

# CÓMO SUPERAR LOS RETOS DE LA REDUCCIÓN DE AZÚCAR Y DE GRASA EN LOS POSTRES HELADOS

Rudy Wouters - Centro de Tecnología BENEEO



En el ámbito global, el movimiento contra el azúcar está ganando terreno y los consumidores exigen indulgencia, pero acompañada de una etiqueta de contenido reducido en azúcar o sin azúcar. Tanto los helados a base de leche, de soja o de agua, como todos los postres helados, se encuentran bajo un escrutinio cada vez mayor. Según reportes de Mintel<sup>1</sup>, el crecimiento del mercado minorista global de helados se mantiene firme, llegando a 13 millones de litros en 2016. Puntualmente en Latinoamérica, Brasil es el mayor mercado para los helados en volumen y presenta la mayor tasa anual compuesta de crecimiento durante los últimos cinco años. Pero si se analiza el consumo per cápita de helado, la delantera la lleva la Argentina, con 4.4 litros por persona por año, seguida por Chile con 4.2 litros. En estudios realizados por Global Data<sup>2</sup>, el mercado argentino de helados (artesanal e industrial) ocupa el 17,1% del mercado latinoamericano, estimado en unos 865.2 millones de dólares, mientras que el mexicano corresponde al 10,2% del mercado regional y se estimó en 675.4 millones de dólares.

Los helados también se ven influidos por las tendencias regionales de consumo. Según Mintel, los consumidores brasileños aumentaron un 21% el consumo de snacks durante el día, en tan solo un año. Esta tendencia por supuesto que influyó en los helados, generando el lanzamiento de nuevas propuestas en porciones individuales, con packaging adecuados para

Mientras que los consumidores interesados en la salud están más interiorizados que nunca con respecto a sus elecciones de alimentos y bebidas, los reformuladores de alimentos prestan cada vez más atención a los postres helados. La reducción de azúcar en estos postres presenta un reto significativo, ya que el producto final debe mantener la ilusión de indulgencia.

Rudy Wouters, a cargo del Centro de Tecnología BENEEO, aborda en este artículo los retos de la sustitución del azúcar en los postres helados y explica cómo el uso de los ingredientes apropiados puede dar lugar a la indulgencia, incluso en las aplicaciones de postres lácteos.

el consumo callejero. En una zona intermedia entre snacks y consumo responsable, se vieron lanzamientos en formatos mini o bocado de estilo gourmet, que permiten darse un gusto controlado, limitando las calorías. El segmento “better for you” también llegó a los helados con la incorporación de ingredientes más saludables, como la chía, antioxidantes, omega 3, fibras y calcio. Asimismo, se registraron nuevos helados con alto valor proteico y libres de gluten.

<sup>1</sup>Mintel Category Insight: Ice Cream. Agosto 2017.

<sup>2</sup>Global Data Country Profile: Ice Cream Sector in Argentina/ in Mexico. July 2017.

## COMPLEJIDAD DE LOS POSTRES HELADOS

La categoría de postres helados es amplia y consta de productos que van desde el helado superpremium y los pasteles helados en capas hasta las paletas frutales y los yogures helados. Sin embargo, la sustitución del azúcar es más difícil en ciertas aplicaciones que en otras, y los productores de alimentos tienen que superar el reto de eliminar la grasa y el azúcar mientras mantienen la textura y la estabilidad del producto durante su vida útil. Además del ciclo de congelamiento y descongelamiento, debe asegurarse la estabilidad del producto helado, para prevenir la formación de grandes cristales de hielo. Según Mintel, el 11% de las innovaciones en helados lanzadas en Latinoamérica en 2016 estuvieron relacionadas a la reducción de azúcar y el 12% a la reducción de grasas; y el promedio del contenido graso de los helados se redujo de 9 g cada 100 g/ml a 8.33 g cada 100 g/ml en ese mismo año.

Con respecto al helado, hay un desafío adicional que es el de lograr que el producto reformulado presente la misma textura al tomarlo con la cuchara, que su equivalente con toda la grasa y el azúcar. Es necesario alcanzar todo esto y, al mismo tiempo, mantener el sabor indulgente y la textura cremosa que los consumidores esperan de su postre helado favorito.

