

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

Nicolle Sierra-Orozco<sup>1</sup>; Santiago Arango-Agudelo<sup>1</sup>; Natalia Zuluaga-Arroyave<sup>1</sup>; Julián Quintero-Quiroz<sup>1</sup>; María Alejandra Agudelo-Martínez<sup>1\*</sup>

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

\*Correo-e: [magudelo@ces.edu.co](mailto:magudelo@ces.edu.co)

Recibido: 29/ago/2025 Aceptado: 01/dic/2025 // <https://doi.org/10.32870/rayca.v1.145>

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>