

Cualidades nutricionales y dietéticas de turrónes y mazapanes

ISMAEL DÍAZ YUBERO



La Chertolina

Cherta (TARRAGONA) [1910]. Papel litografiado. 31,6 x 15,2.

- Sin lugar a dudas, este cartel, precioso, es el más antiguo de toda la serie aquí recogida, pues debe ser de principios del siglo XX. El motivo, asimismo, no es el normal de Navidad, y la ciudad origen del producto, Cherta (en Tarragona), tampoco lo es. La litografía en cuestión recoge, al lado de una mujer en traje típico de la zona con un cántaro, un paisaje característico de allí, con un azud o embalse de agua, un molino de piedra del siglo XV, y un velero de juguete que surca su superficie. El texto es breve: "Turrón exquisito".

Sólo hay cuatro sabores, o cinco según los japoneses, que han identificado el sabor umami, e infinidad de matices sápidos y precisamente los matices, que son combinaciones de los sabores básicos, hacen que los alimentos produzcan más o menos placer en nuestras papilas. Hay muchos estudios para identificar los sabores, para conocer el punto de la boca y más específicamente de la lengua, en el que se aprecian, para conocer el componente químico que lo produce, sabemos que el sabor dulce y los principios activos responsables de que lo percibamos, tienen efectos muy positivos en nuestro metabolismo y también se ha estudiado su influencia sobre nuestro estado de ánimo, su repercusión en las funciones cognitivas, la causa por la que su presencia facilita la sensación de alegría, energía y felicidad. Jhon Drouillard asegura que cuando no está en la dieta se abandona la mesa con una cierta sensación de insatisfacción, aunque todavía no conozcamos exactamente la razón.

La filosofía ayurvédica dice que si el alimento es delicioso pero no saludable, no contribuye al sustento del cuerpo, pero si los alimentos sólo son sanos pero no deliciosos, entonces esto no proporciona satisfacción a los sentidos y no se produce la satisfacción gastronómica, que es base fundamental para una perfecta nutrición. En resumen, la comida debe ser deliciosa y saludable, para que se produzcan los diferentes efectos favorables, y ello lleva aparejado la necesidad de que en nuestra alimentación esté presente el sabor dulce.

Lo curioso es que estos conceptos han estado siempre presentes en la sabiduría intuitiva de todas las culturas, lo que ha llevado a la búsqueda de este sabor en los distintos alimentos. El primer edulcorante que se conoció fue la miel, que se utilizó en muy variadas recetas que, casi siempre, estaban sólo en las mesas de las clases sociales más altas y pocas veces llegaban a las de los pobres.

Casa Auria

ZARAGOZA [1930]. Papel litografiado sobre cartulina. 46,6 x 31,2.

■ Este sencillo anuncio de los años cuarenta, en cartulina impresa, tiene sólo dos colores planos que sirven como fondo en diagonal a un texto compuesto en tipografía exclusivamente. Es de Zaragoza, y la sobriedad total que presenta, sin nada absolutamente de dibujo, ilustración o cenefa, hace pensar en que este obrador confiara únicamente en su prestigio y su solo nombre, "De la Antigua [sic] y acreditada Casa Auria", para poderse vender, pues debía ser muy conocido por su calidad ("elaborado exclusivamente con almendra y azúcar"), y especialidad, el "turrón de guirlache". De hecho, la frase final, "De venta en esta casa", hace pensar que no todos los comercios podían ostentar tal aviso, y es de suponer que sólo aquellos reconocidos por sus productos de calidad podían lograr el permiso de la Casa Auria para colocar el cartel en su escaparate.



La literatura es rica en citas sobre los alimentos dulces. Sin extendernos demasiado en su enumeración, baste decir que aparecen con frecuencia tanto en la *Biblia* como en el Corán, casi siempre recurriendo a la combinación de la miel con los frutos secos y eso es, en resumen, la razón de ser de los dos protagonistas de nuestra más especializada repostería concretados en los dos productos básicos, que son el mazapán y el turrón.

