

CHIPS

Agrocadena:	Frijol
Categoría de la tecnología:	Agroindustria
País (es):	El Salvador
Desarrollada por:	CENTA
Fuente:	OBSERVATORIO RED SICTA

DESCRIPCIÓN Y APLICACIÓN DE LA TECNOLOGÍA:

Es una hojuela frita de textura crujiente, la cual se prepara con la masa de maíz y se le adiciona la harina de frijoles biofortificados con hierro y zinc. Su contenido nutricional es alto, ya que el maíz le aporta proteínas y la harina de frijol aporta minerales como hierro y zinc. Su preparación es fácil y se puede hacer en casa. Es un bocadillo que puede consumirse diariamente y es una alternativa para el consumo tradicional de los frijoles.

El bocadillo está recomendado como un alimento complementario en la dieta de la población infantil y adulta mayor que pueden tener deficiencias de hierro y zinc. Los altos contenidos de hierro y zinc presentes en el frijol biofortificado, hace de este producto un terapéutico para disminuir la anemia ferropénica y la falta de crecimiento y peso corporal en la población infantil que padece alguna deficiencia de este elemento.

Elaboración:

Ingredientes: 1 lb de harina de maíz, 1 taza de harina de Frijoles, 1 L de aceite.

Proceso:

- Hacer la masa de maíz, agregar la harina de frijol, mezclar bien. Precalentar el comal y hacer la tortilla.
- Cortar la tortilla cocida en triángulos y sumergirlos en aceite caliente, de tal manera que la tortilla se endurezca y se ponga crujiente.
- Elimine el exceso de aceite y ponga sal al gusto.
- Empacar en bolsas plásticas y almacenar en un lugar fresco.

La vida útil de este producto es de un mes en temperatura ambiente. Almacenarse en un lugar fresco y seco.

BENEFICIOS CON LA UTILIZACIÓN:

No implica mayores gastos a la familia.

Mejora la dieta y nutrición de las familias que la consumen.

Además evita pérdidas en cosecha, contaminación de los suelos y los acuíferos.