

# RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DE VARIEDADES DE ARROZ EN LA ELABORACIÓN DE DIFERENTES ALIMENTOS PARA LA ALIMENTACIÓN SANA EN CUBA.

Raquel Pérez<sup>1</sup>, Rubén Alfonso<sup>1</sup>, Maida Ramos<sup>3</sup>, Carmen Porrata<sup>2</sup>, Violeta Puldón<sup>1</sup>, Alfredo Abuín<sup>4</sup>, Maira Alfonso<sup>5</sup>, Izanis Collazo<sup>1</sup>, Ernesto Betancourt<sup>1</sup>.

1. *Instituto de Investigaciones del Arroz.* [ruben@iiarroz.cu](mailto:ruben@iiarroz.cu), [raquel@iiarroz.cu](mailto:raquel@iiarroz.cu)
2. *Instituto Finlay.* [cporrata@finlay.edu.cu](mailto:cporrata@finlay.edu.cu)
3. *Lácteos Habana UEB Balkan*
4. *Facultad de Ciencias Médicas Matanzas*
5. *Hospital Zonal Cárdenas Matanzas*

Durante los meses de Junio del 2006 a Diciembre del 2008, se trabajó en la definición de las mejores variedades, para su empleo en la elaboración de leche o bebida, elaboración de pan, galletas, gaceñiga, como extensor en queso fundido, con destino a la alimentación sana y la extensión del proyecto de salud a partir de la dieta Macrobiótica Pianesiana, en la que el Instituto de Investigaciones del arroz colabora desde el 2001. Para los estudios de la leche o bebida de arroz fueron empeladas las variedades Cubanas J104, IACuba 22, IACuba 29, IACuba 30, LP5, Bolito Bahía Honda, Reforma y como patrones las Italianas Rosa Marchetti y Maratelli. Se determinó el pH en leche en arroz integral y blanco, sólidos totales expresados en % y densidad de la leche, elaboración de pan y galleta con diferentes proporciones de harina de arroz y trigo. Para elaborar la leche a nivel de laboratorio, se tomaron 135 gramos de arroz integral crudo se le añadieron 1800 ml de agua, posteriormente se depositaron en una olla eléctrica durante 60 minutos, se filtró el contenido por un colador fino y el producto fue considerado como leche o bebida de arroz. El escalado se realizó en el Balkán de la Empresa Lácteos Habana, empleando como materia prima el grano completo y la harina del arroz integral, cocción por espacio de 60 minutos. Se apreciaron diferencias de pH entre variedades, las más estables fueron Reforma, IACuba 22 e IACuba 30, mientras que los Patrones Rosa Marchetti y Maratelli presentaron un pH inferior. Los más altos valores de sólidos totales empleando el arroz entero, fueron alcanzados con las variedades Reforma, IACuba 30 e INCA-LP5 oscilando de 6,05 a 5,81 % y el más bajo el patrón Maratelli, 3.93%. La densidad fue ligeramente inferior solo en la variedad Reforma. Las variedades Reforma, IACuba 22 e IACuba 30 presentaron mejor sabor y viscosidad, así como un aspecto más blanquecino. En el escalado empleando la harina los sólidos totales aumentaron a 8,21% con la variedad Reforma y 8,34 para la IACuba 30, simplificando el proceso al no tener que filtrar el producto para su consumo y reducción del tiempo de cocción, se alcanzaron excelentes resultados en la elaboración de pan y galletas con 50 y 100% de harina de arroz, al igual que gaceñiga y mezclado hasta en 20% en la elaboración de queso fundido, empelando para estas pruebas la variedad IACuba 30 que resultó poseer mayor contenido de Fe y Zn, por lo que debe ser la variedad a emplear en estas producciones.

**Palabras claves:** Dieta Macrobiótica pianesiana, arroz integral, bebida de arroz.