O mejor en los mazapanes y en los turrones, porque las elaboraciones son muy variadas, tanto que a pesar de utilizar muy pocos componentes están muy diversificadas sus características, por lo que cada una tiene sus particularidades y su personalidad.

LA INFLUENCIA ÁRABE

No podemos olvidar que fue en Persia, unos quinientos años antes de Cristo, cuando se pusieron en práctica métodos para la obtención del azúcar en estado sólido, ni tampoco que los árabes extendieron su cultivo por toda la ribera del Mediterráneo, que las primeras refinerías de azúcar se hicieron en Egipto, ni que los más primitivos y, casi siempre, sofisticados recetarios de repostería tienen origen árabe y la consideración muy alta que corresponde a la de golosinas exquisitas, que a la vez tenían, según ellos, muy contrastadas propiedades curativas.

De todos los frutos secos, es la almendra la que presenta mejores propiedades organolépticas para combinarse con la miel y con el azúcar. Su textura es compacta, sus proporciones de materia seca, grasa, proteínas e hidratos de carbono muy equilibradas, sin que ninguno de sus componentes destaque de manera especial, por lo que la textura de la mezcla es muy agradable, a lo que hay que unir la propiedad de ser muy moldeable, si se muele la almendra para poder proporcionar conformaciones variadas, y una muy agradable imagen cuando las almendras están enteras, consiguiéndose el oportuno punto crujiente. Tanto en crudo como si procedemos a su horneado conserva sus propiedades gustativas porque los aromas y los sabores de la almendra y la miel, o en su caso el azúcar, armonizan perfectamente, con la particularidad de que la mezcla resultante tiene un periodo de conservación considerable a la temperatura ambiente. Finalmente, la tecnología necesaria para la producción de estos dulces está al alcance de todos, porque es muy sencilla.

EL MAZAPÁN

Todas las teorías sobre el origen del mazapán tienen lagunas en su credibilidad, lo que imposibilita que alguna de ellas haya sido aceptada con carácter general. Hay una

cierta tendencia a superponer el origen con la denominación, lo que muchas veces se ha empleado como argumento sustentador de las teorías, pero todo parece indicar que este producto procede de China, de donde lo copiaron los árabes, difundiéndolo después por los territorios de su dominación. Almendras y miel son producciones frecuentes en Oriente y en el norte de África y pudiera ser que la elaboración hubiese sido, más o menos, simultánea en diversos puntos de esta extensa región.

En todos los pueblos en los que los árabes han tenido influencia prolongada, se han hecho variadas elaboraciones reposteras con los ingredientes mencionados. Por eso, en casi todos ellos se asegura que son los creadores del mazapán, que por cierto tiene denominaciones similares en casi todas las lenguas, aunque su origen se atribuya a derivaciones muy variadas.

Algunos autores aseguran que mazapán deriva de Martaban, que es una ciudad oriental de Birmania (actual Myanmar), famosa por sus frascos, por sus delicados perfumes y por sus dulces, mientras los persas aseguran que "marzban", que significa frontera, era el punto de su territorio en el que dejaba de consumirse este dulce, y es de este término de donde toma el nombre.

Los italianos atribuyen el nombre a una moneda de origen árabe, de muy alto poder adquisitivo, que circuló en Sicilia con el nom-

Picó

Jijona (ALICANTE). Antonio Mira [1950]. Cartón troquelado. 31,5 x 22,5.

