



## RECUPERACIÓN DE DESPERDICIOS DE MERCADO PARA SU PROBABLE REINCORPORACIÓN EN ALIMENTOS

Addí Rhode Navarro Cruz.<sup>1</sup> y Iveth Carolina Morales Cortero<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. gillespie.sh.carolina@gmail.com

México tira alrededor de 10.4 millones de toneladas de comida al año por malas políticas, muchos de los llamados “alimentos basura” son ejemplares que aún conservan sus propiedades nutricionales. Las palabras reciclar y reutilizar pueden ser aplicadas en este contexto, un claro ejemplar de dicha causa es la *Lactuca sativa* (lechuga). La idea de ejemplificar un alimento inteligente a base del contenido nutricional parte de la idea de tomar las propiedades del sujeto mencionado, y así conformar un sustituto en la alimentación que sea funcional y accesible, siendo la harina de lechuga el producto final.

Para la obtención de la harina se utilizaron diversas muestras de ella, todas consideradas en su momento como basura, estas fueron llevadas al laboratorio donde fueron pasadas por dos filtros, el lavado y la desinfección, posteriormente se pasó al agrupamiento de sus variantes.

Una vez finalizado el proceso de desinfección, las muestras pasaron a ser deshidratadas en un horno secador Excalibur, a una temperatura de 63 grados centígrados, el tiempo fue alrededor de 26 horas. Una vez secas, las muestras fueron colocadas en un vaso triturador de alimentos.

Antes de implementar este producto, parte de la harina paso por un análisis microbiológico, para determinar si esta estaba lista para su implementación en algún producto comestible, como lo fueron galletas.

Como resultado, se obtuvieron cuatro tipos de harinas, (una por semana de trabajo) de dos distintos ejemplares. Éstas fueron empleadas en la elaboración de galletas.

La implementación de la *lactuca sativa*, en forma de harina representa el avance en el desarrollo de alimentos reciclados y a su vez en la entrada como sustituto de algunos carbohidratos, aunado a esto, su carga nutricional la hace en una gran aliada para combatir enfermedades cardiovasculares, así como sobrepeso y obesidad.