

Hablamos de Puerros

[Los Puerros](#), de una forma u otra, llevan siglos entre nosotros; pero su forma moderna, con su apretado abanico de hojas anchas, sólo se remonta a unos pocos cientos de años. Antes eran más bien cebolletas, con un parecido a otras de su familia como los ajos y las cebollas. Hoy en día, son incondicionales de la cocina, donde pueden lucir su forma más independiente y servir de 'puente de sabor' a otros ingredientes.

Si hablamos de sus orígenes, parece que la historia se pierde en la niebla de la prehistoria, pero los primeros indicios de su cultivo proceden de las tablillas de la antigua Babilonia, que recogen algunas de las primeras recetas de la historia de la cocina, incluidas las instrucciones para aromatizar el pichón hervido y el cordero. En las tumbas egipcias han aparecido restos de puerros que figuraban entre los artículos que los judíos anhelaban durante su larga marcha del Éxodo, ya que se habían aburrido del maná.

Los romanos tenían especial predilección por esta verdura, aunque sus maridajes podían ser ligeramente repulsivos o pre-postmodernos, según se mire: puerros y membrillos guisados en miel, por ejemplo. El lunático emperador Nerón consumía grandes cantidades por la creencia de que mejorarían su voz de cantante, de la que estaba desmesuradamente orgulloso; de hecho, adquirió el apodo de Porrophagus, o "comedor de puerros".

En la Inglaterra medieval se asociaban especialmente a la cuaresma, pero en el siglo XVII parecen haber pasado de moda, con la excepción de los concursos competitivos de cultivo de puerros gigantes del noreste (monster-growing). En Escocia y Gales, sin embargo, mantuvieron un lugar privilegiado: los escoceses tienen su sopa típica por excelencia 'cock-a-leekie' a base de puerros y gallo, una receta muy antigua que

disfrutaban los reyes de Escocia y la clase trabajadora por igual. Como verdura nacional galesa, se asocian con San David, que se dice que se alimentaba de puerros silvestres. Una especulación fantasiosa es que también simbolizan la nieve de las montañas galesas y el verde de los valles.

Fueron tan omnipresentes en una época, que dieron nombre a una serie de pueblos y ciudades británicas, como Laughton en South Yorkshire y los dos pueblos del sur de Leckhampstead, aunque no a Leek en Staffordshire, sorprendentemente.



NOTAS DE CATA

Aunque es una maravilla para la vista, el puerro gigante de competición, pierde en sabor. Los puerros son más sabrosos cuando todavía son delgados, cuando son suaves y ligeramente dulces con ese sabroso toque a cebolla. Económicos, versátiles y deliciosos; no provocan el llanto de las cebollas cuando se cortan. Sin embargo, es necesario lavarlas a fondo, ya que, al crecer en la profundidad de la tierra, la arenilla y la tierra

pueden introducirse en el tallo apretado y estropear su sedosa belleza.

CÓMO PRESENTARLO

Asados hasta que estén ligeramente caramelizados, los puerros son maravillosos para acompañar el cordero asado, o bien, para simplificar las cosas, corta en rodajas -gruesas o finas, según prefieras- y cocina en una sartén tapada a fuego lento con mantequilla y perejil picado hasta que se ablanden y se conviertan en una masa salada y dulce. Difícilmente se puede añadir demasiada mantequilla o nata.

El sabor a cebolla de los puerros puede beneficiar a todo tipo de risottos, gratinados y sopas; como la aterciopelada vichyssoise de patatas y puerros, sublime cuando se enfría y se cubre con cebollino picado, o el sustancioso cawl galés, espesado con harina de avena y servido tradicionalmente en cuencos de porcelana y con con una cuchara de madera. Se combinan bien con el bacon y el queso, y pueden transformar una tarta de pescado o de pollo o una quiche. La flamiche, o tarta flamenca de puerros, es un plato popular que se ha extendido desde Picardía a toda Francia, Bélgica y Gran Bretaña.

Añádalo a una pastel de queso de cabra con un toque de mostaza de Dijon para darle un toque equilibrado. El experto en pescados y mariscos, Mitch Tonks, recomienda servir la crema de puerros con casi cualquier pescado, especialmente el abadejo o el rodaballo. Combinan bien con la asertividad del tomillo o la sutileza del perifollo, con las alcaparras saladas o el limón ácido, así como con puré de patatas o patatas cocidas.

Un método de Oriente Medio puede convertir esta reconfortante verdura en algo especial cuando se rellena con carne picada de cordero, arroz, hierbas y se hornea con albaricoques y limón. El salmón con puerros al papillote son desde hace mucho tiempo los favoritos de las cenas, o sirve un elegante pastel de

faisán, puerros y bacon. Mejora el asado de los domingos con puerros cocidos a fuego lento, tan suaves que prácticamente se derriten.

Nathan Outlaw añade un toque de glamour con un plato de puerros al horno y salmón ahumado con salsa de queso; Bryn Williams, chef del Restaurant Nathan Outlaw con 2 estrellas Michelin; sugiere alas de raya con puerros estofados y beurre noisette de gambas; y, para los vegetarianos, sería difícil superar una receta de [puerros tiernos con una salsa de mantequilla de trufa terrosa, migas de ajo y hierbas](#).

CONSEJOS RÁPIDOS

Los puerros son excelentes cortados en tiras para añadirlos a los salteados, y los tallos tiernos también son buenos crudos, cortados en rodajas finas, en una ensalada de tomate. Los puerros con queso sobre una tostada son una comida ligera y satisfactoria o un almuerzo ligero. Adereza puerros pequeños escaldados con vinagreta, perejil picado, cebollino y huevo duro desmenuzado para una buena ensalada de invierno. Prepara una pasta superrápida y sustanciosa con puerros y merluza ahumada. El pollo cremoso con setas y puerros es siempre un éxito. O, para variar, prueba una sana guarnición de cebada con puerros salteados, guisantes y perejil, llena de color y vitalidad. Además, los puerros fritos son una guarnición maravillosamente crujiente para los fideos asiáticos.

¿QUÉ BENEFICIOS TIENE?

Los puerros son bajos en calorías pero ricos en nutrientes, como el magnesio y las vitaminas A, C y K. También contienen cantidades significativas del flavonoide y kaempferol, que reduce el riesgo de desarrollar enfermedades y favorece el sistema cardiovascular.



La receta...

Puerros tiernos con salsa de mantequilla de trufa, migas de ajo y hierbas.

[Ver Receta](#)

El ICIA evalúa la calidad de la carne de la gallina canaria para potenciar su presencia en el mercado y la

gastronomía local

La Consejería de Agricultura, Ganadería y Pesca del Gobierno de Canarias, a través del Instituto Canario de Investigaciones Agrarias ([ICIA](#)), estudia y valora la caracterización morfológica y genética de la población avícola del Archipiélago a través del proyecto 'La gallina canaria: patrimonio ganadero de las islas, historia, genética y sostenibilidad', financiado por la Fundación CajaCanarias, La Obra Social La Caixa y la Viceconsejería del Sector Primario.

Este [estudio científico](#) sobre la población local aportará nuevos datos que permitirán proponer estos animales como una nueva **raza autóctona**, además de destacar sus producciones en el ámbito económico y social del sector rural isleño. También, recoge una serie de objetivos, entre los que se encuentra la **evaluación** de los parámetros productivos de sus principales productos, que ayudará, en el caso de la carne, a una mayor presencia en el mercado local en beneficio de la **gastronomía** de las islas, y en el caso de los huevos, se buscan parámetros que los consumidores puedan identificar como singulares para competir frente a otros **huevos** comerciales.



El ICIA evalúa la calidad de la carne de la gallina canaria para potenciar su presencia en el mercado y la gastronomía local

El estudio se enfoca en la **gallina canaria**, un animal que ha tenido y tiene una significativa importancia económica y cultural dentro del sector ganadero de las islas, apto como animal de doble propósito (carne y huevo) y que se distinguen por su rusticidad y resistencia a enfermedades. Estos elementos son indicativos de su adaptación al medio canario y su idoneidad para la producción en sistemas **agroecológicos**. Además, esta investigación aborda el estudio de las evidencias **arqueológicas** y paleontológicas de posibles restos de aves correspondientes a la especie *Gallus gallus* encontrados en yacimientos aborígenes.

