

**IV
JORNADA
NACIONAL
DE LA
ALIMENTACIÓN**

Ciencia y Gastronomía “La Tapa”

Emilio Martínez de Victoria Muñoz

Catedrático de Fisiología

INYTA. Universidad de Granada

Academia Andaluza de Gastronomía y Turismo



Vocalía Nacional de Alimentación



Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos



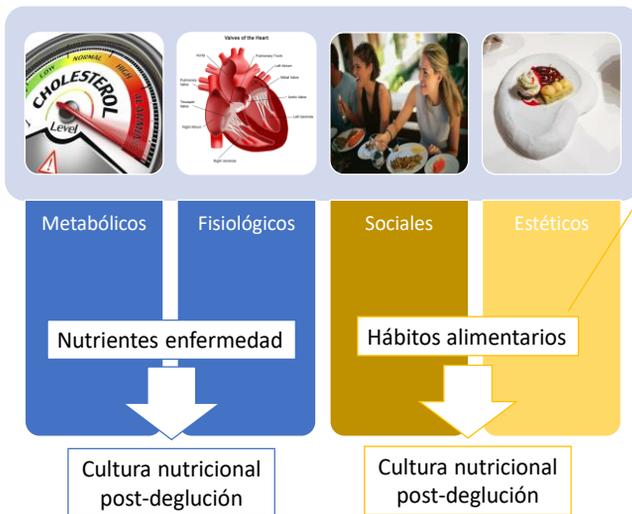
UNIVERSIDAD DE GRANADA



ACADEMIA ANDALUZA DE GASTRONOMÍA Y TURISMO

Relación alimento-salud

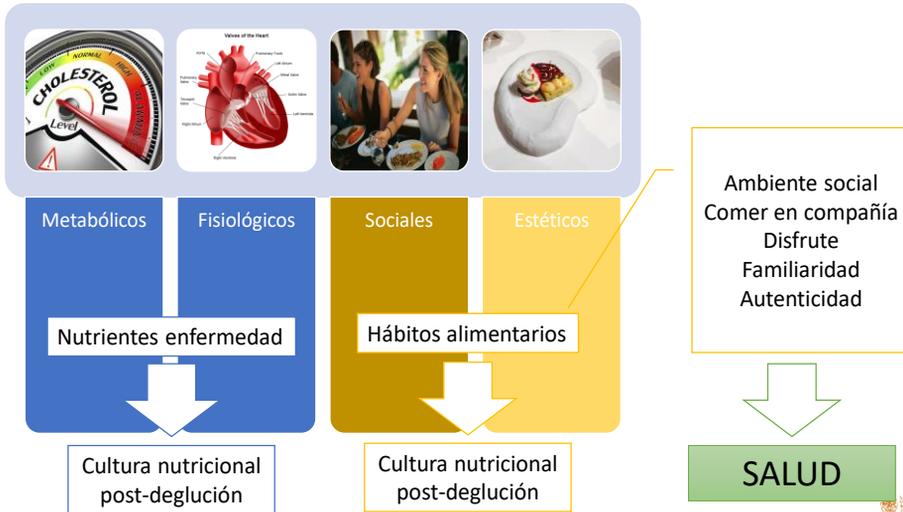
IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACIÓN



Como?
Por qué?
Socioculturales
Patrones y hábitos
Valores
Sentimientos
Sostenibilidad



Relación alimento-salud



El dilema y los sentidos



Bueno



Sano

El dilema y los sentidos

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



Placer



Necesidad

Logo of the organizing institutions: Spanish Ministry of Agriculture, Fisheries and Rural Development; Spanish Ministry of Health, Consumer Affairs and Social Policy; Spanish Ministry of Education, Culture and Sports.

