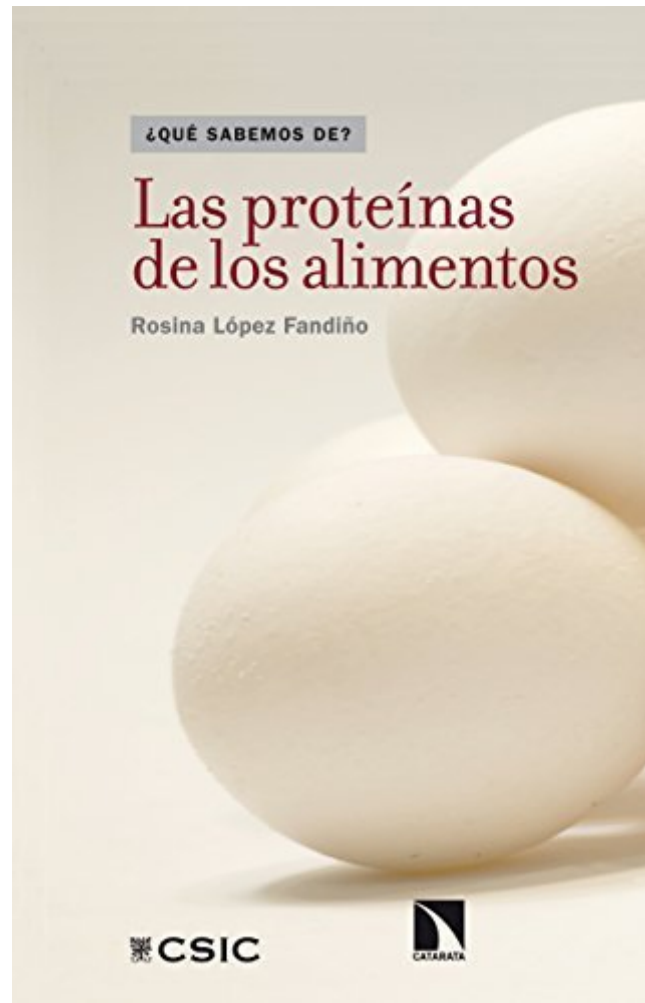


## Las proteínas de los alimentos



Fecha de publicación: 21 enero, 2016

Editor: Los Libros de la Catarata

Autor: Rosina López Fandiño

Longitud de impresión: 74

Idioma: Español

PDF

Las proteínas son uno de los nutrientes esenciales que debemos consumir para mantenernos vivos y sanos. Las que forman parte de alimentos cotidianos como, por ejemplo, los huevos, no solo proporcionan los aminoácidos necesarios para que nuestro cuerpo fabrique sus propias proteínas, sino que tienen efectos beneficiosos para la salud, pues evitan o reducen el riesgo de padecer determinadas enfermedades. Pero, además, también contribuyen a la textura de los alimentos, principalmente por sus propiedades espumantes, emulsionantes y gelificantes, que nos permiten preparar merengues, mayonesas o flanes. Conocer la gran diversidad de funciones que desempeñan las proteínas que comemos en nuestro organismo, su construcción química y su complejidad estructural, aportará al lector una valiosa información sobre temas tan relevantes como la nutrición, la salud, las alergias alimentarias,

la gastronomía o la calidad de los alimentos.

<http://yep.pm/2T26le0i5/vaKZKzZOr.pdf.rar>