Otro aspecto considerado en el proyecto de investigación está referido a la caracterización genética de las diferentes poblaciones locales recogidas con la colaboración de la **'Asociación La Campera. Recuperación de la gallina canaria'** mediante la utilización de marcadores moleculares recomendados por la **FAO**. Los resultados demostraron que la gallina canaria presenta un genotipo diferente de otras razas españolas y gallinas comerciales.

La consejera de **Agricultura**, Ganadería y Pesca del Gobierno de Canarias, **Alicia Vanoostende**, destaca que este proyecto *“supone un impulso importante para la protección de nuestras razas locales, además de una apuesta por la agroecología como herramienta para potenciar prácticas sostenibles”*.

Parmigiano reggiano & vinos de jerez, la pareja perfecta

“¡Nunca viste una combinación igual!”. Este ha sido el leit motiv de la I Cata de Parmigiano Reggiano y Vinos de Jerez organizada por el Consorcio de Parmigiano Reggiano que tuvo lugar ayer en el restaurante madrileño La Malaje.

En la cata, codirigida por **Laura Sánchez Lara**, periodista gastronómica, sumiller y formadora en **Vinos de Jerez**, y **Andrea Robuschi**, representante del Consorcio que protege la producción y características de este aclamado queso italiano con [Denominación de Origen Protegida](#), se pudo comprobar la idoneidad de combinar ambos productos.



Parmigiano reggiano & vinos de jerez, la pareja perfecta

La versatilidad del [Parmigiano Reggiano](#), un queso que ofrece mil y una opciones de consumo desde el desayuno hasta la cena,

pasando por el aperitivo, quedó patente en la cata, en la que se pudieron **degustar** maduraciones de 13,5 meses, 24, 36, 72 y el especialísimo y **aromático Vaca Bruna** de 24 meses.

Bajo la experta batuta de Laura y Andrea, se probaron distintos **maridajes** con algunos vinos de Jerez seleccionados, como el joven Amontillado Fossi, elaborado por [Bodegas Primitivo Collantes](#), el viejo amontillado NPU Sánchez Romate, el Palo Cortado VORS de Bodegas Lustau, el Oloroso Villapanés de la jerezana bodega Emilio Hidalgo o una de las sorpresas de la cata, la cerveza artesana Imperial Porter Jerez, madurada en bota de roble previamente envejecida con vino oloroso de Jerez.

También resultó sorprendente la combinación del más maduro de los quesos, el Parmigiano Reggiano de 72 meses con una gota de **Aceto Balsámico Tradicional de Módena**, un vinagre con Denominación de Origen Protegida que, al igual que los Vinos de Jerez, se elabora con un sistema de crianza en soleras.

Por último, Manuel Urbano, chef de [La Malaje](#), demostró la excelente combinación del **Parmigiano Reggiano** con su forma de entender la cocina, mirando al Sur, a su Andalucía natal con una selección de sorprendentes tapas: Rollitos de trigueros y aguacate con mojo de **Parmigiano Reggiano** de 13,5 meses, Bravas aliñadas con **pastrami y Parmigiano Reggiano** de 24 meses, Mini-arepas de Parmigiano Reggiano de 36 meses con chutney de pera, Mazamorra de almendras, Parmigiano Reggiano de Vaca Bruna de 24 meses y sardina ahumada y **Tortelloni** de berza, chicharrón y Parmigiano Reggiano a la carbonara de 72 meses.



Mini-arepas de Parmigiano Reggiano de 36 meses con chutney de pera

Parmigiano Reggiano, el 'Rey de los Quesos'

El Parmigiano Reggiano es uno de los quesos más antiguos y apreciados del mundo. Considerado como “el rey de los quesos”, los orígenes del Parmigiano Reggiano se remontan a la Edad Media, cuando los monjes benedictinos impulsaron la búsqueda de un queso que tuviera una larga duración en el tiempo.

No se puede entender el **Parmigiano Reggiano** sin vincularlo a la zona donde se elabora, la Emilia Romagna y una pequeña parte de Lombardia, una superficie de 10.000 km² que comprende las provincias de **Parma, Reggio Emilia, Módena, Mantua** (al sur del río Po) y Bolonia (al oeste del río Reno). Aquí se produce la leche, se transforma en queso, se cura (durante un mínimo 12 meses) y se envasa.

La unión de este queso a su territorio va mucho más allá de una cuestión puramente tradicional o cultural, sino que tiene

su origen en la utilización de la leche cruda que se produce exclusivamente en esta zona. Se trata de una leche especial, que se caracteriza por una singular e intensa actividad bacteriana de la flora microbiana autóctona, influida por factores ambientales y por los forrajes, hierbas y henos que consumen las vacas dedicadas a la producción del Parmigiano Reggiano.

Para elaborar el **Parmigiano Reggiano** solo se utilizan tres ingredientes: **leche cruda, cuajo y sal**. Nada más. Está terminantemente prohibido el uso de cualquier aditivo, de iniciadores bacterianos y alimentos fermentados, así como de alimentos ensilados, ampliamente utilizados en otras partes de Italia. Solamente el quesero, con su buen hacer y gracias a la técnica de la caseificación, consigue hacer prevalecer las bacterias lácticas que operan en las fermentaciones lácticas positivas y esperadas para que el queso resulte extraordinario.

La curación mínima es de 12 meses (el más largo periodo de curación mínima de todos los quesos DOP), pero es en torno a los 24 meses que el **Parmigiano Reggiano** alcanza la maduración adecuada para expresar sus características típicas. Puede también seguir madurando, hasta 36 o 48 meses o incluso más, manifestando aromas y perfumes inexplorados.

El Rábano negro desde los faraones hasta nuestro tiempo

Hasta ahora, se cree que proviene de Asia. Es un

tubérculo del tamaño semejante al de un nabo, su piel es negra y es blanco en el interior. Con un sabor fuerte y amargo.

Se conoce su cultivo desde tiempos el Antiguo Egipto el de los Faraones, y desde entonces fundamentalmente se utiliza su raíz, recolectada a finales del verano, que es cuando posee una envoltura negra, a la cual, debe su nombre.

El [rábano negro](#), es una planta apreciada desde tiempos milenarios, esto, por sus claras propiedades medicinales, especialmente por las digestivas.

Es rico en vitamina C, vitamina B, además de poseer muchas otras propiedades medicinales. Como dato curioso los conocedores de este [alimento](#), recomiendan no comerlo en temporada de invierno, ahora bien, como digestivo es excelente.



Rábano negro

Otra acotación para poder disfrutar de este tubérculo, y es Importante, es que se le debe quitar la piel antes de comerlo. Puedes comerlo crudo, rallado o en la ensalada, cocinarlo como nabo o ponerlo en los guisos. Curiosamente el sabor amargo del rábano negro, desaparece cuando se cocina al horno, dejándole este calor un sabor más bien dulce, lo cual puede ser una interesante variante a la hora de ponerlo en tu receta.

Fíjate al comprarlo que, el rábano negro esté firme, sin manchas en la piel. Nada de toques de blanco o arrugado. Se debe conservar en frío (se recomienda conservar hasta unas 3 semanas).

En Tenerife se consigue en el [Mercadillo de Tegueste](#).

Receta de chips de rábano negro

Ingredientes

- 2 grandes rábanos negros
- Aceite de oliva
- Aceite balsámico
- Salsa de Soja
- Pimentón dulce

Elaboración:

Calienta el horno a 220 grados. Coge un recipiente y pon dentro papel del horno. Ahora lava y pela el rábano. Pela con el pelador de papas dejando mitad de piel. Corta los rábanos muy finitos y ponlos en un recipiente. Agrega aceite de oliva por encima, después un poco de vinagre balsámico y pimentón dulce. Deja en el horno durante 40 minutos hasta que se dore.