■ El caso de este anuncio es muy parecido, en su factura de impresión, al de La Flor de Jijona comentado en otro lugar. Aunque la época es también de los cincuenta del siglo anterior, su confección se basa no en el relieve (lo más común en los que estamos viendo), sino en el troquel de silueta, para que al ponerse de pie sobre un mostrador o escaparate proyectase una especie de tercera dimensión, que la enriquecía. En cuanto al motivo gráfico es también simple y efectivo de entender y transmitir: los dos grandes animales salvajes de la selva, por su fiereza y poderío (tigre y león), están luchando (acompañados de sus cachorros) para conseguir una caja de madera que contiene Turrónes Picó. El dibujo no necesita de mayores explicaciones.



bre de *mauthabán*, pero por si esta teoría no tiene suficiente aceptación, tienen otra de recambio, que asegura que procede de la Roma imperial, del latín, en concreto de *Panis martius* que tiene dos significados diferentes, que van bien para explicar el origen de la palabra, que en italiano es "marzipan". Puede significar "pan de marzo", que era el dulce con que se celebraba la llegada de la primavera, pero también "pan de marcha", por la cantidad de energía que tiene y lo concentrada que está, lo que hace que el producto sea muy útil para los desplazamientos largos.

Las leyendas también pueden ser varias en un mismo país y en Italia, para casi todos los alimentos, es frecuente que coincidan más de una. Hay leyendas que narran la influencia que tuvo Venecia en la invención de este dulce, y otras que hacen referencia a la tradición elaboradora de Sicilia, con la representación de figuras muy diversas. Hay otras leyendas, como la siciliana que garantiza que fueron las monjas del convento de Santa María dell Ammiraglio, una congregación conocida como de las Martoranas, porque la fundó Eloísa Martorana, noble que recibió la visita del obispo y, como no disponían de fruta fresca, le ofrecieron unas elaboradas

con pasta de almendras, ligada con goma arábiga y oportunamente pintadas, con azafrán, pistacho o rosas, que representaban manzanas, peras, melocotones, cerezas y toda clase de frutas, con las que pudieron agasajar, en la festividad de Todos los Santos, a tan ilustre visitante. Son las conocidas como frutas martoranas. La realidad es que también pueden representar corderos, ovejas, terneros o caballitos y en la actualidad teléfonos móviles, escudos de equipos de fútbol, o monumentos de la localidad.

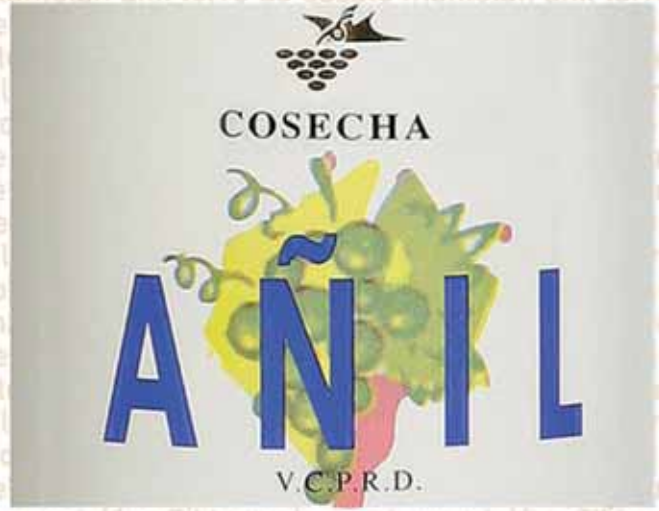
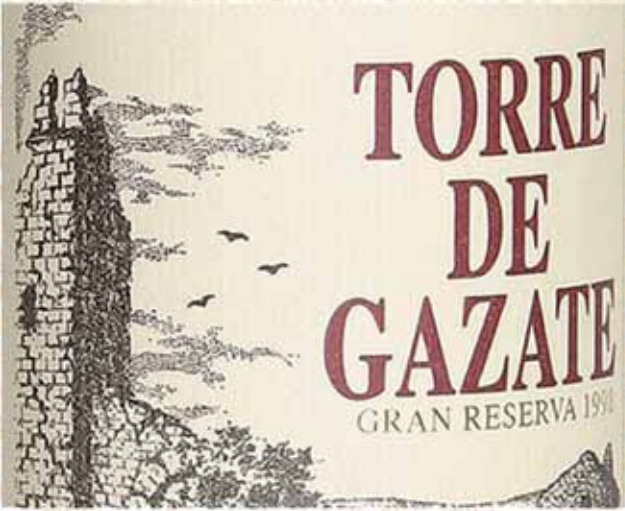
También los franceses aluden a documentos históricos del mazapán de la Provenza; los alemanes recurren a la antigüedad de su "Lübeker Marzipan", que es excelente y tiene denominación de origen de la Unión Europea desde 1999, y otros muchos reclaman también su paternidad, pero todos tienen en común la influencia de los árabes, que fueron, sin duda, quienes introdujeron en Europa los dulces, en los que intervienen la almendra y la miel o el azúcar.

