



Blanca Ugarte Quiroz.

SAN CRISTOBAL, 17 DE NOVIEMBRE DE 2.002



FLASH DOMINICAL

Una experta en Tecnología de Alimentos enseña como hacerlo

# Helados: Un postre accesible para toda la familia

Hilda Carmona

¿A quien no le gusta un helado? Considerado como un postre universal, es además un alimento energético y nutritivo, deleite de niños, jóvenes y viejitos.

Blanca Ugarte Quiroz, ingeniera en Tecnología de Alimentos, recuerda que este alimento tiene su origen en la antigua China "Los nativos de ese país no usaban leche, sino la nieve de las montañas que mezclaban con miel y frutas, logrando un postre delicioso y refrescante", expresa.

Con el correr del tiempo --relata--, los helados llegaron a las cortes europeas de España, Francia e Inglaterra; los emperadores trataron de mantener en secreto la fórmula de los helados, accesibles sólo a la realeza. Sin embargo, como casi nada se logra guardar en secreto por mucho tiempo, los helados se popularizan a raíz de la invención de la primera heladería automática a mediados del siglo XIX por parte de una mujer americana, gracias a los avances científicos que permitieron pasar del frío natural al industrial hoy en día, los helados constituyen una industria mundial que sigue creciendo.

Ugarte recuerda que en un primer momento los helados se elaboraban solo con leche y huevos, pero en la actualidad es distinto. "Muchas veces no llegan a derretirse totalmente debido a los componentes químicos que los incorporan para darles sabor y textura, los cuales, dicho sea de paso, causan mucho daño a nuestro organismo, como por ejemplo el dietil glucol que es un químico barato usado como umulsificante en vez de huevos; piperonal usado en

lugar de la vainilla para combatir parásitos en humanos y animales; etilacetato, usado en la industria de los cueros y otros que se emplean para fabricar cemento plástico, tintes y gomas", advierte.

En su opinión, los insumos de un helado cremoso de alta calidad, valor nutritivo y natural son : leche, azúcar, grasas, estabilizantes naturales como almidones y gelatinas, emulsificantes naturales como la lecitina contenida en la yema de huevo o la soya.

"El helado se presenta hoy como un producto costoso y poco accesible a la mayoría de hogares, de allí la necesidad de aprender a elaborarlos en casa con ingredientes sencillos. Como herramientas, sólo necesitamos una cocina, licuadora, batidora y un freezer o congelador en buen estado; al elaborarlos nosotros mismos, obtendremos un producto de altísima calidad y ahorraremos hasta un 400% con relación a los precios del mercado".

Ugarte resalta, además, que preparar helados es una excelente alternativa para iniciar un próspero negocio, comenzado por una micro-empresa.

"Muchos de mis alumnos lo han hecho y hoy ofrecen un producto sano y de calidad. Con buena organización, de seguro esa pequeña empresa crecerá", expresa Blanca Ugarte, quien estará ofreciendo sus conocimientos próximamente en San Cristóbal.