

Composición química proximal y mineral de carne de pollo Argentina

Autores: Claudia Isabel Gallinger¹; Francisco Federico¹; Nadina Cazaux²; Mariana Trossero²; Agustina Marsó³; Carlos Sinesi³.

Centro de Trabajo: ¹Estación Experimental Agropecuaria-Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (EEA-INTA), Concepción del Uruguay, Entre Ríos, Argentina; ²Instituto Nacional de Tecnología Industrial (INTI-ENTRE RÍOS), Concepción del Uruguay, Entre Ríos, Argentina; ³Centro de Empresas Procesadoras Avícolas (CEPA), Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina.

Introducción:

El pollo es un alimento que adquiere cada vez más relevancia en la alimentación argentina. Su consumo aparente se ha duplicado en las últimas dos décadas, siendo aproximadamente 40 kg/habitante/año, teniendo su incorporación impacto sobre el consumo de nutrientes de la población, como son las proteínas de alto valor biológico, entre otros. Debido a esto es necesario contar con datos actualizados de composición nutricional de la carne de pollo en Argentina.

Objetivos:

Determinar la composición nutricional proximal y mineral de pechuga y pata-muslo de pollos de Argentina

Materiales y método:

Estudio descriptivo de 27 unidades muestrales provenientes de 10 frigoríficos de Argentina. Se obtuvieron muestras de pata-muslo y pechuga, con y sin piel, para determinar: materia seca, proteínas, grasa total, ceniza y energía, y en las muestras sin piel: potasio, sodio, fósforo, hierro.

Tabla I: Composición centesimal y minerales en pata-muslo y pechuga (n=27 muestras)

Determinación	Pata-muslo		Pechuga	
	Sin piel	Con Piel	Sin piel	Con Piel
Materia Seca (%)	25,29	29,78	26,01	28,71
Agua (%)	74,71	66,71	73,99	69,96
Cenizas (%)	0,95	0,91	1,15	1,01
Proteína (%)	19,87	16,95	23,71	20,22
Grasa (%)	5,29	14,67	1,4	8,93
Energía (kcal/100 g)	127,11	199,88	107,3	161,21
Sodio (mg)	74,33		46,99	
Potasio (mg)	307,09		354,9	
Fósforo (mg)	195,11		235,47	
Hierro (mg)	0,60		0,31	

Resultados:

Pechuga y pata muslo sin piel cada 100 g de porción comestible: 107,3 y 127,11 kcal, 23,71 y 19,87 g de proteínas, 1,4 y 5,29 g de grasa, sodio 46,99 y 74,33 mg, potasio 354,6 y 307,09 mg, fósforo 235,47 y 195,11 mg, hierro 0,31 y 0,60 mg, respectivamente; pechuga y pata muslo con piel cada 100 g de porción comestible: 161,21, y 199,88 kcal, 20,22 y 16,95 g de proteínas, 8,93 y 14,67 g de grasas totales, respectivamente.

Conclusiones:

La carne de pollo argentina es fuente de proteínas, baja en lípidos totales, aporta hierro, potasio, fósforo, y sólo el 5% de la ingesta diaria máxima de sodio, por porción. Por estos motivos, es un alimento que forma parte de la alimentación saludable recomendada en las Guías Alimentarias locales e internacionales.