



ESTANDARIZACIÓN DE LOS PROCESOS DE ELABORACIÓN DE UNA GALLETA FUNCIONAL A BASE DE AVENA, QUINOA Y AMARANTO

ANGELES AIDA MEDINA ROMERO¹, JORGE ADRIAN GARCÍA BRAVO¹, SANDRA TÉLLEZ MEDELLÍN ¹, YELITHZA CHAVELAS DOMÍNGUEZ¹ y CARINA VÁZQUEZ FONTES²

1 Universidad Autónoma del Estado de México, 2 CENTRO UNIVERSITARIO UAEM TENANCINGO .
aidamedina1092@gmail.com

En la actualidad el mercado de galletas ha tenido un considerable crecimiento y variación en su presentación, generalmente por la atención del consumidor en alimentos que proporcionen mayor valor nutrimental y mayores beneficios al organismo, el objetivo de la investigación fue realizar una galleta de avena, quinoa y amaranto endulzada con stevia; con valor nutrimental como aminoácidos esenciales y un alto contenido de fibra en una porción de 40g, estos ingredientes generan un concepto de bienestar y nutrición. La quinoa, fue manipulada en distintas ocasiones, se manejaron 6 diferentes formulaciones en las que se hizo una distribución de los porcentajes del gramaje de harinas que se manejan, en cuanto a las operaciones unitarias el ingrediente base, avena, se tamizo al igual que amaranto, la quinoa se lavó para eliminar el alto contenido de saponinas que son las responsables de alterar el proceso digestivo y metabólico de manera negativa, mínimos procesados: tratamiento de secado mediante un horno de convección a diferentes temperaturas; se procedió a realizar una estandarización en los gramajes de los ingredientes para la posterior producción de la galleta la formulación más certera fue, base de harina de avena 0.0937 kg/l quinoa y avena 0.046 kg/l logrando una consistencia compacta y firme, por efecto de la temperatura de secado de la quinoa a 80°C y el horneado de la galleta a 180°C por 35 min.

Palabras clave: avena, quinoa, amaranto, galletas, superalimentos