

# **Niños buscan incluir plato boricua en libro de recetas para astronautas en el espacio: “Estamos inspirando a las próximas generaciones”** <sup>[1]</sup>

Enviado el 19 marzo 2025 - 12:01pm

*Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.*

## **Calificación:**



No

## **Contribución de CienciaPR:**

[El Nuevo Día](#) <sup>[2]</sup>

## **Fuente Original:**

Adriana Díaz Tirado

## **Por:**



Desde mofongo hasta pasta de garbanzo: estudiantes preparan platos boricuas para astronautas en el espacio. Niños entre sexto y octavo grado cocinaron este sábado con miras a incluir el primer plato boricua al libro de recetas de NASA.

Desde mofongo con pasta hasta crearla desde cero incorporando harina de garbanzo, niños de sexto a octavo grado cocinaron este sábado con miras a incluir el primer plato boricua en el libro de recetas del laboratorio del **“Space Food Systems”** [3] de la **Administración Nacional de Aeronáutica y el Espacio** [4] (NASA, en inglés).

El plato ganador del **NASA HUNCH Astronaut Culinary Challenge** [5], que brindó a estudiantes puertorriqueños la oportunidad de desarrollar recetas de cocina diseñadas para los astronautas de la **Estación Espacial Internacional** [6], fue una pasta de garbanzo preparada por tres alumnas de la Escuela Miguel Meléndez Muñoz, en **Bayamón** [7], quienes la acompañaron con espinaca, tomate, pimientos y otros vegetales.

La líder del grupo “Astrobites”, **Sophia Agosto**, destacó que su “Garden Chickpea Pasta” se basó en “mucho trabajo” a lo largo de las últimas semanas al dejarse llevar por todos los requisitos nutricionales.

Por su parte, el grupo de “Los Galactic Gourmet”, compuesto por estudiantes de octavo grado de la Escuela Segunda Unidad Bayamoncito, de **Aguas Buenas** <sup>[8]</sup>, preparó una pasta integral mezclada con mofongo de plátano del país bañada en una salsa cremosa a base de yogur griego.

**“Nos gustó la idea de darle el toque puertorriqueño, el toque de la isla. Decidimos escoger el mofongo porque es una comida muy famosa en Puerto Rico”,** destacó **Evan Román** desde el comedor de la American Military Academy, en **Guaynabo** <sup>[9]</sup>, donde se celebró el evento.

Mientras machucaba los plátanos, **Yadier Omar Sierra Soto**, el líder de su equipo, describió la oportunidad como “única en la vida”. Aseguró que le gusta la cocina y que tenía “el mejor equipo”.

**Esta es la primera vez que se celebra el certamen culinario en Puerto Rico y el tema de este año fue “pasta dish”.** Los cinco grupos, compuestos por estudiantes, tuvieron que ingeniárselas para crear una receta original de 200 a 400 calorías, con menos de 10 gramos de grasa, menos de 300 miligramos de sodio, entre otros requisitos.

**“Ellos aprendieron sobre los requerimientos nutricionales en ambientes sin gravedad, porque los astronautas no pueden consumir nada de sodio. El reto es crear platos que tengan buen sabor en el espacio”,** explicó el doctor **Gerardo Morell** <sup>[10]</sup>, director de la NASA Puerto Rico Space Grant.

Mientras, **Bob Zeek**, gerente del **NASA HUNCH** <sup>[5]</sup>, destacó que “tenemos estudiantes compitiendo y haciendo comida real para astronautas con todo valor nutricional”. “El planto ganador viajará la Estación Espacial”, subrayó.

Zeek enviará la receta ganadora del “Garden Chickpea Pasta” al Laboratorio de Alimentos del **Centro Espacial Johnson de la NASA** <sup>[11]</sup>, en Texas, para ser procesada y, luego, enviada a los astronautas en misiones.

El grupo de sexto grado de la Escuela del Deporte de San Juan preparó la “Pasta Jíbara”, que incluyó amarillos. “Es una demostración de Puerto Rico y nos parece una experiencia interesante”, destacó la estudiante **Nathalia Santana**, junto a sus cuatro compañeros de equipo.