Quesos d'Estrabilla, originales, artesanos y de calidad suprema

Quesos d'Estrabilla, proceden de una pequeña

quesería artesanal situada en Valsalada (Almudévar, Hoya de Huesca). Carmen Carrasco y Nacho Robredo, maestros queseros, que comenzaron su singladura quesera en el verano de 2017, y todo se inicio cuando estos dos amantes de los quesos se trasladaron desde Madrid a la Hoya de Huesca en 2013, para comenzar una nueva vida en este pequeño pueblo de colonización, junto con sus hijas Jara y Candela.

Por Ángel Marqués Ávila. Periodista

[Quesos d'Estrabilla](#), proceden de una pequeña quesería artesanal situada en Valsalada (Almudévar, Hoya de Huesca). Carmen Carrasco y Nacho Robredo, maestros queseros, que comenzaron su singladura quesera en el verano de 2017, y todo se inicio cuando estos dos amantes de los quesos se trasladaron desde **Madrid** a la Hoya de Huesca en 2013, para comenzar una nueva vida en este pequeño pueblo de colonización, junto con sus hijas Jara y Candela.







La idea de la [quesería](#) no era nueva, nos dice Nacho Robredo, pues hacia 20 años que “estaba dándole vueltas a la posibilidad de tener mi propia **quesería artesanal**. En 2015,

finalmente ambos nos pusimos manos a la obra y decidimos construir una quesería anexa a nuestra propia vivienda. El espacio era reducido, pero finalmente conseguimos montar la quesería en lo que antiguamente era la cochera de la casa”.

En los inicios conocen a la **familia Omenat**, ganaderos de caprino de **Barbastro** (Somontano-Huesca), que a fecha de hoy siguen siendo una pieza imprescindible del proyecto, de esta quesera familiar.

La quesería

Los **quesos** que elaboran en esta quesería proceden de **leche** cruda de **cabra y oveja**, y como nos apunta el maestro quesero, siempre tratamos de buscar *“la originalidad y máxima calidad de nuestros productos”*.

Trabajan con una ganadería de cabra situada en Barbastro (Huesca) y otra **ganadería de oveja** de Arándiga (Zaragoza). Ambas **ganaderías** basan la **alimentación** del **ganado** en el pastoreo. Esta alimentación variada y rica en plantas aromáticas, unida al **exquisito** cuidado en el manejo de la leche, es **clave** para el persistente sabor de nuestros quesos. Además de las consecuencias sobre el **sabor** de nuestros **productos**, este tipo de **alimentación** tiene un importante componente de **sostenibilidad** ambiental y social en el medio rural, que es uno de los pilares de nuestro proyecto.



Nacho Robredo. Maestro Quesero

Con esta filosofía estamos en permanente contacto con otros [queseros](#), con los que compartimos experiencias y conocimientos, conscientes de la necesidad de que todo el sector de los quesos **artesanos** se desarrolle. Estamos convencidos de que la puesta en marcha de múltiples queserías **artesanas**, lejos de suponer una incómoda “competencia”, lo que hace es generar más demanda de estos **productos**, beneficiando a todos los **productores**. En esa línea nosotros, desde nuestros inicios estamos asociados con la **Red Española de queserías de campo y artesanas** – **QueRed** También estamos asociados al grupo de **Slow Food Huesca**.

Cachirulo

Queso de cabra de coagulación láctica. Elaborado con leche cruda de **cabra**. El proceso de elaboración de este queso dura varios días. Es un trabajo meticuloso y totalmente manual. Los quesos se recubren con ceniza de carbón vegetal y posteriormente se deja proliferar el moho **blanco**, responsable en gran medida de la evolución que sufren estos quesos. Son

quesos que tienen una vida útil corta. Comienzan a comercializarse a los 10-15 días de su elaboración.

En este momento los quesos son muy **frescos**, ligeramente **ácidos** y con una consistencia quebradiza. Desde este momento, los mohos van transformando la masa del **queso**, haciendo que esta vaya haciéndose cada vez más líquida. Además de modificar la **textura** del queso, los mohos son responsables del cambio de **sabor**, que con el paso de las semanas va haciéndose mucho más intenso. A partir de las 4 semanas, es posible notar ese picante típico en muchos quesos de cabra. Fecha de consumo preferente: 60 días desde su elaboración.



Elaborado con leche cruda de cabra

Almud

Queso de coagulación láctica, afinado con moho blanco. En el interior de la masa tiene una delgada lámina de ceniza de **carbón vegetal**. Elaborado con **leche cruda de cabra**. El almud,

es una antigua medida para el grano de cereal con forma de pirámide truncada. Es el símbolo del pueblo oscense de **Almudévar**, al que pertenece nuestra pedanía: Valsalada. Según cuenta la leyenda, Napoleón estaba junto a una mesa provista de **manjares**, incluida una pirámide de queso, en el momento que le informaron de los desastres cosechados en las campañas de Egipto. De muy mal humor, propinó un golpe de sable a la pirámide de queso que allí, ajena, se encontraba.



Es el símbolo del pueblo oscense de Almudévar

Por el enfado del emperador, nunca se volvió a hacer **queso** con forma de pirámide a no ser truncada, para no recordar el desastre de Egipto. Las características de este queso son muy similares a las del “Cachirulo”, aunque debido a su distinta

forma, tiene una maduración diferente. Lo comercializamos a partir de los 15 días desde su elaboración. Fecha de consumo preferente: 60 días desde su elaboración.

Pelanas

Aquí tenemos otro **queso** de **pasta** blanda. Se trata de un **queso** que recuerda al célebre **Camembert** de Normandía, pero con una serie de peculiaridades. A diferencia del **Camembert** que se hace en base a leche cruda de vaca, nosotros elaboramos el “*Pelanas*” con **leche** cruda de **cabra**. Para **coagular** la **leche**, empleamos cuajo **vegetal** procedente de la flor del cardo. El cardo aporta un original toque de amargor al queso y también modifica la **textura** del **queso**, ya que tiende a licuar el **queso** si se lleva a maduraciones prolongadas. Este queso sale a la venta transcurridos 25-30 días desde su **elaboración**. **Consumo** preferente: 3 meses desde **elaboración**.



A diferencia del Camembert que se hace en base a leche cruda de vaca

Vikingo

Se trata de otro de sus **quesos** de pasta blanda, esta vez elaborado con **leche cruda de oveja**. Es un queso de coagulación láctica pura. La leche se somete a una **maduración** larga, gracias a la cual se produce una intensa acidificación. En este momento se agrega una pequeña dosis de cuajo para ayudar a su coagulación. Al día siguiente tenemos ya **coagulada** la **leche** y se procede al moldeado con cazo (o como dicen en Francia, “a la louche”).

Una vez “**enmoldada**” toda la cuajada, se dejan los **quesos**

desuerando por su propio peso, volteándose con frecuencia, para conseguir una forma **homogénea** y una correcta eliminación del **suero**. Este queso, al igual que otras **pastas** blandas con mohos en corteza, **madura** de fuera hacia adentro, llegando a licuarse parcialmente la zona más próxima a la **corteza**. Comenzamos a comercializar el [Vikingo](#) transcurridos 10-15 días desde su **elaboración**. La fecha de consumo preferente es de 45 días desde su elaboración.



Quesos de pasta blanda, esta vez elaborado con leche cruda de oveja

Candela

Queso elaborado con **leche** cruda de **oveja**, de **corteza** lavada con **cerveza** negra. Pasta de consistencia elástica y un característico aroma de las **malts** tostadas de la cerveza. Es un **queso** de los llamados de **coagulación** mixta. El proceso consiste en una lenta maduración de la leche cruda hasta adquirir acidificación intensa, y a continuación se coagula con **cuajo** animal. Durante la **maduración** se lava el **queso** semanalmente frotando la superficie con la cerveza negra que nos suministran nuestros amigos de [Lo Vilot Farm Brewery](#). Se trata de su Russian Imperial Stout “*My Black Hole*”, nos apunta Nacho Robredo, saliendo un **queso** de **textura** muy agradable. Se **comercializa** desde los 30 días de su elaboración. Fecha de consumo preferente: 6 meses.

