiento. Al tratarse de especies de crecimiento espontáneo estas variaciones pueden verse más acentuadas, sin embargo los valores obtenidos indican que muchas de estas especies podrían representar alternativas sustentables y asequibles para lograr una dieta variada ya sea para su consumo directo o como parte de premezclas en la formulación de alimentos.

Palabras Clave: PANCs, composición nutricional, alimentos alternativos