

SOCIEDAD

Embora se acerca a la repostería para diabéticos con un libro de recetas

La obra será presentada hoy por su autor, Pedro García, director de la Escola Obradoiro Gascón

La editorial ferrolana Embora presenta esta tarde en el auditorio del Centro Torrente Ballester el libro que lleva por título "Repostería sin azúcar", del que es autor Pedro García Espasandín, director de la Escola Obradoiro Gascón. El acto dará comienzo a las 20.30 horas.

REDACCIÓN FERROL

■ El pasado mes de marzo la Asociación de Diabéticos Ferrolterra organizó varios cursos de repostería basados en la elaboración de menús aptos para personas con diabetes. La novedad era un nuevo producto: el "Sugarsol", un edulcorante que permite la preparación de todo tipo de postres cuyo resultado es exactamente el mismo al que se obtendría con la utilización del azúcar.

De cómo elaborar estos platos se encargó Pedro García Espasandín, que decidió plasmar en un libro alrededor de treinta recetas pensadas no sólo para quienes presentan la enfermedad de la diabetes sino también para quienes prefieran prescindir del azúcar. El resultado: el libro que hoy se presenta bajo el título "Repostería sin azúcar".

Según explica su autor, director de la Escola Obradoiro Gascón, la idea de escribirlo surgió tras impartir estos cursos, si bien ésta ya rondaba en su cabeza desde hacía tiempo aunque, entonces, "la oferta que había de edulcorantes no me satisfacía tanto como para escribir un libro". Pero con el descubrimiento de "Sugarsol", la oferta "cambió mucho". Y para muestra, las propuestas recogidas en este ejemplar —algunos de los platos están elaborados con sacarina líquida y en polvo, tales como algunas mousses y tartas, como la elaborada con fresas, entre otras—.

Su intención a la hora de escri-



Pedro García impartió los cursos que dieron origen a la publicación de este libro

CARLOS CARBALLERA

RECETAS

El autor del libro presenta alrededor de 30 recetas elaboradas con todos los edulcorantes existentes

bir el libro, tal y como reconoce, fue abarcar todas las posibilidades que ofrece la repostería, desde desayunos a postres, pasando por comidas, meriendas, especialidades de época e incluso chupitos.

Así pues, el volumen incluye recetas de arroz con leche, natillas, flanes, pastas, magdalenas, orejas, freixós, helados, sorbetes, tartas o licores de guinda y naranjas, todos sin azúcar. Como recomendaciones, Pedro García cita una mousse capuccino "exquisita" o los "originales chupitos". Por otra parte, y como novedad de gran importancia, explica la posi-

bilidad que ofrece este edulcorante para hacer caramelo de la misma forma que con el azúcar. "Esto es la repanocha, pues antes era imposible de hacer con los edulcorantes que había y con "sugarsol" se puede caramelizar moldes, realizar adornos de caramelo, etc.", comenta Pedro García, explicando que los postres recopilados en el libro no están todos elaborados con este edulcorante, que él mismo descubrió a través de internet, sino que "he utilizado todos los edulcorantes que existen en el mercado".

A este respecto, puntualiza que "en los productos que requieren meterse en el horno sí es imprescindible el "sugarsol", entre cuyas ventajas figura que "no tiene ninguna caloría". Éste se puede obtener en la Asociación de Diabéticos al precio de nueve euros el kilo —la entidad no obtiene beneficio alguno por su venta, tal y como recalca Pedro García—.

■ APUNTE

¿Qué es el "Sugarsol"?

■ El edulcorante "Sugarsol" es una mezcla que contiene polioles —alcoholes de azúcar—, los cuales reemplazan el volumen y la textura del azúcar, tienen un sabor "muy limpio" y presentan la mitad de calorías que ésta. La otra parte de la mezcla está compuesta por dos edulcorantes (acesulfame y aspartame) que tienen un dulzor doscientas veces más fuerte que el azúcar. El resto, tal y como explica Pedro García, director de la Escola Obradoiro Gascón, donde se impartieron los cursos de repostería, "son fibras".