

Desarrollan un pan a partir de harina de arroz como alternativa para los celíacos

La investigadora del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) Cristina Molina-Rosell ha liderado el desarrollo de un pan a partir de harina de arroz que supera las limitaciones de textura y sabor que caracterizan a los productos sin gluten destinados a los celíacos intolerantes a este componente. El resultado, que aparece publicado en la revista *European Food Research and Technology*, es un producto libre de gluten, con corteza crujiente y miga elástica, cuyo aporte energético y perfil de composición son semejantes a los productos de panificación con gluten, como han podido constatar sus autoras.

CSIC

11/8/2008 13:24 CEST



Pan elaborado a partir de harina de arroz para celíacos. Foto: CSIC.

Molina-Rosell, del Instituto de Agroquímica y Tecnología de Alimentos (CSIC), en Valencia explica: "Frente a los panes para celíacos que existen en el mercado elaborados mayoritariamente con mezclas de almidones y harina de cereales que no desarrollan gluten, hemos conseguido un producto con sabor, corteza crujiente y con miga mucho más abierta que contiene alvéolos y es más esponjosa, frente a la arenosa y compacta que caracteriza al pan o la bollería sin gluten, el componente que dota al producto de esponjosidad y elasticidad".

El estudio ha afrontado el diseño de productos sin gluten basados en harina de arroz y enriquecidos en proteínas, adecuados para paliar posibles deficiencias derivadas de la enfermedad celíaca. "El resultado de esta investigación ha sido el desarrollo de un pan sin gluten con un aporte energético de 220,31 kcal/100 g de pan y cuyo perfil de composición (42,38% de hidratos de carbono, 10,56% de proteínas y 0,95% de lípidos) se asemeja al de los productos de panificación con gluten", detalla Molina-Rosell.

Los investigadores trabajan en la actualidad en una nueva línea de estudio enfocada al desarrollo de un pan a partir de harina de maíz, iniciado en el marco de un proyecto de colaboración bilateral del CSIC con su homólogo en Portugal, GRICES. El objetivo de este proyecto ha sido caracterizar y tipificar al pan Broa, un pan artesanal característico de Portugal y Galicia que se elabora con harinas de maíz, centeno y trigo. A partir de esa base, se está desarrollando un producto libre de gluten, sólo con maíz, pero con las características del pan Broa.

Una patología crónica

La enfermedad celíaca (EC) o enteropatía inducida por el gluten es una patología crónica gastrointestinal que afecta a niños y adultos. Es de origen autoinmune y se caracteriza por un daño al intestino delgado que impide la absorción de alimentos, cuando la persona que la padece consume alimentos que contienen gluten.

El gluten está presente en diversos cereales: el trigo, el centeno, la cebada y la avena. Por tanto, para los celíacos queda completamente restringido de su dieta el consumo de todo tipo de repostería o pasta que tengan como base la harina de los cereales mencionados (la más usada es la de trigo).

Sin embargo, pese a que cada vez hay más información sobre la enfermedad, así como asociaciones que velan por los intereses y la seguridad en el consumo de los afectados, el gluten puede pasar desapercibido en numerosos productos, dado que no aparece en el etiquetado o se da por hecho que el alimento en cuestión no lo contiene.

"El gluten se emplea cada vez más en alimentos que no imaginamos que lo pueden tener: es el caso de ciertos patés o embutidos, que lo incorporan en

las harinas que utilizan como espesantes”, avisa la investigadora.

Referencia bibliográfica:

Cristina Marco y Cristina M. Rosell. "Breadmaking performance of protein enriched, gluten-free breads". *European Food Research and Technology*. DOI 10.1007/s00217-008-0838-6.

Derechos: **Creative Commons**

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)