Jara

Queso de cabra enzimático no prensado. Elaborado con **leche cruda de cabra**. Se trata de un **queso** de pasta semidura. Los **granos** de cuajada se trabajan en la cuba: el **grano** se corta a un tamaño pequeño y posteriormente se hace un calentamiento progresivo agitando lentamente. De este modo logramos que la mayor parte del suero se elimine en la cuba. Posteriormente los moldes se rellenan uno a uno de manera manual, y se dejan durante 1 día completo para que el resto de **suero** escurra, con frecuentes volteos.

A continuación, cada pieza **se sala** frotando en superficie sal gruesa de las salinas de Naval, y se dejan oreando durante un par de días. De este modo el queso va formando la corteza. Los **quesos** se maduran durante 2-3 meses en una cava con el grado óptimo de temperatura y humedad, para el afinado de los **quesos** hasta el momento de su consumo. **Maduración** 2-3 meses. Fecha de consumo preferente: 6 meses.



Elaborado con leche cruda de cabra. Queso de cabra enzimático no prensado.

Lienzo

Queso de **cabra** enzimático elaborado con **leche** cruda de cabra, con un leve prensado manual en tela. Se trata de un queso de **pasta** dura, sin ojos. En la cuba **quesera**, los **granos** de **cuajada** se cortan a un tamaño mediano, y al igual que en otros **quesos** de este tipo, se hace un calentamiento progresivo con un batido constante de la **cuajada**, para favorecer la salida del **suero** de los **granos** de cuajada. Posteriormente se va poniendo la **cuajada** en telas de algodón, de modo que logramos piezas entre 1,5 y 2 kg de peso en **fresco**.



Estas telas, se prensan de manera manual, de modo que el exterior de los **quesos** quede bien sellado. A continuación, la tela se aprieta cada cierto tiempo, de modo que las piezas de queso mantengan su forma. Los **quesos** permanecen en las telas (lienzos) hasta el día siguiente, momento en el que se retiran para su salado en superficie con **sal gruesa** de las **salinas** de Naval, y se dejan oreando durante un par de días. Los **quesos** se maduran durante 2 meses en una cava con el grado óptimo de **temperatura** y humedad, para el afinado de los quesos hasta el momento de su consumo. **Maduración** 2 meses. Consumo preferente 6 meses.

PEPE BADA, “el talento quesero” del cabrales

La [quesería ARANGAS](#) fue fundada en febrero del 2013 y está ubicada en Rozagas, un pueblo de Peñamellera Alta.

Inscrita en el consejo regulador de la D.O.P Cabrales con el numero 8 y por lo tanto cumpliendo todo el reglamento de la Denominación de Origen Protegida, en un territorio integrado por los 18 pueblos del concejo de Cabrales y 3 pueblos de Peñamellera Alta, Caraves, Oceño y Rozagas, de procedencia de la leche, fermentación, registro sanitario, análisis fisicoquímicos, organolépticos y bioquímicos, así como su trazabilidad

La leche que se emplea en su producción en su inicio era de la propia explotación y por diversas circunstancias en estos momentos la suministra Central Lechera Asturiana que ofrece una entrega para los queseros de cabrales en la que se certifica que la procedencia de la leche viene de las explotaciones ganaderas existentes dentro del territorio de la D.O.P Cabrales.

La [quesería](#) está formada por Andrea Fernández Gutiérrez, como propietaria y Vanessa Pumares como empleada, contando con la colaboración de Pepe Bada, dueño de la marca “EL TEYEDU” (elaborado por queso Arangas).

ARANGAS

El queso Arangas es un referente en su modalidad por su elaboración con una materia prima excelente y un tratamiento exquisito a la hora de la producción, donde se pone en manifiesto la sabiduría de llevar años haciéndolo. Todos estos pasos, llevan a producir un queso que reflejan lo que es un buen Cabrales, con una textura y sabores que son muy apreciados por los clientes, cumpliendo escrupulosamente con el pliego de condiciones de la DOP Cabrales.

Con una maduración de dos meses y medio, nos dice Pepe Bada, se conquista los paladares mas expertos apreciando su equilibrio en boca de los amargos, ácidos y picantes en su justa medida y una textura semi-dura consigue que sea fácil utilizar en numerosas formas de consumir.



Teyedu

Es un queso Cabrales cremoso con sabores muy complejos y agradables, y con retrogusto muy largo. Para conseguir esas cualidades empezamos en la quesería, después del secado del queso se hace una selección en la que se buscan unas características, únicas que al madurar el queso adquiere especiales cualidades.

Hay que buscar una cueva natural con unas condiciones determinadas (temperatura entre 6 y 9 grados; humedad continua del 100%). Esta cueva se ubica a 1.200 metros de altura donde

solo se puede acceder de forma peatonal. Para el transporte del queso se utiliza una caballería, el día que se suben se hace el camino 3 veces, porteando un total de 90 o 100 quesos, cada viaje dura al menos una hora.

Una vez que los quesos en la cueva estarán allí durante 6 meses por lo menos, los cuales estarán continuamente volteando y limpiando con agua recogida en las estalactitas, hasta que se adquieren las condiciones exigidas para su venta. Su cremosidad, su sabor hacen de este queso el más premiado de todos los quesos de Cabrales a nivel mundial.

Pepe bada

Es un queso con 3 meses de la maduración (la mitad que el Teyedu). Después de realizar una selección de los quesos producidos en la quesería se llevan a una cueva natural por una condición de la DOP donde deben madurar y adquirir unas cualidades óptimas para su consumo, su color de vetas azules y su sabor, penetrante y muy agradable.

En cata, en una degustación, el Pepe Bada no te defrauda nunca y el *penicillium* campa en su interior pintando de azules y blancos, es perfecto para cortar y dejar reposar unos minutos durante los cuales afloran los mohos y los olores, que gustan a quien lo prueban. Creo que es la mejor manera de opinar es probando. Pepe Bada lo firma porque garantiza un queso en las mejores condiciones organolépticas



Pepe bada, “el talento quesero” del cabrales

PEPE BADA, lleva vinculado al queso de Cabrales toda su vida, pasando por todas las etapas que tiene la elaboración del queso desde pastor de vacas cabras y ovejas, transformando la leche en queso, madurándolo en las cuevas y poniéndolo en el mercado .Toda esta labor sirvió para que ahora en la actualidad se dedique a asesorar a la Queseria Arangas en todo el proceso, especialmente en la maduración, fermentación y afinado del queso.

La quesería cuenta con varias marcas para su comercialización: “Arangas”, “Arangas Selección”, “Pepe Bada” y “El TEYEDU”, siendo estas dos últimas propiedades de Pepe Bada y a las que dedica su tiempo y saber. La marca EL TEYEDU es la marca de calidad de la quesería y ello queda reflejado en los premios que atesora en su corta andadura, son innumerable entre los que destaca el concedido recientemente como el mejor lote de Queso Cabrales, obteniendo una este ilustre profesional del

Cabales la distinción en el 2019, PREMIO NACIONAL MAESTRO QUESERO.

Todo esto es posible, nos apunta Pepe Bada, por los cambios que se hicieron años atrás, porque “El Cabrales”, llegó un momento en el que todo lo que se producía se vendía y llevaba a los elaboradores a vender su queso cada vez más fresco. Entonces yo empecé, nos relata, a tener nostalgia por los quesos cremosos y con sabor que hacía años atrás, así que un buen día cogí 10 piezas en una mochila y los lleve a una cueva que usábamos antiguamente. Esa cueva tenía todas las cualidades para que el queso fermentara bien y tuviera esa cremosidad y sabor que los diferenciaba de los demás .Esos quesos estuvieron allí entre 6 y 8 meses subiendo periódicamente a limpiarlos y voltearlos.