También los españoles reivindicamos ser los creadores de las pastas de almendra endulzadas, que fueron empleadas en la elaboración de muy variados platos, de los que un antecedente es el "manjar blanco", en la receta a la que se refiere Ruperto de Nola cuando habla

indistintamente de *maçapanes* y *marzapanes*, como ingrediente al que señala como alimento ideal "para dolientes que pierden el comer" y "lleva pechuga de gallina deshecha, mezclada con la almendra y el azúcar". La difusión de este plato fue grande en los siglos XV y XVI, durante los cuales se alude a él en muy diferentes publicaciones literarias, recetarios y estudios médicos, como el realizado en el hospital toledano de Santiago, en el que aseguran que es plato costoso, pero muy recomendado para los enfermos.

Hay también teorías que aluden al origen conmemorativo de diferentes celebraciones, casi siempre de hechos bélicos, y más concretamente de batallas en las que se vencía a los moros. Entre ellas, la más extendida es la que afirma que fue creado con motivo de la celebración de la victoria del rey Alfonso VIII en Las Navas de Tolosa, porque en las proximidades del campo de batalla había un convento de monjas, el de San Clemente, en el que una habilidosa cocinera machacó, con una maza, almendras para amasarlas con azúcar y hacer un pan especial.

En el escudo de Toledo hay un rey sentado, lo que en árabe se traduce como "manthaban", y cuentan los cronistas de esta ciudad que esa es la razón de ser del nombre de tan





Coloma

Jijona (ALICANTE). A.S.F. 1956. Papel litografiado barnizado en relieve, sobre cartón. 26,2 x 18,2.

■ Fechado probablemente a mediados del pasado siglo (el estilo del dibujo y de los rasgos de los niños, sobre todo, así lo confirman), este agradable cartel está hecho en cartón recubierto de papel cuché, impreso en colores y troquelado en seco, para darle un realce muy típico de aquellos años. La imagen es curiosa, porque recoge un motivo recurrente en toda la iconografía infantil y las fantasías de todas las personas golosas: ir caminando por el campo o el bosque (como la pareja de la ilustración, ataviada algo extrañamente con trajes regionales del norte de España), y encontrar de pronto... ¡la "Casita de Turrón"! Poder comer (hasta hartarse y ponerse enfermo), los ladrillos y las paredes hechas con turrón de Jijona..., y sin que a uno le regañen... ¡Un sueño!

excelente dulce. De lo que no cabe duda, independientemente de las leyendas, es de que Toledo es el punto en el que la artesanía, muy simple, pero al mismo tiempo muy difícil de conseguir, alcanza los excelentes resultados que se obtienen siguiendo la orde-

nanza que, en 1615, el rey Felipe III dictó, para aplicación obligada, del gremio de confiteros de esta ciudad.

Unas veces se afirma que fue siempre un alimento de lujo y otras que fue un recurso con el que dar de comer a los necesitados, porque

faltaba pan, pero había almendras y azúcar en abundancia. La razón de su denominación es muy variada y también varía, aunque ligeramente, su composición, pero en lo que todos están de acuerdo es en la alta calidad del producto, apreciado por todas las culturas.