De la misma escuela municipal, se presentaron **Nicolás Díaz** y **Yaviel Parrilla**, de octavo grado, con una pasta bañada en sofrito puertorriqueño, que consideraron también daría un toque único a la comida en el espacio.

La líder del equipo “Stellar Chefs”, **Haylie Rivera**, detalló que cocinaron una pasta a base de harina de garbanzo “homemade”, que destacó es una de las masas que tiene más proteína que ayuda a los astronautas. Las seis estudiantes del Colegio Rosa-Bell, en Guaynabo, compartieron que se prepararon por semanas con datos sobre cómo trabaja el cuerpo humano en el espacio.

“No podíamos usar sal, así que tuvimos que buscar sustitutos que fueran aprobados por los reglamentos de la NASA”, dijo **Anyá Terón**, integrante de las “Stellar Chefs”.

Como parte del jurado, Zeek explicó que trajeron chefs puertorriqueños como **Ventura Vivoni**, **Joanna Riestra** y **Betsy Echevarría**, entre otros integrantes de diferentes sectores, para evaluar los creativos platos.

**“Me parece algo único para ellos aprender de estos procesos y pensar que estos platos puedan ser presentados a los astronautas. La ciencia que utilizan en la cocina los ayuda a desarrollar interés por más carreras en las ciencias”**, expresó Echevarría.

Riestra enfatizó, por su parte, que “la cocina es ciencia, así que me parece bien enriquecedor que ellos vivan lo que es la cocina en el espacio”.

Antes de iniciar las presentaciones, Zeek mostró un vídeo de **Suni Williams**, una de los dos astronautas de la NASA varados en la Estación Espacial Internacional –que esperan regresar a finales de marzo a la Tierra **tras nueve meses en el espacio** [12]–, para que los niños conocieran cómo es su día a día.

**“Estamos inspirando a las próximas generaciones.** Ellos después pueden incluirlo en su resumen, que compitieron en 2025 preparando comida para astronautas. Tratamos de darle a los niños oportunidades”, enfatizó Zeek, en un aparte con **El Nuevo Día**.

**Tags:**

- comida espacial [13]
- Astronautas [14]
- NASA [15]

**Categorías de Contenido:**

- Ciencias biológicas y de la salud [16]
- Ciencias terrestres y atmosféricas [17]

---

**Source URL:**<https://www.cienciapr.org/es/external-news/ninos-buscan-incluir-plato-boricua-libro-recetas-astronautas-espacio-estamos?language=es&page=14>

#### Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/external-news/ninos-buscan-incluir-plato-boricua-libro-recetas-astronautas-espacio-estamos?language=es> [2] <https://www.elnuevodia.com/ciencia-ambiente/espacio-astronomia/notas/ninos-buscan-incluir-plato-boricua-en-libro-de-recetas-para-astronautas-en-el-espacio-estamos-inspirando-a-las-proximas-generaciones/> [3] <https://www.nasa.gov/directorates/esdmd/hhp/space-food-systems/> [4] <https://www.elnuevodia.com/topicos/nasa/> [5] <https://nasahunch.com/programs/culinary> [6] <https://www.elnuevodia.com/topicos/estacion-espacial-internacional/> [7] <https://www.elnuevodia.com/topicos/bayamon/> [8] <https://www.elnuevodia.com/topicos/aguas-buenas/> [9] <https://www.elnuevodia.com/topicos/guaynabo/> [10] <https://nasaprofesor.pr/dr-gerardo-morell/> [11] <https://www.nasa.gov/johnson/> [12] <https://www.elnuevodia.com/ciencia-ambiente/espacio-astronomia/notas/spacex-envia-un-nuevo-equipo-a-estacion-espacial-para-reemplazar-a-astronautas-varados-de-la-nasa/> [13] <https://www.cienciapr.org/es/tags/comida-espacial?language=es> [14] <https://www.cienciapr.org/es/tags/astronautas?language=es> [15] <https://www.cienciapr.org/es/tags/nasa?language=es> [16] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/biological-and-health-sciences-0?language=es> [17] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/atmospheric-and-terrestrial-sciences-0?language=es>