El día que los saque eran crema más que queso, no se parecían en nada a los que se estaban comercializando, los lleve a las tiendas y restaurantes de la zona y me preguntaban como lo había conseguido, que estaban buenísimos y que recordaban los quesos antiguos. Querían comprar y les dije que eran para el consumo propio y para mis amigos (ya que era muy costoso el conseguir esa cremosidad y ese sabor).



Cueva del Teyedu a 1200 metros, donde fermenta el mejor queso de Cabrales. Macizo Central de los Picos de Europa



Así que ellos mismos decidieron ponerle el precio al queso para hacerlo atractivo para mí y me decidiera a venderlo. Si el kilo de queso por aquel entonces estaba entre 9 y 10 € me ofrecieron pagármelo a 25€, fue tan tentadora la oferta que empecé a producir en la cueva y a vender. El primer año fueron unos pocos, era complicado vender a ese precio, pero cuando lo probaban les enganchaba, así que fui creciendo poco a poco con la publicidad del boca a boca, presentándolo a concursos y ganándolos, llegando a la producción que tenemos a día de hoy, unas 3000 piezas que nos permite vivir y tener un empleado para ayudarnos, Jorge González.

No queremos crecer más, ¿las razones? La cueva no soportaría muchos más quesos y el trabajo se multiplicaría. Cambiar de cueva cambiaría todo el proceso (al ser cuevas naturales debes ser tu quien se adapte a ella no ella a ti), cada una tiene sus cualidades y ninguna funciona igual.

Por otra parte, la dedicación que requiere cada queso es

grande y no podríamos atenderlos a todos como se debe, perdiendo la calidad que a un queso como EL TEYEDU se le supone y que tiene que demostrar día a día. Para diferenciar EL TEYEDU del resto de los cabrales hubo que cambiar la etiqueta a pesar de que todos decían que solo valdría para confundir al consumidor.

Hoy en día todos los queseros de la D.O.P tienen etiquetas diferenciadas y lo mismo ocurre con las maduraciones. Pero mucha gente cree que con dejar más tiempo un queso en la cueva ya tiene quesos de mas maduración o “reservas” y con el cambio de etiquetas ya pueden vender a precios altos, nada más lejos de la realidad cliente es muy entendido y sabe si el producto merece la pena.

Salazones Garre, tradición e innovación

Por Ángel Marqués Ávila. – Periodista

Esta empresa se funda en 1983, se trata de un negocio familiar que elabora salazones artesanales de pescado, con los máximos controles de calidad e higiene, para satisfacer a los paladares más exigentes.

Para profundizar más en esta empresa de salazones, hemos mantenido la siguiente entrevista con la gerente de [Salazones Garre](#), Ana Garre.

Esta empresa se funda en 1983, se trata de un negocio familiar que elabora salazones artesanales de pescado, con los máximos

controles de calidad e higiene, para satisfacer a los paladares más exigentes.



Ana Garre, gerente de Salazones Garre

Esta joven directiva nos dice que recientemente, *“nuestra mojama de atún recibió en Bruselas el **Premio Superior Taste Award 2020** con una doble medalla de oro.*

*Ésta es la certificación independiente centrada en el sabor más reconocida a nivel mundial que entrega el International Taste Institute al realizar una evaluación de productos por cata a ciegas con un jurado compuesto por reconocidos **Chefs** con estrella **Michelin** y los sumilleros más prestigiosos del mundo. **Somos parte de los 1001 sabores de la gastronomía murciana y la difundimos en todo el mundo”.***

Ángel Marqués Ávila .- Ana Garre ¿Cómo se presenta el 2021 para el sector?

Ana Garre . – Este año nos plantea el desafío de continuar trabajando a pesar de los cierres, restricciones y reaperturas

que ocasiona la pandemia de la COVID-19, además del impacto económico negativo que se arrastra desde el pasado año. Tenemos confianza en el que el control de la pandemia es el principal motor que nos puede acercar, paso a paso, a recuperar la estabilidad.

Ángel Marqués Ávila .- ¿Cuál es el nivel de aceptación por parte del consumidor español a la hora de comprar salazones artesanales?

Ana Garre . – El consumidor español valora mucho la calidad de los salazones artesanales y estos productos se disfrutan habitualmente en la mesa ya sea en aperitivos, ensaladas, pasta, pizza y arroces. Con el paso de los años, comprobamos que los salazones han conquistado a chefs de gran prestigio y esto ha permitido que se utilicen en muchas más elaboraciones que las tablas de picoteo o las ensaladas, que eran las tradicionales.



Salazones Garre, fundada en 1983, se trata de un negocio familiar

Ángel Marqués Ávila .- ¿Qué papel están jugando las tiendas especializadas en la venta de este tipo de producto?

Ana Garre . – Juegan un papel muy importante ya que ofrecen a los clientes una **experiencia delicatessen** con productos que son parte del ADN de nuestra gastronomía, que recuperan

secretos de la cocina tradicional, que son muy flexibles y pueden emplearse en numerosas elaboraciones y que aportan el sabor del mar a los platos, lo que distingue las elaboraciones tanto del chef como del cocinillas que las emplean.

Ángel Marqués Ávila .- ¿Cómo llegaste al mundo de las salazones?

Ana Garre . – Salazones Garre S.L., es una empresa familiar, fundada por mis padres en el año 1983. Por esta razón, desde pequeña me enseñaron la tradición de las salazones de pescado que es tan importante en las costas de nuestra región de Murcia.



Copa de garum, langostinos frescos y wakame

Ángel Marqués Ávila .- ¿Y qué te llevo a involucrarte en este negocio?

Ana Garre . – Trabajar con mis padres y mis hermanos, viajar con mi padre a ferias y a seleccionar producto para comprar en el exterior, no sólo fue imprescindible para aprender sino también, para plantearme el enfocar mi formación y mi máster

como ADE en la elaboración artesanal de salazones para que el sueño de mis padres siga creciendo y se disfrute en la mesa de todos aquellos que desean saborear el mar en sus platos.

Ángel Marqués Ávila .- ¿Qué es lo más importante a la hora de elegir una buena salazón?

Ana Garre . – En el caso de la **mojama de atún** tiene que ser agradable al olfato, en boca tiene que tener **puro sabor umami** y lo ideal es que esté **al punto de sal**. Un error importante es que el consumidor tenga sensación de sed y recuerde lo salada que estaba la mojama tiempo después de haberla consumido.

Ángel Marqués Ávila .- ¿Qué destacaríais del mundo de la salazón?

Ana Garre . – Es un mundo apasionante que tiene un poso cultural milenario en sus procesos de elaboración y en el concepto del producto que se elabora. Unos productos artesanales provenientes del mar que, en el Mundo Antiguo, se difundieron en todo el Imperio romano y actualmente conquistan los paladares más exquisitos gracias al aporte de **umami** que brindan a los platos en los que se emplean.



Viajar con mi padre a ferias y a seleccionar producto para comprar en el exterior, no sólo fue imprescindible para aprender

Ángel Marqués Ávila .- Y ahora, ¿cuáles van a ser tus siguientes pasos?

Ana Garre . – A pesar del año tan especial que llevamos debido a la pandemia, seguimos avanzando en varios frentes que

son muy ilusionantes. Como ejemplo, os podemos decir que acompañaremos a Murcia en su capitalidad gastronómica española 2021 como patrocinadores y que hemos iniciado una línea de investigación de nuevo producto que nos llevará un año de trabajo y que nos tiene muy ilusionados.

Ángel Marqués Ávila .- ¿Cuál es el concepto y la filosofía y de vuestra empresa?

