

Usabilidad gastronómica de premezcla de chocolate a base de excedentes de banano y pollo

Nicolle Sierra-Orozco¹; Santiago Arango-Agudelo¹; Natalia Zuluaga-Arroyave¹; Julián Quintero-Quiroz¹; María Alejandra Agudelo-Martínez^{1*}

¹Facultad de Ciencias de la Nutrición y los Alimentos, Universidad CES, Calle 10 A No. 22-04, Medellín, Colombia.

*Correo-e: magudelo@ces.edu.co

Recibido: 29/ago/2025 Aceptado: 01/dic/2025 // <https://doi.org/10.32870/rayca.vi1.145>

ID 1er. Autor: *Nicolle Sierra-Orozco* / **ORCID:** 0009-0000-8440-3605

ID 1er. Coautor: *Santiago Arango-Agudelo* / **ORCID:** 0009-0003-8997-1320

ID 2do. Coautor: *Natalia Zuluaga-Arroyave* / **ORCID:** 0000-0001-7278-1203

ID 3er. Coautor: *Julián Quintero-Quiroz* / **ORCID:** 0000-0001-8603-6618

ID 4to. Coautor: *María Alejandra Agudelo-Martínez* / **ORCID:** 0000-0002-9855-6757

Introducción

La adherencia al consumo de complementos nutricionales puede disminuir debido a la fatiga sensorial, particularmente en contextos de uso prolongado y en poblaciones en situación de vulnerabilidad. En el marco de un proyecto enfocado en el aprovechamiento de alimentos recuperados, se formuló un complemento en polvo tipo premezcla achocolatada, elaborado con banano y enriquecido con proteína de alto valor biológico y micronutrientes.

Como parte de la estrategia para favorecer su incorporación en la dieta habitual, se desarrolló un recetario orientado a diversificar su preparación, integrando criterios sensoriales, culturales y nutricionales para facilitar su aceptación y uso en el entorno doméstico de familias colombianas.

Objetivo

Desarrollar un recetario que promueva el consumo de un complemento alimentario elaborado con banano recuperado, enriquecido con proteína de alto valor biológico y micronutrientes, como parte de una estrategia orientada al mejoramiento de la seguridad

alimentaria en poblaciones en condición de vulnerabilidad.

Materiales y métodos

El complemento nutricional empleado consistió en una premezcla achocolatada en polvo, con una porción diaria definida de 30 gramos. A partir de este insumo, se formularon recetas para desayunos, bebidas y postres. El diseño de las preparaciones tomó en cuenta criterios de facilidad de elaboración, bajo costo, uso de utensilios domésticos y disponibilidad de ingredientes en contextos locales.

El desarrollo y validación de las recetas se llevó a cabo en el laboratorio de gastronomía del Centro de Innovación y Productividad (CESNUTRAL), mediante un proceso interdisciplinario que integró criterios técnicos de nutrición y gastronomía, con el fin de garantizar la factibilidad de producción y la aceptabilidad sensorial del producto final.

Resultados

Se diseñó un recetario que permite incorporar el complemento nutricional de manera práctica y variada, manteniendo la porción diaria de 30 gramos en cada preparación. Como

desayunos se desarrollaron pancakes y coladas, se priorizaron como postres: arroz con leche cremoso, flan de chocolate, molde de pan y paletas de Choco maní y dentro de las bebidas: batido de chocolate y café, maleada de chocolate y chocolate caliente con clavos y canela.

Adicional a la descripción de los ingredientes y la preparación, se incluyó información explícita de beneficios nutricionales por receta, como el aporte de energía, calcio o proteína. Las recetas fueron valoradas positivamente en sabor, textura, presentación y facilidad de preparación. Su enfoque cultural favorece la apropiación comunitaria y el uso continuo del complemento, reduciendo el riesgo de fatiga sensorial. Además, el recetario funciona como herramienta educativa al resaltar los aportes nutricionales de cada preparación y facilitar la inclusión del complemento en diferentes momentos del día.

Conclusiones

El recetario constituye una estrategia eficaz y replicable para mejorar la adherencia a complementos nutricionales en contextos vulnerables. Su enfoque integral, que combina sostenibilidad, pertinencia cultural y calidad nutricional, fortalece el impacto de las intervenciones alimentarias basadas en alimentos recuperados. Esta experiencia demuestra el valor de integrar componentes sensoriales y educativos en el diseño de estrategias de intervención nutricional.

Palabras clave: complemento nutricional, alimentos recuperados, recetario, proteína de pollo, educación nutricional, gastronomía nutricional.

Referencias

- Calvache, M., Potosí Rodríguez, S. F., Rodríguez A., (2022). Sostenibilidad gastronómica: Aprovechamiento de subproductos derivados de la cadena productiva de la papa variedad Diacol Capiro. *Revista Científica Ciencias Naturales y Ambientales* 16(2) 389–397. <https://doi.org/10.53591/cna.v16i2.1869>
- Lester, S., Kleijn, M., Cornacchia, L., Hewson, L., Taylor, M. A., & Fisk, I. (2022). Factors affecting adherence, intake, and perceived palatability of oral nutritional supplements: a literature review. *The journal of nutrition, health & aging*, 26(7), 663-674. <https://doi.org/10.1007/s12603-022-1819-3>
- Preciado Saldaña, A. M., Ruiz Canizales, J., Villegas Ochoa, M. A., Domínguez Avila, J. A., y González Aguilar, G. A. (2022). Aprovechamiento de subproductos de la industria agroalimentaria. Un acercamiento a la economía circular. *Revista Iberoamericana de Tecnología Postcosecha*, 23(2), 92-99. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81373798002>
- Zou, F., Tan, C., Zhang, B., Wu, W., & Shang, N. (2022). The valorization of banana by-products: Nutritional composition, bioactivities, applications, and future development. *Foods*, 11(20), 3170. <https://doi.org/10.3390/foods11203170>