

Este plato absorbe la grasa sobrante de la comida (¡lo querrás a toda costa!)



Una empresa española ha ideado un nuevo método para perder peso: lo tienes delante.

Por fin podrás llevar una alimentación saludable sin dietas estrictas y sin tener que pensar en penitencias de gimnasio. ¿Cómo? Comiendo en este plato capaz de reducir hasta 300 calorías. He aquí la vajilla 'adelgazante'

Este plato es único en el mundo. Lo último en tecnología culinaria, y está diseñado por investigadores de la Escuela Técnica Superior de Ingeniería de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU). ¿Qué hace? Absorber la grasa sobrante de los alimentos que se sirvan en él.

En concreto, el plato Hola (así lo han bautizado) es capaz de reducir hasta el 30 por ciento de las calorías de un menú, lo que equivale a entre 100 y 200 calorías en una comida normal,

según sus creadores.

“No queremos que nadie renuncie a su comida; intentamos que la puedan disfrutar acompañándoles en el cuidado de su salud”, explica el equipo multidisciplinar que se esconde detrás de este invento. De ahí que se haya presentado bajo el lema ‘No cambies tu comida, cambia tu plato’.



Dependiendo de la viscosidad y la densidad de cada aceite el plato reducirá hasta 100 y 200 calorías.

Precisamente el objetivo de estos jóvenes emprendedores (cuya media de edad ronda los 22 años) era facilitar que la gente comiese más limpio sin tener que renunciar a su comida habitual, sin hacer dietas estrictas. “Queríamos aportar una solución a una cuestión del día a día”, dice uno de sus impulsores, Aritz López.



En el centro los agujeros son más estrechos y se van ensanchando hacia los lados. Esto es así para separar el aceite de la comida.

Para que funcione es necesario “que las recetas tengan aceite o un derivado del mismo”. Desde un huevo frito con patatas fritas, hasta una ensalada, un filete empanado, un croque monsieur o unas croquetas pueden comerse con menos calorías si se sirven en esta superficie.

Tal y como explica Ander Méndez, uno de los creadores, “hay que tener en cuenta la viscosidad dinámica y la densidad de cada aceite, ya que los distintos aceites que podemos encontrar en nuestros alimentos tienen diferentes propiedades de viscosidad y densidad”.



Elaborados en porcelana, madera o polímero, su diseño está inspirado en los símbolos japoneses ‘kamon’, y se pueden meter en el lavaplatos y el microondas.

El mecanismo de absorción de Hola está inspirado en las esponjas de mar. Estos invertebrados poseen una serie de poros y canales que filtran el alimento y el oxígeno. A diferencia

de las esponjas marinas, los orificios estos platos están diseñados para filtrar lípidos (grasa y aceite).

En concreto, cuenta con una superficie de más de 1.538 pequeños agujeros -distribuidos de forma matemática, y optimizados en forma y profundidad por la superficie- que tienen la capacidad de separar las grasas de los alimentos y absorberla.

Se trata de un sistema (patentado) de filtrado de alimentos y oxígeno que separa los lípidos (grasa y aceite) de la comida, permitiendo reducir de forma considerable la ingesta de calorías (entre 100 y 200 calorías en una comida normal).

Pero ¡ojo! Si quieres aligerar peso y que tu silueta sea más esbelta también tienes que poner de tu parte. "Su uso debe ir acompañado de un estilo de vida saludable y de hacer ejercicio físico", señalan los autores.

¿Qué te parece este invento? ¿Crees que puede ayudar a comer más sano? ¿Lo comprarías?

Fuente: vida-estilo.