Ana Garre . – La filosofía de Salazones Garre se fundamenta en tres pilares:

- **1. seleccionar el mejor producto proveniente de pesca sostenible certificada con sello azul de MSC para proteger la salud de mares y océanos**
- **2. elaborar salazones respetando la técnica artesanal milenaria que nos legaron fenicios y romanos, con los máximos controles de calidad e higiene, para satisfacer a los paladares más exigentes.**
- **3. apostar por la innovación para desarrollar nuevos productos que sean una seña de identidad de nuestra gastronomía a nivel nacional e internacional**

Ángel Marqués Ávila .- Dime la gama de productos que elaboráis

Ana Garre . – En Salazones Garre elaboramos salazones de pescado “premium ” que se venden en los mercados nacional e internacional: mojama de atún; bonito salado y seco, caballa salada y seca, huevas de pescado (mújol, maruca, bacalao, merluza y atún), bottarga y una versión de autor del GARVM. Para ello, respetamos la tradición artesanal milenaria que legaron fenicios y romanos en la costa del levante murciano, un proceso que realizamos observando las más rigurosas normas de seguridad alimentaria, lo que indica nuestra certificación en **IFS Food**. Además, somos una empresa responsable y ponemos en marcha los cambios necesarios para proteger al medio ambiente. Por esta razón, nuestros productos llevan el [sello azul MSC](#) al elaborarlos con pescado obtenido por pesca

sostenible certificada, lo que asegura que contribuimos a proteger la salud de mares y océanos.

Nuestros salazones son productos naturales que elaboramos con la sal marina procedente de las Salinas de San Pedro del Pinatar como único conservante y el año pasado, han sido distinguidos con el **Premio Artesanía de Alimentación 2019** otorgado por Artesanía de la región de Murcia que premia la trayectoria de la empresa y la exquisita calidad de los productos que elaboramos, una seña de identidad de la gastronomía del Mar Menor y la región de Murcia.



Nueva línea de productos gourmet que elaboramos con pescado de pesca sostenible certificada

También reconoce nuestro interés en los procesos de I+D+I para desarrollar nuevos productos artesanales que transmitan a las nuevas generaciones de consumidores el valor de los salazones como alimento saludable y su aporte de umami, brindando a los

platos la salinidad y la fuerza del auténtico sabor del Mar. Recientemente, nuestra mojama de atún recibió en Bruselas el **Premio Superior Taste Award 2020** con una doble medalla de oro.

Ésta es la certificación independiente centrada en el sabor más reconocida a nivel mundial que entrega el International Taste Institute al realizar una evaluación de productos por cata a ciegas con un jurado compuesto por reconocidos Chefs con estrella Michelin y los sumilleres más prestigiosos del mundo.

En septiembre de 2020, presentamos una nueva línea de productos gourmet que elaboramos con pescado de pesca sostenible certificada, con AOVE ecológico y envasados en un packaging reciclable y eco-friendly. Los productos que forman la nueva Línea Garre Millennials son **una manera divertida y simple para poner el sabor del Mar en todos tus platos**, ya sean entrantes, ensaladas, tostas, pasta, pizza, arroces, platos de cuchara, de carne y de pescado.

Unos productos que promueven la alimentación saludable ya que están elaborados al punto de sal –con menor salinidad que las salazones tradicionales-, poseen bajas calorías y aportan una cantidad importante de proteínas, omega 3 y otras grasas saludables, y no contienen carbohidratos.





En esta nueva línea, podemos destacar las bottargas que se elaboran con huevas de pescado secas y ralladas, un manjar descripto inicialmente por los egipcios, pero los fenicios lo difundieron por todo el arco del Mediterráneo y en la Antigua

Roma, se convirtió en un producto de lujo junto con el GARVM.

Las bottargas pueden emplearse como sustitutos de la sal para dar sabor intenso a mar a ensaladas, aperitivos, cocas, tortillas, tapas, pinchos, cremas, salmorejo, pasta, paella y pizzas. Tenemos la **bottarga de sabor suave** que se elabora con hueva de mújol rallada, la **bottarga de sabor intenso** que se elabora con hueva de maruca rallada y la **bottarga de sabor extremo** que se elabora con hueva de atún rallada.

¿Cuál es vuestro buque insignia?

Sin ninguna duda, la **mojama de atún**, porque debe cumplir los siguientes requisitos: seleccionar un buen atún de pesca sostenible certificada, realizar el corte adecuado ya que de ello depende la textura de la barra de mojama, aplicar la cantidad correcta de sal -que en nuestro caso, proviene de las Salinas de San Pedro del Pinatar- y finalmente, el secado en su punto justo para completar su elaboración. Todo ello requiere mucho conocimiento para obtener un producto de calidad PREMIUM.

Can company, plato gourmet creación y hábito

Por Ángel Marqués Ávila

Mallorca tiene una larga tradición gastronómica fruto de las diferentes culturas que la han habitado. Se cultivan y elaboran muchos productos que permiten la preparación de la dieta

mediterránea, tan sencilla, tan sabrosa.

[Can Company](#) es un descendiente privilegiado de una cultura del pan, el aceite, el vino y el cerdo que se ha disfrutado tradicionalmente. Generaciones de agricultores y ganaderos de la familia han acumulado conocimiento, tradición y experiencia.

Las razas autóctonas y los productos tradicionales de la isla junto al saber hacer del equipo que lidera [Xesc Reina](#), que permiten elaborar unos productos tradicionales de mucha calidad. La incorporación de nuevas tecnologías y una fuerte apuesta por la innovación, han hecho posible la elaboración de productos creativos que permiten experimentar nuevas emociones.



Conservación pura y dura

Esta empresa, nació en 1960 en el corazón de Mallorca fruto del trabajo de muchas generaciones de una familia de agricultores mallorquines. Uno de ellos es la producción y comercialización de cereales y harinas obtenidas a partir de las fincas que explota en Mallorca. En el interior de la isla tiene una fábrica que produce su propia semilla certificada de

cereal y las harinas y piensos para alimentar su propia cabaña ganadera.

Es especialista y el mayor productor de animales de raza autóctona de Mallorca, en concreto del cerdo negro mallorquín. Es propietaria de una fábrica artesanal en Inca donde se elaboran varios tipos de embutidos de gran calidad y se preparan las carnes más selectas. Otra área de actividad es la producción de frutas y hortalizas, especialmente patata de calidad para la exportación a los mejores y más exigentes mercados europeos.

La alimentación es una necesidad básica de la sociedad y una parte importante de nuestra cultura y tradición. La [UE](#) está trabajando en el diseño de un sistema alimentario sostenible que ofrezca una alimentación segura y que disminuya el impacto sobre el medioambiente. Por ello ha lanzado un proyecto denominado *“de la granja a la mesa”*.

Esta iniciativa charcutera tiene interiorizado esta estrategia sostenible y trabaja para conseguir un modelo agroalimentario en sintonía con los objetivos antes señalados.

Xesc Reina, maestro charcutero, creador de sabores y alborotador del -a veces inmovilista- mundo de los embutidos, es único ensamblando buenos productos con tino e intuición



Xesc Reina, maestro charcutero Can company

– Yo no soy cocinero – nos confiesa nada más conocerle y conversar con él, al que en primer lugar le preguntamos:

Ángel Marqués Ávila.- ¿Cómo se presenta el 2021 para el sector?

Xesc Reina.- El 2021, con muchas ganas, pero con incertidumbre, las ganas son la gasolina, pero en principio todo depende del tránsito de turismo, dependemos en sobremanera de él, esperemos que esta semana santa aquí en Baleares con el [“corredor”](#) que han habilitado podría ser

positivo, pero no tengo nada claro cómo va a ser todo esto, tengo la esperanza que la recuperación total llego con el verano.

Ángel Marqués Ávila.- ¿Cuál es el nivel de la aceptación por parte del consumidor español a la hora de comprar SOBRASADA ARTESANAL?

Xesc Reina.- Yo creo que cada vez se conoce más, los cocineros ya la usan para platillos y eso le da movimiento. También cada vez hay más conciencia de localismo y procedencia y nos beneficia. Igual que ocurre con otro producto muy típico de la isla como es la ensaimada, ocurre lo mismo con la sobrasada, si es buena y está elaborada con buen producto tendrá mucha aceptación y el consumidor se la llevará y seguro que repetirá.



