**Caracterización nutricional de ajo negro**

Fernandez SP (1), Pontin MA (1), Poggi L (1), Lanzavechia S (1)

(1) EEA La Consulta INTA. Ex Ruta 40 Km 96. CC8. La Consulta, Mendoza, Argentina.

E-mail: [fernandez.silvana@inta.gob.ar](mailto:fernandez.silvana@inta.gob.ar)

El ajo (*Allium sativum*) es un condimento natural por excelencia y forma parte de los hábitos alimentarios y terapéuticos de muchas culturas. Es utilizado con fines medicinales y también como alimento funcional, aunque a veces es desestimado por su sabor intenso, su olor fuerte y desagradable que lo vuelve poco admisible. Conforme a lo mencionado, los beneficios a la salud que aporta el ajo, y por la importancia de elaborar nuevos productos se desarrollaron otras formas de prepararlo para reducir estas molestias y hacerlo más aceptable. El ajo negro es una antigua preparación industrial, un condimento muy apreciado en gastronomía. El sabor y aroma del ajo fresco están presentes, pero atenuados. Es una mezcla perfecta entre melaza, los matices picantes de ajo, y toques de regaliz. Durante su procesamiento se producen reacciones químicas que descomponen proteínas y azúcares, (reacción de *Maillard*) haciendo que cambie su sabor amargo a dulce y que su color pase del blanco/amarillo claro al marrón oscuro o negro. Su consistencia es gomosa y en boca se siente similar a la de una pasa de ciruela. Se trata en realidad de una descomposición química por temperatura y no a un metabolismo microbiano. No se usan aditivos químicos ni conservantes durante este proceso, por lo cual es totalmente natural. Generalmente se prepara a temperaturas de entre 40 – 90 °C y a una humedad relativa de 60 - 90 % durante un periodo prolongado, normalmente alrededor de 30 días. Finalmente se seca a temperatura ambiente durante una semana. Pero el ajo negro no es solamente apetecible por su dulce sabor y tierna textura, sino también por su capacidad nutricional. El presente estudio tiene como objetivo caracterizar los principales componentes de interés nutricional del ajo negro. Para determinar el valor nutricional de los ajos negros y frescos, se utilizaron 9 variedades de ajo INTA (Morado, Killa, Perla, Nieve, Rubí, Gran Fuego, Castaño, Aylín, Gigante) para analizar en promedio ajos frescos y ajos negros. Se determinó: humedad, cenizas, proteínas, grasas totales, fibra bruta, según las técnicas analíticas del AOAC, hidratos de carbono asimilables por diferencia y el valor calórico. Los resultados obtenidos, promedio de cada tipo de ajo, muestran mayor humedad en bulbos de ajo fresco (43,5 g/100 g) respecto al ajo negro (42,9 g/100g) y un contenido menor de cenizas en ajo fresco (2,0 g/100 g vs 2,1 g/100 g de ajo negro), indica cantidades elevadas de proteínas en ajo negro (8,1 g/100 g) vs 7,8 g/100g del ajo fresco). Las grasas totales tanto en ajo fresco como en ajo negro son semejantes (<0,1g/100 g) y un contenido similar de fibra bruta (2,2 g/100g) para ajo negro y 2,1 g/100g para ajo fresco. Los ajos negros tuvieron un mayor contenido de hidratos de carbono (44,8 g/100 g) respecto al fresco (44,5) y también un valor calórico mayor (211,4 Kcal/100 g) en cuanto al ajo fresco (209,3 Kcal/100 g).

Este trabajo fue financiado por el proyecto INTA: PE-I153.

Palabras Clave: *Allium sativum*, alimento funcional, variedades de ajo INTA.