LOS REFRANES

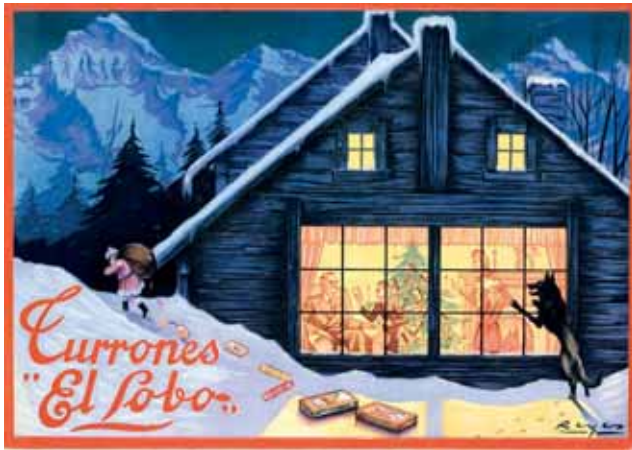
El consumo de turrón y mazapán está muy concentrado en unas determinadas fechas y a ellas hacen alusión los diferentes dichos y refranes.

"Por San Antón se acabó el turrón". El consumo de dulces se incrementa de forma considerable en Navidad y en las fechas próximas. Esta circunstancia, que tenía carácter generalizado en los años en los que nuestras posibilidades económicas eran limitadas, sigue estando en vigor, aunque un poco paliada en la actualidad. No estaría mal que diversificáramos el consumo en el tiempo, de tal forma que aprovechásemos mejor sus efectos beneficiosos, espaciándolos de tal forma que, en vez de consumir grandes cantidades en unos días, los consumiésemos en cantidades moderadas durante todo el año. Como hemos visto, su composición reside en alimentos muy nobles, la utilización de aditivos es muy limitada, prácticamente nula, por la satisfacción que produce su consumo, no es justo que lo limitemos a unas cuantas fechas.



"Llegado mayo, turrónero al caballo", que, aunque pueda parecer contradictorio con el anterior realmente es complementario, porque además de consumirse en Navidad, en cada localidad española en la que se celebraban fiestas, casi siempre coincidiendo con los meses de final de la primavera y el verano, era y todavía sigue siendo tradicional, que en el ferrial o en la plaza del pueblo se instalasen casetas especializadas en la venta de turrón, que era demandado con la finalidad de recrear el ambiente festivo de las ya lejanas fechas navideñas, y esperar a la celebración de las próximas, como indica el dicho **"Ya ha llegado el mazapán, ya está aquí la Navidad"**.

No es un refrán, es más bien un verso de una canción infantil, que tiene espíritu festivo y que alude a los buenos deseos de abundancia expresados con la frase **"Que caiga un chaparrón de azúcar y turrón"**. No hace falta este chaparrón dulce, pero no vendría nada mal que sí hubiese uno de puestos de trabajo, de más justa distribución de la riqueza y de los medios oportunos para poder acabar con el hambre que todavía queda en el mundo. ■



El Lobo

Jijona (ALICANTE). Reyes [1950]. Papel offset en relieve sobre cartón y letras en cuché y troqueladas. 33,3 x 23,7.

■ Esta conocida marca de turrones presenta en este cartel de la década de los cincuenta una imagen clásica de la Navidad, época en la que, como se sabe de sobra, se produce y se consume la mayor parte del turrón en España.

Hecho en papel cuché sobre cartón en relieve, la imagen presenta una perspectiva típicamente navideña que, si bien era muy común en Europa central y en Estados Unidos, se extendía rápidamente por España en aquellos años: la casa rústica, de madera, en medio de un bosque de abetos, todo nevado, con un interior cálido e iluminado, y la familia alrededor del árbol de Noél.

Todo en dos ilustraciones. A la derecha, la del exterior de la casa, a través de cuyos amplios ventanales se aprecia un alegre, cálido y feliz hogar (no tanto, por lo que parece, para el pobre lobo que, apoyado en los cristales, parece estar pidiendo entrar).

