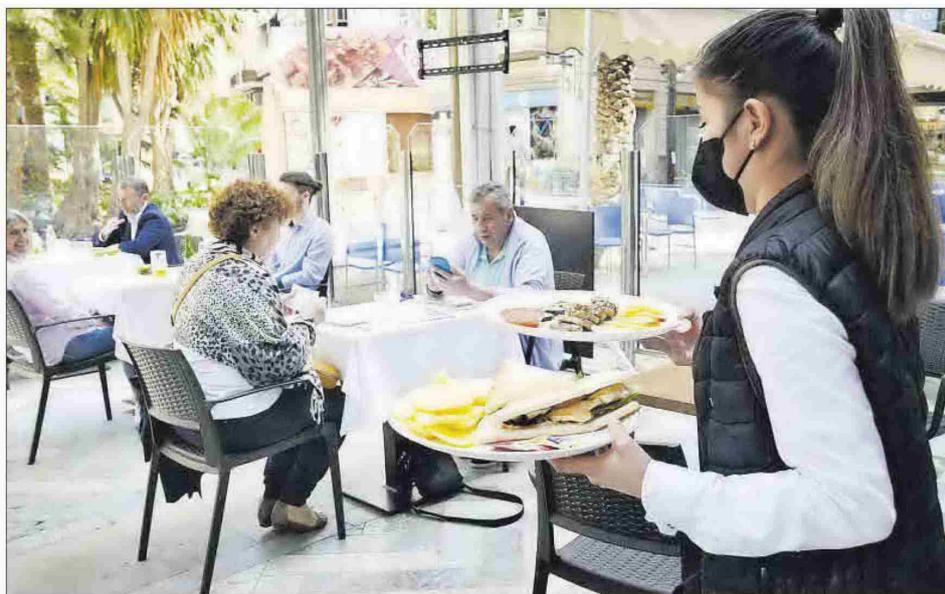


Las carnes y los cereales forman parte del 40% de los platos que sirven los bares y restaurantes - Información - 18/04/2021



Una camarera sirve dos platos en la terraza de uno de los restaurantes que se encuentran situados en la Glorieta.

MATÍAS SEGARRA

Las carnes y los cereales forman parte del 40% de los platos que sirven los bares y restaurantes

► Un estudio de la UMH analiza 17.500 propuestas de las cartas de 214 locales y concluye que la presencia de las legumbres es anecdótica y apenas hay alternativa a refrescos y bebidas alcohólicas

BORJA CAMPOY

■ La oferta que encuentran los ilicitanos para comer fuera de casa en restaurantes y bares está dominada principalmente por la carne y los cereales, presentes en el 40% y el 38% de los platos respectivamente. Esta es una de las principales conclusiones del estudio que han realizado los estudiantes Borja Quiles y Agustí Castell para el Local Data Lab de la Universidad Miguel Hernández (UMH) de Elche. El minucioso trabajo de análisis ha escrutado más de 17.500 platos de los menús y las cartas de 214 establecimientos, en los que se evidencia la mala calidad nutritiva de la oferta culinaria. El informe extrae más conclusiones, como que la presencia de legumbres es anecdótica o que apenas hay alternativas a los refrescos azucarados y las bebidas alcohólicas.

La carne es el alimento que más aparece en la oferta analizada, ya que todos los restaurantes, salvo los vegetarianos, ofrecen en



Pizarra en la que se anuncia el menú del día en un establecimiento de hostelería.

MATÍAS SEGARRA

sus menús ternera, cerdo o pollo. La carne de mamíferos y aves se encuentra en el 50% de los platos de 66 de los 214 establecimientos que forman parte del estudio y en seis de ellos llega a estar, incluso,

en un porcentaje superior al 70% de los platos. Los autores del trabajo se hacen eco de las recomendaciones de nutricionistas sobre los problemas de salud que provoca el consumo excesivo de carne

roja o procesada y las recomendaciones al respecto de la Organización Mundial de la Salud.

Los cereales siguen muy de cerca a la carne y son el segundo alimento con mayor presencia en

LA CLAVE

SUSHI Y SASHIMI

4 de los 10 locales con más pescado son japoneses

► El pescado forma parte del 20% de la oferta gastronómica. En este apartado destacan los restaurantes japoneses, ocupando cuatro de los diez primeros puestos.

LA CIFRA

25%

Uno de cada cuatro platos contiene verduras o frutas

► El 25% de los ingredientes encontrados en los más de 17.500 platos analizados son verduras, frutas, hortalizas o tubérculos, mientras que las legumbres no llegan al 5%.

el panorama gastronómico ilicitano. Están presentes en un 38% de los platos a través de, principalmente, tres productos: pan, arroz y pizza. Los dos primeros son esenciales en la dieta mediterránea, además de que el arroz forma parte de la tradición culinaria ilicitana, ya sea a través de distintas paellas o con costra.

El 25% de los ingredientes encontrados en los más de 17.500 platos que se han analizado son verduras, frutas, hortalizas o tubérculos. En quince de los restaurantes, apuntan los autores, la oferta de verduras es superior al 50%. El problema en este apartado, señala el informe, es que las patatas fritas, ya sea como guarnición, acompañamiento o tapa, tienen una presencia destacada.

El pescado y el marisco están presentes en cerca del 20% de los platos y es habitual en casi todos los restaurantes, salvo en los especializados en la comida norteamericana y en los kebabs. Cuatro de los diez restaurantes que más pescado ofrecen son japoneses, en los que priman el sushi y el sashimi. Las legumbres son las grandes olvidadas, con una presencia que no llega al 5% de los platos y a un tercio de las cartas de los restaurantes.

Otro de los grandes problemas es que apenas hay alternativas a los refrescos azucarados, la cerveza y el vino. La cerveza sin alcohol, los refrescos «cero» y el té frío tienen una presencia menor, aún así superior a la del agua con gas o con limón. Por su parte, el café es el rey de las sobremesas, presente en casi todos los menús.