

Carne de codorniz: una alternativa saludable y agradable

M. MOR-MUR^{1*}, S. GRANELL², J. RAFAEL³

¹Departamento de Ciencia animal y de los alimentos – CERPTA. Facultad de Veterinaria. Universitat Autònoma de Barcelona. 08193 Bellaterra (Barcelona), ²URGASA, Ctra. Tarragona, km. 75, 25430 Juneda (Lleida), ³Nuri i Espadaler, Cantonigros, 8, Pol. Ind. Malloles, 08500 Vic (Barcelona). * e-mail: montserrat.mor-mur@uab.cat

La codorniz es un ave conocida en nuestra cultura desde hace muchísimos años pero en círculos restringidos de población: aquellas personas aficionadas a la caza, que la capturaban junto con otras aves. Su carne ha sido consumida por dichos círculos y en restaurantes donde se primaba la oferta de alimentos variados, de la zona y de temporada.

En las últimas décadas diversas de las especies tradicionalmente cinegéticas se han introducido en la producción intensiva de modo que se dispone de materia prima cárnica alternativa a las especies tradicionalmente consumidas. La carne de dichos animales difiere en composición y calidad organoléptica debido a diversos factores entre ellos la selección genética, la alimentación o la estabulación.

Se dispone de pocos datos científicos sobre la calidad de la carne de avestruz. Nuestro grupo ha determinado la composición nutricional de la carne con piel de dos híbridos comerciales de codorniz *Coturnix japonica* (CJ) que difieren en el perfil lipídico de la alimentación recibida. También se ha determinado el perfil de ácidos grasos de las dos estirpes y el contenido en Anserina y Carnosina, dipéptidos bioactivos.

Los animales estudiados presentan un peso vivo entre 245 y 255 g y en canal refrigerada entre 160 y 180 g. Dado el tamaño de las aves, una ración está constituida por un animal entero que es cocinado según las costumbres de cada región. El peso de la carne total oscila entre 80 y 100 g, de los cuales la pechuga constituye alrededor del 57 %. Por el mismo motivo se acostumbra a consumir con piel y a dicha presentación corresponden los datos siguientes. El contenido en proteínas oscila entre el 20 y 21%, de alta calidad nutritiva al tratarse fundamentalmente de proteínas miofibrilares. En cuanto al contenido lipídico, las aves alimentadas con las mezclas grasas habituales en la producción aviar representa una concentración del 9,5% mientras que las que han recibido un contenido energético procedente de soja es del 7,5%. Pero más destacable son las proporciones de ácidos grasos saturados : monoinsaturados : poliinsaturados, que son de 30:44:26 y 24:37:38 respectivamente. El contenido en sodio es sólo de 0,06 g/100g.

De suma importancia nutritiva son la carnosina y la anserina. Se trata de dipéptidos que contienen histidina y alanina, descritos en el tejido muscular esquelético y en el cerebro de muchas especies de mamíferos y aves, en contenidos muy dispares. Entre sus funciones biológicas destacan: capacidad tampón, capacidad antioxidante, es un agente antiglicante y anti-edad, y tiene un importante papel en el control del contenido de calcio en el retículo sarcoplásmico. Hemos hallado un contenido carnosina en pechuga y extremidad de alrededor de 1350 y 300 µg/g respectivamente y de anserina de 725 y 200 µg/g respectivamente. Finalmente también se ha analizado el contenido de carnitina, compuesto con importante papel en el metabolismo lipídico humano y asociado a la disminución de la oxidación en la mitocondria de los ácidos grasos de cadena larga. En la codorniz se ha determinado una concentración de 0,5 y 0,2 µg/g en pechuga y extremidad respectivamente.

Palabras clave: codorniz; *Coturnix japonica*; composición nutricional; perfil de ácidos grasos; péptidos bioactivos: anserina y carnosina; carnitina.