Y a la izquierda, ya dentro de esa confortable casa en medio del bosque nevado, un matrimonio sonriente, de clase media, con un hijo, colocando los regalos del árbol (a resaltar la gran formalidad de él, con corbata y batín).



El Lobo

Jijona (ALICANTE) R. [1940]. Papel pegado a cartón con relieves. 34 x 25.

■ Este es uno de los más conocidos carteles de esta casa, con una imagen característica del paisaje navideño, sobre todo de Centroeuropa o Norteamérica, como casi inexistente en España (salvo en los Pirineos y en algunas zonas de montaña).

La curiosidad de este cartel tiene un doble aspecto: el que ya se recoge íntegro como parte de otro anuncio de la misma casa en estas páginas (pero en tamaño reducido), y el de presentar una escena un tanto increíble: familia reducida de clase alta en una casa aislada en medio del bosque nevado, vestidos de gala en todos ellos (propios realmente de las celebraciones navideñas), estilo de casa "americana", soledad, lobo "mendicante", etc.

El conjunto, sin embargo, con el árbol de Navidad y un Papá Noél que se acaba de ir dejando un reguero de regalos en la nieve, es precioso y muy atractivo.

La representación de frutas con mazapán en Valencia es típica la que se hace el 9 de octubre para conmemorar la entrada de Jaime I en la ciudad. En esta fecha es costumbre que novios y maridos regalen la "mocador", que consiste en un pañuelo que envuelve a unas figuritas de mazapán que imitan en sus formas y colores a las frutas y hortalizas de la huerta y, como en esta región se es muy aficionado a los fuegos artificiales, también se hacen con mazapán "tronadores" (petardos) "piulets" (cohetes). También se hacen frutas de mazapán en el Algarve portugués, en donde se las conoce como morgadinhos. En Ginebra, una parte tradicional de la celebración de L'Escalade es el ritual de romper un caldero de chocolate relleno con figuritas de mazapán que representan verduras, lo que es una referencia al cerco de la ciudad que hicieron los saboyardos, que fue frustrado por un ama de casa que arrojó sobre ellos un caldero de sopa hirviendo. En general son figuras amables, aunque en algún momento representaron también a animales monstruosos, de los que todavía queda la llamada "anguila", que realmente recuerda a un dragón.

En la composición de los mazapanes entran sobre todo almendra y azúcar, y ambos productos están regulados en sus calidades y canti-

dades. Por ejemplo el mazapán de Lübeck debe tener como mínimo un 66% de almendra para poder disfrutar de la indicación geográfica reconocida por la Unión Europea. También gozan de esta protección en Alemania el mazapán de Königsberg, al que se le exige un horneado especial, y en España el de Soto de Cameros, más ligero y con menos contenido en almendras. A veces entra en su composición agua de rosas, como en el de Lübeck; en algunos países árabes la almendra se sustituye, total o parcialmente, por la pipa de albaricoque o melocotón, recibiendo el nombre de persipán y adquiriendo un ligero y agradable sabor amargo, en otros casos se sustituye la almendra por cacahuets, pistachos o piñones. En Oriente Medio es frecuente el uso de agua de azahar, en Goa es muy típico el elaborado con nueces de Cajú y en Filipinas las nueces de pili son el componente habitual del mazapán. Hay algunas preparaciones en las que entra la harina de trigo, de avena o sémola, y aunque parezca que es un procedimiento para abaratarlos, se han consagrado como productos de calidad.

En el mazapán de Toledo la principal protagonista es la almendra, porque como exige la indicación geográfica protegida al menos la



Viuda de Wenceslao Monerris Rovira

Jijona (ALICANTE) [1950]. Cartulina litografiada. 34,5 x 23,5.

■ El cartel aquí comentado, también de mediados del siglo pasado, presenta un par de diferencias con el resto de los aquí comentados. Por una parte no está en relieve, ya que es una litografía en cartulina.

