GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Avantatges nutricionals que aporta la carn de xai

Opinió | 27/11/2017 | 21:25

Consumir carn de xai i cabrit aporta avantatges nutricionals per a l'ésser humà segons la Universitat d'Extremadura

Per a un burgalès, concretant més de la Ribera del Duero, el xai de llet de xurro rostit a la graella, utilitzant com a focus calorífic sarments de ceps (tempranillo) ull de llebre, i regat amb un vi negre jove, roure o criança de Ribera és el millor menjar que se li pot presentar una contratarde de primavera, estiu i fins de tardor. Per contra comproves que, en els últims anys, la carn de xai, ha estat identificada com a poc saludable a causa del seu alt nivell de colesterol i la seva alta proporció de greix saturat. Davant aquestes afirmacions penses que en aquesta societat alguna cosa no funciona de manera natural, ja que en ser la carn rostida a la graella el greix cau sobre les brases on és consumida. És per això que l'Organització interprofessional de l'oví i cabrum s'ha proposat canviar aquesta concepció i que el consumidor associï aquest tipus de carn, la qual, entre molts altres, consumeixen els riberencs burgalesos, amb el concepte salut.

Per a això ha comptat amb el treball del Servei d'Anàlisi i Innovació en Productes d'Origen Animal (SIPA), pertanyent a la xarxa de Serveis de Suport a la Recerca i Desenvolupament Empresarial, SAIUEx, de la Universitat d'Extremadura. En aquest sentit el seu director tècnic Antonio Silva explica que "l'estudi ha consistit en una avaluació nutricional de la carn d'oví i cabrum, encarregat per la Interprofessional de l'Oví i Cabrum (INTEROVIC), focalitzada en les races més representatives de la producció nacional d'aquests tipus de carns ". A més, afegeix l'investigador, aquesta necessitat de revalorització es fonamenta en la "mala premsa que clàssicament té la carn d'aquests animals i que estava així manifestada en les taules de composició d'aliments com BEDCA, (Base de Dades Espanyola de Composició d'Aliments) en la qual se li atribueix una sèrie de característiques nutricionals negatives com un alt percentatge de colesterol o un balanç d'àcids grassos saturats i mono insaturats decantat cap al perfil d'àcids grassos saturats, i fonamentat en estudis molt antics, en la majoria dels casos sense especificar el tipus d'animal ni el tall comercial, pel que era necessari un estudi d'aquestes característiques, en el qual s'actualitzés la informació nutricional d'aquestes carns abastant els talls o peces comercials en les races més representatives de la producció nacional actual ".

A més, en aquest estudi no només participava el SIPA mitjançant l'estudi nutricional de proteïnes, greixos i perfil d'àcids grassos, colesterol, vitamines hidrosolubles i liposolubles, sinó que també ha estat involucrat el Centre d'Investigacions Científiques

Científiques i Tecnològiques d'Extremadura (CICYTEX), que a través del Dr. Fermín López s'ha encarregat de la presa de mostra i el treball de camp en els operadors reals d'aquests tipus carn, el que permet que la informació obtinguda sigui un fidel reflex de la qualitat nutricional de la producció nacional de la carn d'oví i cabrum. En el disseny experimental plantejat es van abordar quatre peces comercials (paleta, costellam, costellam cuinat i cama) en cabrit de llet, representat per la raça Murciana-Granadina; en xai de llet, representat per les races Castellana i Churra, i finalment xai recental o lleuger, en el qual es van considerar les races Segurenya, Manxega, Rasa Aragonesa i Merina, de tal manera que es va cobrir la totalitat de representació d'aquests animals que hi ha al mercat. Finalment també va participar la Universitat de Saragossa, a la qual INTEROVIC va encarregar l'estudi dels minerals.

Així, derivat de l'estudi s'ha pogut comprovar com el balanç entre àcids grassos saturats i mono insaturats que presenten aquestes carns està bastant equilibrat avui en dia, situació que té molt a veure amb les condicions d'alimentació actuals i el maneig d'aquests remugants, i que els nivells de colesterol obtinguts estan entre un 4-15% més baixos que els indicats anteriorment a les taules composicionals. A més gràcies a aquest treball s'ha pogut establir, en el marc de les normatives vigents, declaracions nutricionals per a aquestes carns com Alt contingut de vitamina B6, vitamina B12, i Font de niacina, seleni, zinc i fòsfor, nivells que com indica Antonio Silva , permeten en el marc normatiu actual, generar les corresponents declaracions saludables.

L'estudi per tant presenta un doble objectiu: d'una banda actualitzar la base de dades (BEDCA) que tal com explica el responsable del SIPA "el servei va formar part activa del procés d'actualització interaccionant amb els responsables de BEDCA per defensar la qualitat i solidesa de l'estudi de cara a comptar amb entrades a la base de dades per a les diferents parts comercials estudiades del cabrit de llet i xai de llet i recental, abastant així totes la possibilitats que pot tenir el gran públic a l'hora de consumir aquest tipus de producte " i, de l'altra, revaloritzar la qualitat nutricional de la carn de xai i oví.

L'interès d'INTEROVIC en aquestes dades també resideix, com comenta Antonio Silva "en presentar-los i posar-los en coneixement de la comunitat mèdica, ja que es pretén establir les bases per passar de la proscripció de la carn de xai a la prescripció de la carn de xai ".

Els riberencs esperem que la proscripció passi aviat a la prescripció i que a més de gaudir menjant unes bones costelles rostides no ens quedin càrrecs de consciència per atemptar contra

la nostra salut.

Autor: Jesús Domingo Martínez/GN

https://gironanoticies.com/noticia/56599-avantatges-nutricionals-que-aporta-la-carn-de-xai.htm