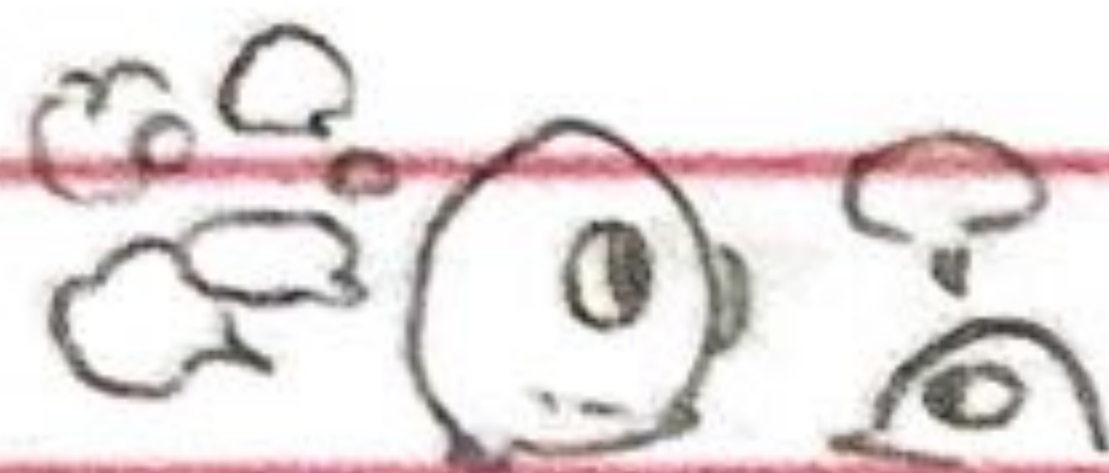


Antecedentes



31/8/23

Primer Antecedente: Galletas de Harina 7 semillas

Proyecto que fue dedicado a la producción y comercialización de galletas en base a harina de siete semillas (cebada, trigo, kañihua, kiwicha, maíz, linaza, alverja) esta harina ya se consume en Perú en bebidas pero se hizo galletas para un producto único el cual se vendería en varios locales y vendrían en paquetes de 2, 4 y 10 galletas.

Estas galletas serían altamente nutritivas y su público específico sería uno general.

Harina

Galletas

Semillas

Cebada

Trigo

Kañihua

Kiwicha

Maíz

Linaza

Alverja

Repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/52940a07-bf77-4633-870d-ae027da9023e.

Rogelio

Lopez

Jimenez

Segundo Antecedente: Galletas de Trigo y Linaza como Fuente de Fibra dietética y ácido alfa-linolénico

Proyecto que se dedica al estudio de las aportaciones de la linaza en los valores nutricionales de la galleta.

Se observó que el aumento de linaza en las galletas (cuanto se agrega) influyó en su nutrición y aparte le agrego características agradables a la galleta que es importante para que al consumidor le de gusto consumir las galletas con linaza. También el aumento de linaza aumento la Fibra dietética y el ácido alfa-linolénico que aportaron a lo anterior.

<http://hdl.handle.net/10872/5873>

-Galleta

-Linaza

-Fibra - ...

Dietética

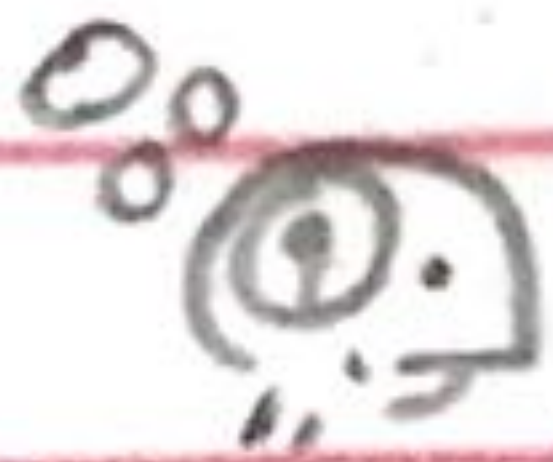
-ácido ...

linolénico

Rogelio

Lopez

Jimenez



Tercer Antecedente: Plan de Negocios para la Fabricación y comercialización de pie y galletas a base de quinua y linaza para diabéticos.

El proyecto fue dedicado a demostrar la factibilidad de implementar un plan de negocios que se basa en la elaboración y comercialización de pies y galletas a base de quinua y linaza.