Además, por otro lado, su motivo se sale de la línea común en casi todos los demás casos, al no recoger, junto a la reproducción de los distintos tipos de envases que tenía la casa (estuche de cartulina, cajas de madera), personajes o animales, y sí sólo frutas.

A modo, y con la estética de los bodegones típicos del Renacimiento, se recoge una panorámica de las principales frutas que (probablemente escarchadas) se ofrecerían al público: cerezas, ciruelas, peras, melocotones, fresas, uvas, manzanas, melones, naranjas, granadas, etc., y todo con una ramita florida de almendro al fondo.

mitad, en peso, debe provenir de este fruto, que ha de ser de variedades dulces –preferentemente *marcona* y en algún caso *largueta* u otras variedades de almendras necesariamente dulces–, bien peladas y con un alto contenido en grasa, el 50% como mínimo, para que el producto final tenga, aproximadamente, un 26% en su composición. No tiene tanta importancia la intervención del azúcar, que puede ser de remolacha, casi siempre, de caña o incluso proceder de miel u otros azúcares naturales. La masa es fina y compacta y mediante moldeado manual, seguido de horneado o cocción, se obtiene un producto final, al que se le conoce localmente como “monerías” (si se le ha dado forma de “pez” o “conejo”, que son sólo de mazapán o de “jamón” o “empanadilla”, hechos de mazapán con relleno), pero el nombre con el que normalmente se comercializan es el de “figuritas”. No hay ningún mazapán que supere a las “monerías” toledanas, aunque hay derivados de esta pasta, hecha de almendra y azúcar (marquesitas, pasteles de gloria, anguilas, turrón de Cádiz, mazapán de Cameros y algunos otros), que son muy dignos de tenerse en cuenta.

LOS TURRONES

Igual que al mazapán, al turrón se le discute su origen, su evolución y su composición y además, como ha sucedido con otros alimentos, el concepto del turrón ha evolucionado para ofrecer sabores, aromas,



Viuda de Wenceslao Monerris Rovira

Jijona (ALICANTE), 1953. Papel litografiado barnizado en relieve. 34,7 x 24,7.

■ El caso de este precioso cartel tiene muchos puntos comunes con otros de los vistos aquí. Papel cuché, troquel seco que hace resaltar el volumen del anuncio, imagen típicamente navideña, brillo y dibujo de gran impacto visual, etc.

Lo más destacable de la ilustración aquí recogida es la simplicidad de la figura, su apreciable tamaño y un motivo tan navideño que no necesita ni de textos aclaratorios ni de otros adornos.

Un papá Noé que casi ocupa todo el marco, con su color rojo típico, su obesidad amable y bonachona y su barba blanca, presenta en una bandeja el surtido de los productos de la casa, en un fondo de abetos y nieve tan propio de la Navidad.



Vda. de Wenceslao Monerris Rovira

Jijona (ALICANTE) [1950]. Papel en relieve (couché) troquelado sobre cartón. 34,5 x 24,1.

■ Otro cartel típico de anunciar turrone, hecho también en papel cuché, en relieve, y sobre cartón. A destacar también, por si todavía el lector no se ha dado cuenta, que todos estos carteles referidos a este tema son, curiosamente, apaisados, y ni uno sólo está con la imagen en posición vertical.

El motivo gráfico es, en este caso, de una gran elegancia, al combinar, casi como elementos únicos, una tipografía muy atractiva, en rojo, sobre un fondo negro. Resulta el conjunto de una gran belleza y seriedad, que tal vez fuera el mensaje que se quisiera transmitir.

No obstante lo anterior, y en la esquina superior izquierda, tres dibujos detallados rompen la (posible) monotonía de la mancha bicolor citada: un panal de abejas, una tableta de turrón en estuche, y otra de tipo clásico.

VIVE, CADA DÍA DEL 2013 CON

Orgullo Ibérico

Y GANA UNO DE LOS 365 LONCHEADOS

Europa
invierte en las zonas r

1.- ