

EFFECTO DE LA REMOCION DE LA CASCARA SOBRE EL TIEMPO
DE COCCION Y EL VALOR NUTRITIVO DEL FRIJOL COMUN
ENDURECIDO DURANTE EL ALMACENAMIENTO

Luis G. Elías(*)

L. de León (*)

R. Bressani (*)

La utilización industrial del frijol endurecido durante el almacenaje constituye una alternativa para disminuir las pérdidas económicas y aumentar la disponibilidad de este alimento básico. En el presente estudio se informa sobre el efecto de la remoción de la cáscara del frijol sobre el tiempo de cocción y el valor nutritivo del frijol común. El proceso de descascarado se realizó mecánicamente en un pulidor de discos por 10 minutos, utilizando un método seco y un método húmedo. El tiempo de cocción fue medido utilizando un cocinador Mattson y para el estudio biológico se prepararon dietas utilizando como fuente de proteína frijol descascarado y cocinando a 25, 30 y 35 minutos en autoclave a 16 libras. de presión y 121°C. Los resultados mostraron que el proceso de descascarado disminuyó el tiempo de cocción del frijol respectivamente. La remoción de la cáscara trajo también como resultado un mejoramiento significativo en la calidad de la proteína, con valores del Índice de Eficiencia Proteínica (PER) de 0,95 para el frijol duro con cáscara cocido por 25 minutos y de 1,60 para el frijol descascarado por el método húmedo y de 1,32 para la muestra procesada por el método seco. Para las mismas condiciones de precesamiento y cocción, la digestibilidad aumentó de 67,9 a 75,0. Se analizarán y discutirán la implicaciones tecnológicas y nutricionales de éstos hallazgos.

Palabras claves: frijol, remoción de cáscara, tiempo de cocción

(*) Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (UNCAP),
Apdo. 1188, Guatemala, Guatemala.