- Planeación-
- Empresarial
- Producción-
- Alimentaria
- Cocina-
- Saludable
- Quinua
- Linaza

<https://dspace.uola.edu.ec/handle/83000/7910>

Rogelio
Lopez
Jimenez



7/9/23

La Finalidad de este Proyecto es ofrecer una alternativa a los productos aparentemente saludables, siendo este realmente nutritivo, saludable y delicioso.

- Galleta
- Tostada
- Pocos ingredientes
- Nutritivo
- Versatil

Muchos productos que se presentan como "saludable" realmente contienen productos dañinos para la salud, apoyándose en una publicidad engañosa. Por esto nuestro Producto aportara realmente y honestamente algo nutritivo.

El producto a desarrollar sera una galleta o tostada que se intentara que con pocos ingredientes se aporte mas, Siendo tan versatil que se puede presentar tanto Dulce como Salado con una pequeña variacion de ingredientes(...)

Rogelio Lopez
Jimenez

(...) La base del producto son tres ingredientes que cada uno por si mismo aporta grandes beneficios, los ingredientes son: Harina de Almendra, Linaza, y Aceite de -
-Coco.

Para las variaciones Dulces o Saladas se buscara lograrlo con condimentos e ingredientes con aporte Nutricionales.

El producto Final sera versatil, nutritivo y Facil de llevar, que sirva de complemento a tus alimentos, o como un Snack que no te pese comer, como un pequeño apoyo nutricional y Para todo tipo de Publico incluso para personas con restricciones alimenticias

- Variaciones
- Versatil
- Nutritivo
- Almendra (Harina)
- Linaza
- Aceite de coco

- Snack
- Complemento

Rogelio
Lopez
Jimenez

Definición del Problema

20/9/23

El problema es el hecho que hay una gran cantidad de productos "Sanos" que se venden como "sanos" pero realmente es una publicidad engañosa ya que estos productos están hechos con ingredientes de mala calidad o contienen uno o dos productos sanos y después pura grasa y azúcar, principalmente.

- "Sano" (es decir no del todo sano)

- Publicidad Engañosa

- Saludable

- Nutritivo

Por lo anterior las personas son engañadas y no reciben el beneficio de un producto supuestamente "sano"

Con lo anterior en mente se quiere resolver esto creando un producto que sea igual de accesible que un producto "Sano" pero esta vez realmente, sea nutritivo y no engañe a las personas que buscan cuidar su salud

¿Es posible hacer la galleta y sus versiones planteadas manteniendo siempre el margen nutritivo, económico y saludable?

Rogelio
Lopez
Jimenez.

Norma

Como se dijo antes para ofrecer un producto que realmente tenga las características de un producto sano y no como algunos productos que hoy tienen la etiqueta de "Saludable" y también que sea un producto que al comercializarlo de un beneficio económico ya que el producto es honesto y cumple con las expectativas del cliente. Creando un balance entre costo y beneficio.

-Costo-
Beneficio

-Natural

-Saludable

-Producto
Local

-accesible

-Expectativas
del Cliente

Las posibilidades de lograrlo son altas ya que son las personas que se preocupan por su alimentación pero no muchache tener el tiempo ni conocimiento para preparar algo saludable. Además que se intentara que los ingredientes sean naturales accesibles y realizar variaciones con productos locales. Bajando bastante el COSTE.

-Alta Posibi-
lidad de Logro.

Rogelio
Lopez
Jimenez.

Objetivos Específicos y generales.

19/10/23

- o Objetivo general: Crear la galleta a base de: linaza, harina de almendra y aceite de coco, junto a estas otras versiones en Sabores e ingredientes para mas accesibilidad. Pero nunca alejarse de lo nutritivo y saludable.
- o Objetivos especificos:
 - Perfeccionar la Receta
 - Experimentar nuevos ingredientes
 - Experimentar con ingredientes mas baratos per de calidad Nutricional
 - Observar Resultados y descartar variantes.
 - Acabar con min 3 - 4 variantes de la galleta.