Ángel Marqués Ávila.- ¿Qué papel están jugando las tiendas especializadas en la venta de este producto?

Xesc Reina.- Teniendo en cuenta que cada vez hay menos

tiendas, pero las que surgen buscan una especialidad para diferenciarse de las demás, y claro esta buscan un producto especial como es el que yo elaboro.

Hay muy pocas, son la solución para conseguir el producto que el cliente probó ya en un restaurante, son los receptores y transmisores de las peculiaridades, historia del producto.

“Nosotros elaboramos un producto que no va dirigido a las grandes superficies comerciales, pues no estamos preparados para hacer dos millones de kilos, ya que concebimos nuestros productos a partir de nuestros animal, el cual criamos y cuidamos con mucho mimo, que come lo que nosotros plantamos, es un círculo cerrado, creo que hay esta nuestro secreto”.

En las islas Baleares solo existen unos 3.000 cerdos ibéricos de pata negra, por tanto *“hay lo que hay ,y no hay mas”*, nos dice este enamorado de la sobrasada, *” esta raza nos da para lo que nosotros buscamos , y es elaborar un productos de alta calidad, y muy particular en todo su proceso, todo ello para mí y el entorno es que es una forma de vivir de algo que te gusta y lo elaboras tu desde el principio , y por tanto sabes cuál va ser el resultado”.*



Un plato gourmet

Ángel Marqués Ávila.- ¿Cómo llegaste al mundo de la sobrasada?

Xesc Reina.- La curiosidad por un producto muy de aquí de mi tierra Mallorca, pues es la forma de conservar todo el animal "cerdo ibérico de raza negra" *"durante todo el invierno. En la sobrada mallorquina van los lomos, la espalda, las patas, y las grasas más selectas. Este rico embutido como quien dice "vino a mi ella, en el 83 abrí una charcutería donde elaboraba de todo, las recetas de la escuela de charcutería no tenían nada que ver con lo que me llegaba para vender de artesanos de Mallorca, ahí empezó todo."*

Ángel Marqués Ávila.- ¿Qué es lo más importante a la hora de elegir una buena sobrasada?

Xesc Reina.- Lo más importante para mi es que tenga ya un

tiempo de curación, piel seca y no muy ácida en boca. Yo suelo elegirla cuando tiene como mínimo una curación de entre 3 y 4 meses para 350 gramos, que es la sobradada que nosotros, para mí es el tiempo ideal, aunque lógicamente la que tengo seis meses también la prefiero. Lo más importante desde mi punto de vista es que tenga tiempo y este bien curada.

Ángel Marqués Ávila.- ¿Qué destacaríais del mundo de la sobrasada?

Xesc Reina.- De un producto pensado para la conservación bien cuidado, para mí es un plato gourmet, aunque es poco conocida fuera de Islas Baleares, poco a poco va tomando fuerza gracias entre otros a chefs que la están utilizando para elaborar nuevos platos con la sobrasada de Mallorca, eso y versatilidad para cocinar están logrando su difusión gastronómica.

Ángel Marqués Ávila.- Y ahora, ¿Cuáles van a ser tus siguientes pasos que vas a llevar a cabo?

Xesc Reina.- Pues seguir con la tradición, recuperando recetas antiguas y adecuarlas a los tiempos, este año por ejemplo recuperar un pimentón que se usaba antiguamente, "*banya de cabra*" y hacer una sobrasada varietal con dos pimientos autóctonos. Además de haber recuperado NORA, FIGATELLA Y FUET, y hemos redescubierto la "*GREIXONERA*", una especie de pastel de que se elabora con los restos que quedan de la matanza del cerdo. □ Es una receta muy antigua que solo se hace en Mallorca.



Ángel Marqués Ávila.- ¿Cuál es el concepto y la filosofía y de tus productos?

Xesc Reina.- Nosotros mantenemos lo que aprendimos como, aquel que dice desde la cuna de la tradición, pero adaptándola al tiempo que vivimos. Yo hago butifarras muy parecidas a las que se hacían antiguamente, pero utilizando medios modernos.

Can Company tiene como objetivo estratégico la producción de alimentos sanos y de calidad que posibiliten viabilidad económica, obtenidos a través de una gestión sostenible de los recursos naturales y de una mejora de las actividades para mitigar el cambio climático. era

La noción y la ética de mis productos es la de mi oficio, piensa que hace cien años para conservar para que durara todo un año, hoy en día, lo importante es que *“la gente se lo pase bien degustando y comiendo mis productos, y que todos pasaremos a ser cocineros de comida fría.”*

“Mis sobrasadas son incomparables, ya que no dejan

indiferente a nadie. En ellas he tratado de volcar un nuevo concepto que nace para todos aquellos paladares que se atreven a saborear de un producto tradicional con la combinación y explosión de esta fusión de sabores". Xesc Reina

Elaboramos en entre otras la sobrasada de Mallorca semi-rizada y la Sobrasada tradicional de *porc negre*, que es un embutido curado, un mínimo de tres meses en nuestra bodega, elaborado a partir de carne de cerdo negro y blanco fresca bien picada, mezclada con sal, un toque de pimienta negra, es la más joven que elaboramos nos dice Xecs Reina, y luego está la **"SOBRASADA DE LA FAMILIA"** que es de puro cerdo negro de nuestra piara con seis meses de curación.

Y luego hacemos la **"VARIETAL"** con dos pimentones típicos de Mallorca y el *Tap de Corti*, que es un pimentón afrutado, florido, **sólo se cultiva y se elabora en Mallorca y es el encargado de dar color, aroma y sabor a los platos y embutidos típicos de la gastronomía mallorquina** que es el que le dota de su color rojo característico y particular aroma de sabor, y el "cuerno de cabra"

SOBRASADA QUESO AZUL, producto cárnico con dos a cuatro meses de curación, que madura y evoluciona a la par que el sabroso queso azul de leche cruda de la zona de los Pirineos (*Blau creta de moli de ger*) de un quesero que lo elabora de sus propias vacas que **el mismo alimenta, es con te queso con el que combino mi producto. Los matices del lácteo y del cerdo negro se funden y ensamblan para crear un sabor nuevo, ligero pero penetrante y tenaz.**

Las tuneras ¿el alimento del futuro?

El cultivo de las tuneras en las Islas Canarias ha tenido una gran importancia a lo largo de la historia

El sector alimentario incide de manera directa sobre el entorno. El impacto ambiental generado por las explotaciones agrarias y ganaderas, es un factor clave para entender el proceso de deterioro que está sufriendo actualmente el medioambiente. El crecimiento demográfico, junto con el cambio climático y la creciente amenaza de sequías, han provocado la insostenibilidad de la manera en la que los humanos nos alimentamos.

Con el objetivo de mejorar la seguridad alimentaria en zonas áridas, la **Organización de Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO)** realizó el informe «[Es hora de poner cactus en el menú](#)», que destaca la importancia de esta planta como alimento. Según este informe, «si bien la mayoría de los cactus no son comestibles, la especie *Opuntia* tiene mucho que ofrecer, especialmente si se la trata como un cultivo en lugar de una hierba silvestre. Los cactus pueden ser un suministro crucial de alimento para la población y forraje para los animales. Además, los cactus almacenan agua en sus pencas y pueden proporcionar hasta 180 toneladas de agua por hectárea». Por todo ello, la FAO ha considerado el cactus como uno de los alimentos del futuro.



El cultivo del nopal, higuera de plata, tuna o chumbera –ente otras denominaciones según la zona– está ganando terreno impulsado por la creciente necesidad de **plantas resistentes** a la **sequía**, los **suelos infértiles** y el **aumento** de las **temperaturas**. En México –país de origen del nopal– se calcula que el consumo anual per cápita de nopalitas –las tiernas pencas del nopal– es de más de seis kilos. En Brasil hay más de 500.00 hectáreas de plantaciones de cactus destinadas al suministro de forraje, y en la zona Tigray –en Etiopía– cuentan con alrededor de 360.000 hectáreas.

