

FIBRA, CAFÉ Y VINO. Las investigaciones del Dr. Saura-Calixto, del Instituto del Frío, del CSIC, analizando muestras de vinos tintos y blancos de La Mancha, Ribera del Duero, Rioja, Jumilla, Rueda y Penedés, demostraron, por primera vez, que la fibra dietética es un componente importante del vino,. El contenido de fibra es de al menos 1 gramo por litro en vinos tintos y de 0,2 gramos por litro en blancos. El mayor contenido de fibra dietética se encontró en un vino de Jumilla (1,4 gramos por litro). En cuanto al café, la revista SCIENTIFIC AMERICAN se refirió al hallazgo del Dr. Saura-Calixto de que, una vez preparado, contiene entre 0.47 y 0.75 gramos por cada 100 mililitros.