- + Variantes
- + galleta
- + linaza
- + harina alm.
- + Sabores
- + Ingredientes
- + accesible
- 3 - 4
- variantes

Rogelio
Lopez Jimenez

Norma

El proyecto es posible porque son pocos ingredientes, siempre estar disponibles y se pueden variar y sustituir (la receta original: linaza, aceite de coco y harina de almendra) a las necesidades del consumidor y productor. Mas aparte el hacer las variantes es facil porque agregar ingredientes sin afectar mucho el valor Nutricional es Facil.

Algunos Ejemplos de Reemplazo de ingredientes serian:

- Harina de Almendra: (Harina de Avena, coco, garbanzo)

+ Pocos
Ingredientes
+ Variantes
+ Facil

Agregar

+ Adaptable

+ Nutricional

poco afectado,

Rogelio

Lopez Jimenez

- ¿Qué es un Alimento Saludable?: Aquel que es bueno o beneficioso para la salud o que la proporciona (cuidate plus.marca.com)
- ¿Qué es un alimento nutritivo?: Aquel que aporta al organismo nutrientes, vitaminas, calorías y demás componentes necesarios para tener un rendimiento óptimo a lo largo del día. (www.ecured.cu)
- ¿Qué es un alimento Natural?: Son alimentos de origen vegetal o animal que no tienen sustancias añadidas como: sal, azúcar, edulcorantes, grasas o aditivos. (www.levantate-emu.com)

Rogelio
Lopez Jimenez

- Consecuencias que genera el alto consumo de productos industrializados: aumento de calorias, mismo que se relaciona con el desarrollo de diabetes tipo 2, la forma más común de la enfermedad (www.gob.mx)
- Linaza: La linaza que consumimos es la semilla de la planta de Lino (también conocida como *Linum usitatissimum*), que puede crecer hasta alcanzar los 2 metros de alto. (<https://bgraan.com>)
- Almendra: La almendra es la semilla comestible del fruto del almendra dulce, de color blanco brillante envuelta con una cubierta marron rojiza. (<https://www.frutas>)

Rogelio
Lopez
Jimenez

- Aceite de coco: El aceite de coco proviene de la nuez (fruto) de la palma de coco. Contiene ácidos grasos de cadena media, que incluyen ácido capríco, ácido caprílico y ácido láurico.
- Gluten: El gluten es una proteína que se encuentra en la semilla de muchos cereales como son el trigo, cebada, centeno, espelta.

Muchas personas son incapaces de digerir esta proteína por completo ya que tras la ingesta se generan fragmentos proteicos que activan el sistema inmunológico. (<https://celiacos.org>)

Rogelio
Lopez

Jimenez

- Fibras: La Fibras es un componente vegetal que contienen polisacáridos y lignina y que es altamente resistente a la hidrólisis de las enzimas digestivas humanas. (<https://cuidateplus.marca.com>)
- Omega-3: El omega-3 de origen vegetal llamado ácido alfa-linolénico (ALA), se ha relacionado con una mejor circulación y efectos antiinflamatorios en el organismo (<https://bgraan.com>)
- Ácido Láurico: El ácido láurico es un ácido graso saturado de cadena media, que se encuentra presente hasta en un 50% en los aceites láuricos (...)

(...) (palmiste, coco, y babassí). Estos aceites son la principal fuente de triglicéridos de cadena media, los cuales son digeridos, absorbidos y transportados de manera mas facil y rapida. (<https://plantbasedchef.mx>)

- Galleta: Masa generalmente de harina de trigo mas otros ingredientes, que se hornea en porciones individuales.
- Beneficios de la Harina de Almondas: Combaten la anemia, Nos aportan una gran cantidad de energia, Combaten la ansiedad y ayudan al descanso, Benefician al sistema inmunologico etc.... (meditts.com)

Rogelio
Lopez

Jimenez

- Beneficios de la Linaza: Rica en Fibra, Contiene proteínas, buena fuente de minerales, Contiene omega-3. (quaker.lat)

- Beneficios del aceite de coco: Fortalece el sistema inmunológico, estimula el metabolismo, mejora la función de las tiroides, ideal para diabéticos, ayuda a combatir las bacterias de la boca. (mercado punto verde.com).



Ingredientes:

- 1 taza de harina de almendras
- 1/2 taza de semillas de linaza remojadas en 1/2 taza de agua por una hora

Para la receta salada:

- 1/2 cucharadita de sal de mar
- 1/2 cucharadita de cúrcuma en polvo
- 1/2 cucharadita de jengibre en polvo

Rogelio

Lopez

Simoes