Actualmente, en las Islas Canarias podemos encontrar más de una docena de especies de Opuntia. **María Gloria Lobo Rodrigo, coordinadora de Programas del Instituto Canario de Investigaciones Agrarias**, que está desarrollando un proyecto de investigación titulado «Estudio integral de aprovechamiento de Opuntia para la obtención de derivados e ingredientes funcionales mediante la aplicación de tecnologías innovadoras», indica que «hay constancia de la presencia de

las tuneras en el archipiélago desde principios del siglo XVI, cuando el fraile dominico Bartolomé de las Casas, que formaba parte de una expedición a América en 1502, vio un ejemplar en el jardín del convento de los dominicos en Las Palmas de Gran Canaria. Otros muchos ejemplares fueron introducidos por los conquistadores de América, entre ellos Hernán Cortés».

El cultivo de las tuneras en las Islas Canarias

El cultivo de las tuneras en las Islas Canarias ha tenido una gran importancia a lo largo de la historia. «*Las Opuntias* son **plantas de las que se puede aprovechar todo**. Se pueden consumir sus frutos, sus cladodios o nopalitos como verduras e incluso las flores para hacer tisanas. Actualmente, las tuneras que más se comercializan pertenecen a la variedad ***Opuntia ficus indica*** y podemos encontrar diferentes cultivares que pueden ser de pulpa blanca, anaranjada o colorada, y fresa o morada», explica Lobo.



Hamburguesa de cactus de la cafetería del Jardín de Cactus en Lanzarote

Pero el consumo de las tuneras no es cosa del pasado, todo lo contrario. «En Canarias son muy consumidas sobre todo en los pueblos, ya que los agricultores las utilizan en muchas ocasiones como lindes para separar los terrenos. Además, no se consumen solo como **fruta en fresco**, también se secan y se convierten en **higos porretos**», afirma Lobo. Incluso los nuevos chefs canarios están empezando a incorporarlas en algunas recetas, como la **hamburguesa de cactus**, que en 2017 fue incorporada a la propuesta gastronómica de los Centros de Arte, Cultura y Turismo del Cabildo de [Lanzarote](#).

La principal virtud de este alimento es su facilidad de cultivo. «Es un alimento que se cultiva con poca agua, crece en suelos pobres y no requiere costosas labores. Sin embargo, no hay que olvidar que en España figura dentro del catálogo de **especies invasoras**, hecho que dadas sus bondades y cultivándose adecuadamente no tendría por qué amenazar ningún ecosistema», señala Lobo.



Además del uso gastronómico, las tuneras tienen **otras funcionalidades**. «El contenido en antioxidantes (carotenoides, betalaínas, flavonoides, compuestos fenólicos, vitamina C, etc.) le dotan de **actividad anticancerígena**. Además, tiene un alto contenido en fibra, vitaminas del grupo B, magnesio, potasio, calcio, y aportan solo entre 30 y 50 calorías/100g. En Canarias, además de consumir los frutos, los mucílago de sus palas se extraen para **hacer cremas solares** y las palas o cladodios se utilizan en la alimentación animal (sobre todo de cabras) y para **ahumar los quesos** de cabra», explica Lobo.

Por último, hay que destacar la producción de «**cochinilla canaria**» distinguida con el certificado de **Denominación de Origen Protegido** (DOP). «En el siglo XIX se desarrolló mucho el cultivo de la tunera para la obtención del ácido carmínico a partir de la cochinilla (*Dactylopius coccus*), un insecto que crece en la penca de la tuna. El colorante que se obtiene de la cochinilla es un **tinte natural** que puede utilizarse tanto en alimentación como en la industria textil, cosmética o

farmacéutica. En 2016, la Unión Europea inscribió en el Registro comunitario la Denominación de Origen Protegida “Cochinilla de Canarias”, lo que supone el reconocimiento europeo para este producto del archipiélago, el único en el mundo que cuenta de momento con dicho distintivo de calidad», comenta Lobo.

La mejor repostería de La Palma

Siempre se ha dicho, y con razón, que el carácter de los canarios es [dulce](#) de tan afable y alegre. Por eso, el recuerdo que queda de la visita a cualquiera de sus islas es muy bueno. Completan la experiencia inolvidable un clima que está catalogado como el mejor del mundo (apenas llueve y la temperatura media anual ronda los 24º C) y unos paisajes que quitan el hipo por su belleza y espectacularidad. Tampoco hay que olvidar otro motivo: su gastronomía. Y en el caso de la repostería, uno de los destinos obligados es [La Palma](#).



Fruto del mestizaje cultural y gastronómico

¿Por qué La Palma cuenta con tan rica tradición repostera?

Para entenderlo hay que tirar de historia y recordar el mestizaje de culturas que ha vivido la isla durante siglos. La mezcla de la gastronomía aborígen canaria con la española, portuguesa, inglesa, e incluso americana, ha ido conformando un variado y extenso recetario a partir de los productos de la isla, como su apreciada almendra, la batata, el queso tierno de cabra, la harina de millo (maíz), el azúcar, la miel de caña... Algunos postres tienen siglos de tradición, como los marquesotes, bizcochos de harina de trigo, huevos y azúcar cortados en forma de rombo que tanto gustaron a Pío IX antes de ser Papa en su visita a la isla en 1823 (se empezaron a llamar piononos cuando fue investido Sumo Pontífice porque el nombre de Pío IX en italiano se pronuncia «Pio Nono»). Otras recetas son más modernas, pero todas destilan una personalidad única.



Matilde Arroyo, Medalla de Oro de Canarias

Para personalidad, la de la recordada **Matilde Arroyo**, la repostera de referencia en la isla de La Palma, inventora de dos iconos palmeros de lo dulce como son el bienmesabe y el Príncipe Alberto. No en vano fue condecorada con la Medalla de Oro de Canarias en el 2009 por su labor de divulgación de la tradición repostera de «la Isla Bonita» en la segunda mitad del siglo XX. Su pastelería, ahora en manos de sus hijas, está en Los Llanos de Aridane. El Príncipe Alberto es una tarta cremosa elaborada con chocolate, bizcochos bañados en café, y almendras y avellanas trituradas. El bienmesabe lleva huevos, bizcocho en la mayoría de los casos, almendras tostadas molidas, azúcar y ralladura de limón.

Postres con fama en todo el archipiélago canario

El caso de Arroyo es la punta del iceberg del nivel y variedad de los postres que se elaboran en esta isla, que cuentan con una merecida fama en todo el archipiélago canario. Porque no solo son célebres el Príncipe Alberto y el bienmesabe. Incluso algunos se consumen solo en fechas señaladas como las sopas de miel, típicas en Carnaval (su base es el pan y la miel de caña), y los rosquetes o bollos de alma, que suelen comerse en Semana Santa (se les puede hincar el diente en el Monasterio del Císter, en Breña Alta).



Rapaduras, queso de almendras, suspiros palmeros...

La mayoría, sin embargo, no tienen fecha para ser disfrutados. La rapadura, con su característica forma cónica, tiene miel de caña, gofio, azúcar, almendra, canela y limón como ingredientes (hay variedades: de leche, de chocolate, de coco o de huevo). El queso de almendras, con huevos, ralladura de limón y canela, es otro postre típico de La Palma, que se recomienda acompañar con una copita de mistela. El bizcochón de Los Sauces se elabora con leche, azúcar, aceite, pasas, almendras, nueces, canela y ralladura de limón. Tampoco hay que olvidar los almendrados (pequeñas tortitas de pasta de almendra con azúcar y huevo cocidas al horno); el pan de leche, con harina y leche cuajada, azúcar, huevos, canela, ralladura de limón y un chorrito de vino; los buñuelos de boniato; la pelota de gofio con almendras y miel; los suspiros palmeros (merengues)... En fin, un universo inagotable del dulce en el que cualquier goloso querría entrar para no salir jamás.