



PAN INTEGRAL PARA VEGANOS ADICIONADO CON BAGAZO DE ZANAHORIA, SEMILLAS DE GIRASOL Y AJONJOLÍ.

VICTORIA LÓPEZ GONZALEZ ¹, JUAN JOSÉ GARCÍA MEJÍA¹, LILIANA ÁVILA PÉREZ¹, BERENICE MUÑOS RIVAS¹ y ESTEFANA ALVARÁDO BÁRCENAS¹

¹ Instituto Tecnológico de Roque, Extensión Apaseo el Alto, Gto.. pretty_vicky93@hotmail.com

La población mexicana actual enfrenta una gran diversidad de problemas, principalmente enfocados a la salud, como el estreñimiento, sin olvidar el sobrepeso y la obesidad que han ido aumentando en todas las edades, regiones y grupos socioeconómicos. Para solucionar parte del problema se requiere desarrollar productos innovadores que conserven o mejoren las propiedades nutritivas o funcionales derivados de vegetales que contribuyan a mejorar la dieta alimentaria de la población. El consumo de productos con alto contenido de fibra, con los granos integrales pueden ser sumamente importantes para gozar de una buena salud, ahora bien los niveles altos de vitamina E en las semillas de girasol, se traducen en grandes beneficios; El objetivo del trabajo es buscar mejorar la salud, con la implementación de ingredientes saludables, poco aprovechados como el bagazo de la zanahoria que contiene niveles saludables de minerales. Se elaboraron tres tratamientos y un testigo, variando las cantidades de bagazo, semillas de girasol y ajonjolí. En base a los resultados obtenidos, el mejor tratamiento fue el tres, que consistió en la elaboración de un pan integral adicionado con bagazo de zanahoria (40%), y 10% de semilla de girasol y ajonjolí respectivamente.