Los postres helados constan de una variedad compleja de ingredientes, sabores y texturas que presentan diversos retos para los reformuladores de alimentos. Por ejemplo, al observar una paleta helada de primer nivel, se ve que el producto tiene una cobertura, una salsa dulce y una capa de chocolate y helado, por lo que una reducción de azúcar y de grasa sería beneficiosa para estos ingredientes. Aunque se trata de un reto importante, gracias al trabajo de expertos en reformulación de recetas como los del Centro de Tecnología BENEÓ, ahora es posible reducir significativamente la grasa y el azúcar incluso en postres helados complejos, utilizando diversos ingredientes funcionales

## DULZOR NATURAL

El Centro de Tecnología BENEÓ ha estado trabajando para crear recetas con contenido reducido de azúcar pero que sigan proporcionando el sabor y la textura indulgentes y cremosos que los consumidores esperan. La inulina y la oligofruktosa son fibras funcionales de BENEÓ que pueden utilizarse en recetas para sustituir el azúcar, ya que ayudan a crear una textura suave y cremosa y un sabor agradable. Asimismo, según la cantidad de inulina o de oligofruktosa que se use en el producto final, también pueden permitirle al productor colocar una declaración de "fuente de fibra" en el empa-



que y declaraciones de salud adicionales, dependiendo de la normativa local.

Como se puede ver por la composición del helado que se muestra en la Tabla 1, la oligofruktosa Orafiti® de BENEÓ puede utilizarse para reducir significativamente la sacarosa. En esa receta, el azúcar se redujo un 30% en comparación con el producto estándar. Es interesante destacar que en función de los resultados del panel de catadores de BENEÓ, quienes probaron los helados no sintieron diferencias significativas en aspecto, textura, dulzor, cuerpo y cremosidad entre el helado bajo en azúcar y el producto estándar de referencia. Además, según una aprobación reciente de una declaración de salud por la EFSA (Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria), si un productor de postres helados replicara esta receta, también podría agregar una declaración de salud de respuesta de glucosa en la sangre si se ha sustituido el 30% de los azúcares totales por oligofruktosa y/o por inulina.



**TABLA 1** - Helado bajo en azúcar con oligofructosa Orafti®

INGREDIENTES (% p/p)	Producto estándar con azúcar	Bajo en azúcar
Agua	53	55
Crema	23	23
Azúcares	13	7
Leche en polvo descremada	10	10
Oligofructosa Orafti®	-	5
Ingredientes secundarios (p. ej., emulsificante, estabilizante, saborizantes)	c. s.	c. s.

**TABLA 2** - Helado bajo en grasa con inulina

INGREDIENTES (% p/p)	Producto estándar con azúcar	Bajo en grasa
Agua	55	58
Crema	23	15
Azúcares	11	11
Leche en polvo descremada	10	10
Inulina Orafti®	-	5
Ingredientes secundarios (p. ej., emulsificante, estabilizante, saborizantes)	c. s.	c. s.

Además de sustituirse el azúcar, también es posible sustituir la grasa en los postres helados. En la Tabla 2 se presenta un ejemplo de un helado bajo en grasa gracias al uso de inulina. En la receta se utilizó la inulina Orafti® como sustituto de grasa de etiquetado limpio y se logró una reducción del 30%, en comparación con el producto estándar. Los resultados del panel de prueba determinaron que el helado bajo en grasa tenía un sabor, una sensación en la boca cremosa y un cuerpo similares a los del producto estándar. También, que fue más fácil de tomar el helado con la cuchara y que se sintió más suave en la boca. Adicionalmente, fue posible colocar en el envase una declaración de alto contenido de fibra.

El interés en variantes más saludables de los productos tradicionales ha alcanzado su nivel más alto.

Pero para crear productos con capacidad de permanencia, los productores deben estar seguros de que al hacer desaparecer la culpa no están eliminando nada del disfrute. Esto significa crear productos bajos en grasa y en azúcar que tengan tan buen sabor como sus equivalentes estándar. Al capitalizar la experiencia de los formuladores de recetas como los del Centro de Tecnología BENEÓ, los productores pueden ofrecer productos con menos azúcar y grasa, pero que siguen teniendo toda la diversión.

#### MÁS INFORMACIÓN:

[www.beneo.com](http://www.beneo.com) y [www.beneonews.com](http://www.beneonews.com)

Twitter: @\_BENEÓ -

LinkedIn: [www.linkedin.com/company/beneo](http://www.linkedin.com/company/beneo)