

Las latas son para el verano

Periodista Digital / 7 agosto 2015

Las latas en verano son buenas compañeras, y todo el año también] Fáciles de abrir y cómodas de transportar, las conservas son la alternativa perfecta para alimentarse en el período estival. Y la verdad es que los alimentos enlatados mantienen todas las propiedades nutricionales ya que desde la cosecha hasta el envasado transcurren entre dos y cuatro horas. Además, los envases metálicos son altamente resistentes a los golpes y no necesitan refrigeración, lo que facilita su transporte allá donde se vaya.

Publicidad

Ya ha llegado el verano, con creces, y con él las ganas de ir de vacaciones y despreocuparse de la cocina. ¿Cómo es posible alimentarse de forma fácil, segura y saludable durante la época estival? Tan sencillo como, y es solo una posible opción, claro, recurriendo a las conservas enlatadas.

Hoy en día existe una amplia variedad de alimentos y bebidas enlatadas que ofrecen garantía de calidad y que son fáciles de abrir y cómodas de transportar. Las conservas se han convertido en una sabrosa opción ya que se pueden elaborar con ellas una gran variedad de recetas dignas de los mejores paladares incorporando a la dieta alimentos de todos los grupos: verduras, legumbres, frutas, carnes, pescados o mariscos. Para comer bien, cuando las prisas aprietan ,también existe un sinfín de platos preparados.

Los productos en conserva mantienen intactas todas las propiedades nutricionales ya que las fábricas se encuentran junto al lugar de origen de las materias primas: desde la cosecha hasta el enlatado de algunos productos apenas transcurren entre dos y cuatro horas. De este modo, se mantienen las vitaminas y los nutrientes esenciales sin necesidad de añadir aditivos o conservantes. Se aconseja además aprovechar parte o todo el líquido de cobertura de las conservas para no desperdiciar las vitaminas y los minerales.

El procesado de los alimentos enlatados permite su conservación durante un período largo de tiempo sin que se echen a perder. Por lo general, las latas preservan de dos a cinco años las cualidades de sabor y los niveles de nutrición, aunque suelen mantener sus vitaminas y proteínas durante mucho más tiempo. Al estar herméticamente cerradas se evita la entrada de microbios nocivos para la salud y se garantiza la inviolabilidad del contenido.

Gracias a los cómodos sistemas de apertura, el uso de la conserva es rápido y sencillo, lo que permite su consumo en cualquier espacio. Y otra de las grandes ventajas que ofrecen los alimentos enlatados es que no requieren de refrigeración: mientras la lata esté cerrada puede almacenarse tranquilamente a temperatura ambiente. Al no requerir condiciones especiales de conservación son a menudo también productos más asequibles para los bolsillos y medioambientalmente más sostenibles.

Además, los alimentos enlatados pueden consumirse directamente, sin que sea necesario cocinarlos, y no requieren de más utensilios puesto que pueden ser calentados en el propio envase. De hecho, los envases de acero y de aluminio poco profundos y con gran abertura puedan utilizarse de manera segura en los hornos microondas. Entre las múltiples cualidades que presentan los envases metálicos destaca que son altamente resistentes a los golpes y que

soportan temperaturas y presiones extremas, Además, los envases metálicos son cada vez más ligeros, lo que facilita su transporte allá donde se vaya. Y siempre hay más detalles, como que hoy en día es posible elegir el tamaño de la lata en función de las raciones que se van a consumir, evitando así el creciente desperdicio alimentario. [Hay latas de mil formas y tamaños]

Algunas de las ventajas de viajar con latas:

- * Fáciles de abrir y transportar.
- * Alimentación sana y segura.
- * No necesitan refrigeración.
- * Resistentes a los golpes.
- * Raciones de diversos tamaños.

La Asociación Metalgráfica Española (AME) es una organización empresarial del sector de la fabricación de envases metálicos ligeros, tapas, tapones y precintos metálicos realizados en aluminio y hojalata. Sus socios producen envases metálicos de todo tipo, desde envases para conservas, latas de bebida y aerosoles, hasta cajas decorativas o envases industriales, así como tapas y cierres metálicos.

Fundada en 1927, es una de las organizaciones sectoriales más antiguas de España. La asociación reúne actualmente a una treintena de empresas de todos los tamaños, desde grandes multinacionales hasta empresas familiares de capital español, cuya facturación anual ronda los 2000 millones de euros. Las empresas del sector dan empleo a unos 5000 trabajadores y representan un consumo anual de materia prima, nacional y de importación, superior a las 600.000 toneladas de hojalata y chapa cromada. El sector exporta un 21% de su producción, estando sus principales clientes en Europa, destino que aglutina el 90% de las exportaciones. La industria metalgráfica española se sitúa entre las cuatro mayores potencias europeas del sector, con un alto nivel de preparación tecnológica y con una buena industria auxiliar y de complementos con tecnología propia.

En la actualidad, la Asociación Metalgráfica Española (AME) forma parte de la Confederación Española de Organizaciones Empresariales del Metal (CONFEMETAL) y de la organización europea del envase metálico EMPAC (European Metal Packaging). Las empresas asociadas a AME tienen asumido un firme compromiso con el medioambiente, conscientes de la importancia de reducir la generación de residuos y disminuir el impacto ambiental que genera cualquier actividad empresarial. AME, que apuesta por el desarrollo sostenible y la protección del medio ambiente, es miembro de ECOACERO, entidad que representa al acero dentro de Ecoembes, la organización que cuida del medio ambiente a través del reciclaje y el ecodiseño de los envases en España.