



La horchata natural, más afrodisíaca que la industrial

Contiene fosfolípidos con efectos preventivos y beneficiosos sobre varias enfermedades

18 de mayo de 2017

La horchata natural es más afrodisíaca que la industrial, al contener una proporción más alta de Arginina, y se ha detectado por primera vez que contiene fosfolípidos, con efectos preventivos y beneficiosos sobre las enfermedades cardiovasculares, las úlceras de estómago o la diabetes tipo 2.

Estos son algunos de los resultados de un estudio químico-nutricional de la horchata de chufa realizado por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), las universidades de Praga y de València, la Facultad de Farmacia y los horchateros artesanos Andoni Monforte y Cristobal Martí y presentado hoy.

En el estudio, desarrollado durante el último año y medio, se ha analizado la composición químico-nutricional de los diferentes tipos de horchata y se ha diferenciado el ADN o huella biológica de la chufa valenciana del resto de procedencias.

José Luis Soriano, de la Food&Health Lab de la Universitat de València, ha explicado que por primera vez se ha detectado en la horchata natural la huella de una presencia significativa

de fosfolípidos -parte esencial de las membranas celulares-, destacando el ácido fosfatídico.

En la investigación, donde se han analizando miles de variables químicas de más de 80 muestras de horchata naturales e industriales, se demuestra que la chufa de la horchata natural es uno de los alimentos más fosfolípidos que existen, por encima incluso de la soja.

Este compuesto tiene efectos preventivos en algunas enfermedades cardiovasculares, ya que reduce las hipercolesterolemias, tiene efectos preventivos en la diabetes tipo 2 o las úlceras de estómago y reduce las metástasis cancerígenas en determinadas células.

Además, tanto la horchata natural como la industrial contienen Arginina, un aminoácido, aunque la proporción media es de cinco en la primera y uno en la segunda. La Arginina es un importante aminoácido que genera la formación del óxido nítrico en el organismo y tiene importantes propiedades fisiológicas, como la capacidad de producir vasodilatación, lo que contribuye a mejorar la circulación y la presión sanguínea, de ahí que se le atribuyen propiedades afrodisíacas.

"La horchata no es un refresco industrial sino una bebida funcional", ha destacado Andoni Monforte, de Món Orxata-ChufaMix, quien ha manifestado las dificultades que tienen para comercializar un producto artesanal que tiene un margen de caducidad de cinco días y tiene que estar entre 0 y 4 grados.

Monforte ha considerado que este estudio químico-nutricional puede suponer un "revulsivo" a nivel nacional e internacional para poner "en el mapa a Valencia y no solo exportarse por el tema de la Fórmula Uno sino por la gastronomía local, como la horchata y la chufa".

El Burdeos de la chufa

También ha reivindicado que Valencia es "el Burdeos de la chufa", aunque su producción está limitada a l'Horta Nord, y no se puede "malvender" su producto, al tiempo que ha aprovechado para reclamar más ayudas para la internacionalización de este sector.

Además, ha destacado que existen diferencias entre la chufa valenciana y la de otras procedencias, ya que la primera tiene un proceso de secado "único en el mundo" que la hace ser "más dulce".

Cristobal Martí, de la Horchatería Subies, también se ha mostrado partidario de defender "la joya de nuestra huerta", la chufa, y ha puesto como ejemplo que en Estados Unidos un vaso de horchata cuesta 9 dólares o en Alemania 7 euros. "Allí la consideran una bebida vegetal más que un refresco".

Además, han destacado la necesidad de desestacionalizar su consumo, ya que frente a su consumo durante todo el año en países estadounidenses y europeos, en España se sigue enfocando durante los meses de verano.

José Luis Navarro, del Instituto de Agroquímica y Tecnología de Alimentos del CSIC, ha considerado que la horchata industrial "no es horchata, porque se ha modificado sistemáticamente su composición", aunque ha matizado que el etiquetado de la misma debe ser "transparente, claro e inequívoco".

Los realizadores de este estudio, del que diversas revistas internacionales han mostrado interés en publicar, han creado un consorcio y confían desarrollar un proyecto que continúe con estas líneas de investigación.