El dilema y los sentidos

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



Arte culinario

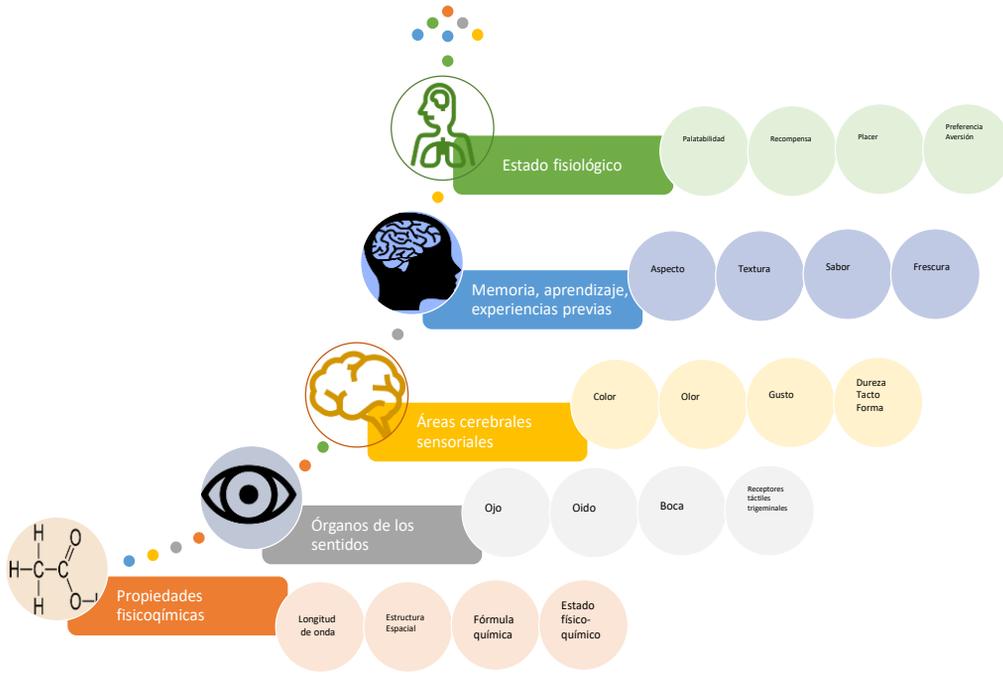


Nutrición

Logo of the organizing institutions: Spanish Ministry of Agriculture, Fisheries and Rural Development; Spanish Ministry of Health, Consumer Affairs and Social Policy; Spanish Ministry of Education, Culture and Sports.

Aceptación, Selección, Consumo de alimentos

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACIÓN



Cocina-Nutrición-Salud

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACIÓN

HARVARD T.H. CHAN SCHOOL OF PUBLIC HEALTH

A growing group of patients learn how to cook

Search this section

When the Prescription Is a Recipe

Doctors, hospitals and some workplaces are showing, not just telling, people how to lead healthier lives by making nutritious food.

NYTIMES.COM

Logos at the bottom right include: Universidad de Zaragoza, IATA, and Universidad de Zaragoza - Instituto de Investigación en Alimentos.



Láminas finas de aguacate con buey de mar al aceite de almendra dulce

Pascal Barbot
Restaurante Astrance
París

Aguacate de mar y tierra

Yukiteru Takahashi
Restaurante Yukimura ·
Sendai (Japón)





Ravioli de aguacate,
melón e hinojo

Xanty Elías
Restaurante Acánthum
· Huelva



Pestiños,
chocolate
y aguacate

Dani García
Dani García Restaurante
· Marbella



Definición de “tapa” Real Academia Española

IV JORNADA NACIONAL
DE LA ALIMENTACIÓN

“Pequeña porción de algún alimento que se sirve como acompañamiento de una bebida”.

... Se pretende fomentar el consumo de los productos locales; favorecer la implantación de las "más recientes tendencias en turismo de calidad y sostenibilidad" e impulsar el emprendimiento y la creación de empleo"

Adjetivos sobre la “tapa”

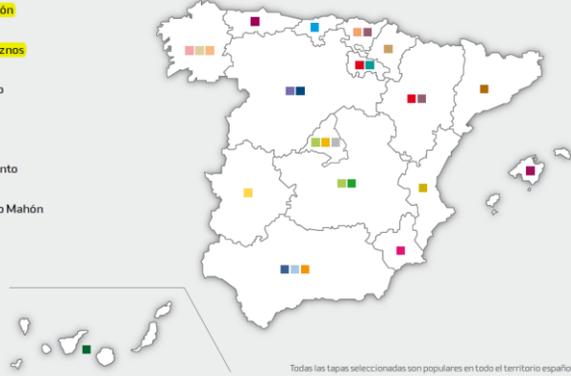
- **Cómoda.** Se puede tomar a cualquier hora.
- **Ligera.** Se disfruta en **pequeñas cantidades.**
- **Distinta.** Se come de pie y, si se quiere, sentado.
- **Relajante.** No es compatible con las prisas.
- **Económica.** Sus pequeñas porciones no encarecen el bolsillo.
- **Rentable.** Sostenible para el restaurador.
- **Onerosa.** Para el cliente
- **Divertida.** Juega con la combinación de otras tapas, sabores y olores.
- **Tradicional.** Es parte de nuestra **cultura.**
- **Innovadora.** Puede sorprender su **creatividad**, propia de la alta cocina.
- **Diferente.** Se picotea con platillos de **muy diversas** regiones o países.
- **Sana.** Es una forma **saludable de la Alimentación Mediterránea.**
- **Comunicativa.** Facilita el diálogo entre los comensales.
- **Individual.** Cada uno elige las suyas.
- **Social.** Nadie tapea solo, necesita **estar con amigos.**
- **Liberal.** Acepta la compañía de cualquier bebida.
- **Multisusos.** Puede ser un almuerzo, un tentempié, una cena...
- **Reconfortante.** Mata el **gusanillo** y **ayuda a la espera.**
- **Informal.** No entiende de protocolo y cada uno se pone donde quiere.
- **Intuitiva.** No se piensa que se va a tapear, se improvisa.
- **Sencilla.** Prefiere el palillo al tenedor y el papel a la servilleta.
- **Provocativa.** Se insinúa atractiva para invitarte a que la elijas.
- **Desvergonzada.** Se deja coger con las manos.
 - Tapear es una **forma de vida** que se comparte con los amigos.





BANDERILLA DE CHAMPIÑONES CALLOS A LA MADRILEÑA
 RA CON MAYONESA GAMBAS AL AJILLO LACÓN CON GR
 TOS PAELLA **EL VALOR NUTRICIONAL DEL APERITIVO: LAS TAPAS Y LA CERVEZA**
 LDCONAS CON TORREZNO **SALMOREJO TACO DE ESCABECHE CON R**

- Anchoa del Cantábrico con queso
- Bacalao al pil pil
- Banderillas
- Callos a la madrileña
- Chorizos a la sidra
- Croquetas de jamón y carne
- Gambas al ajillo
- Lacón con grelos
- Magra con tomate
- Migas extremeñas
- Morcilla de Burgos
- Paella
- Pan con tomate y jamón
- "Papas arrugás" con mojo picón
- Patatas bravas
- Patatas revolconas con torreznos
- "Pescado" frito
- Pimientos rellenos de bacalao
- Pincho de champiñones
- Pulpo a la gallega
- Salmorejo
- Taco de escabeche con pimiento
- Tortilla de patatas
- Tostada de sobrasada y queso Mahón
- Zarzajos



Vocalía Nacional de Alimentación



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



Tradicional

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



La tapa

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION





AL
ON

La tapa

IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



Menú "largo y estrecho"



La tapa



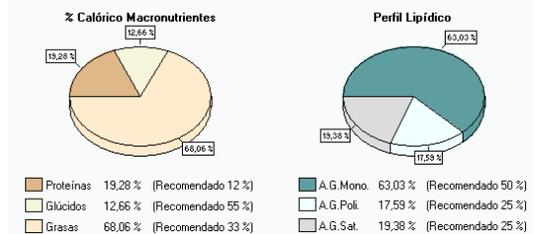
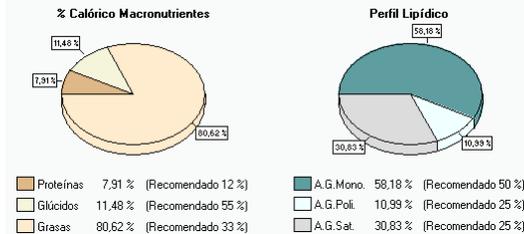
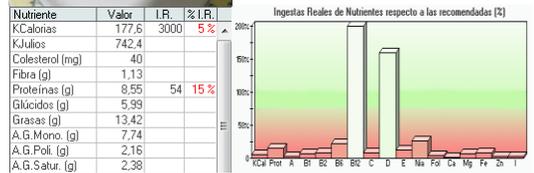
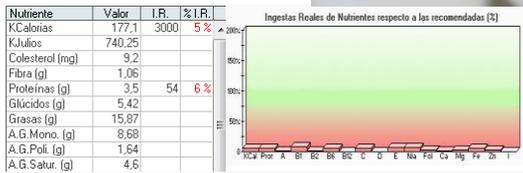


La tapa

Con



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION

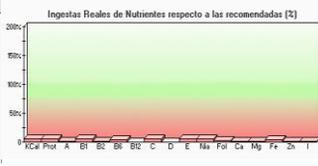


La tapa

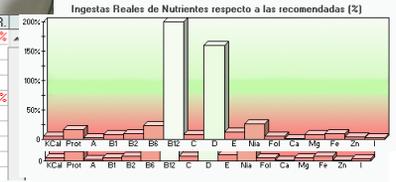
Sin



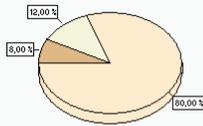
Nutriente	Valor	I.R.	% I.R.
KCalorias	177,5	3000	5 %
KJulios	741,75		
Colesterol (mg)	9,2		
Fibra (g)	0,56		
Proteínas (g)	3,55	54	6 %
Glúcidos (g)	5,68		
Grasas (g)	15,78		
A.G.Mono. (g)	6,65		
A.G.Poli. (g)	1,6		
A.G.Satur. (g)	4,59		



Nutriente	Valor	I.R.	% I.R.
KCalorias	202,4	3000	6 %
KJulios	845,7		
Colesterol (mg)	40		
Fibra (g)	0,98		
Proteínas (g)	9,5	54	17 %
Glúcidos (g)	11,4		
Grasas (g)	13,49		
A.G.Mono. (g)	7,75		
A.G.Poli. (g)	2,16		
A.G.Satur. (g)	2,41		

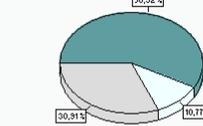


% Calórico Macronutrientes



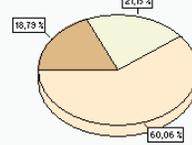
Proteínas	8,00 %	(Recomendado 12 %)
Glúcidos	12,00 %	(Recomendado 55 %)
Grasas	80,00 %	(Recomendado 33 %)

Perfil Lipídico



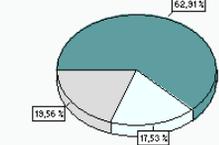
A.G.Mono.	58,32 %	(Recomendado 50 %)
A.G.Poli.	10,77 %	(Recomendado 25 %)
A.G.Sat.	30,91 %	(Recomendado 25 %)

% Calórico Macronutrientes



Proteínas	18,79 %	(Recomendado 12 %)
Glúcidos	21,15 %	(Recomendado 55 %)
Grasas	60,06 %	(Recomendado 33 %)

Perfil Lipídico



A.G.Mono.	62,91 %	(Recomendado 50 %)
A.G.Poli.	17,53 %	(Recomendado 25 %)
A.G.Sat.	19,56 %	(Recomendado 25 %)



Vocalía Nacional de Alimentación



40123456789



La tapa



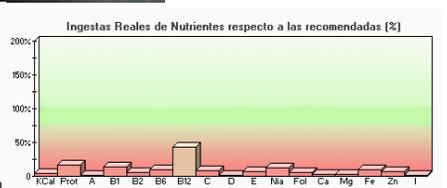
40123456789



La tapa



Nutriente	Valor	I.R.	% I.R.
K.Calorias	121.87	3000	4 %
K.Julios	509.39		
Colesterol (mg)	38.28		
Fibra (g)	0.62		
Proteinas (g)	8.9	54	16 %
Glicidos (g)	4.51		
Grasas (g)	7.53		
A.G.Mono. (g)	4.55		
A.G.Poli. (g)	0.68		
A.G.Satur. (g)	1.41		



Vocalía Nacional de Alimentación



Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social



La tapa



Nutriente	Valor	I.R.	% I.R.
K.Calorias	104	3000	3 %
K.Julios	434.65		
Colesterol (mg)	0		
Fibra (g)	1.83		
Proteinas (g)	3.49	54	6 %
Glicidos (g)	9.21		
Grasas (g)	5.98		
A.G.Mono. (g)	4		
A.G.Poli. (g)	0.7		
A.G.Satur. (g)	0.95		



Vocalía Nacional de Alimentación



Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social



La tapa. Albóndigas

Tradicional

Energía	Grasa	Proteína	HdC	Fibra	Colesterol
122	7,5	8,9	4,5	0,6	38
	Saturada				
	1,4				

Vegetal

Energía	Grasa	Proteína	HdC	Fibra	Colesterol
104	5,8	3,5	9,2	1,8	0
	Saturada				
	0,9				



Vocalía Nacional de Alimentación



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



RealAcadGastronomía @RAGinforma

Seguir

El Ministerio de Educación Cultura y Deporte ha iniciado un expediente para declarar "La tradición Cultural de las Tapas en España como manifestación representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial" bit.ly/2omBBHe



22/02/2018



IV JORNADA NACIONAL DE LA ALIMENTACION



IV
JORNADA
NACIONAL
DE LA
ALIMENTACIÓN

Muchas Gracias.

Emilio Martínez de Victoria Muñoz

emiliom@ugr.es

Catedrático de Fisiología

INYTA. Universidad de Granada

Academia Andaluza de Gastronomía y Turismo



Vocalía Nacional
de Alimentación



Consejo General
de Colegios Oficiales
de Farmacéuticos



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

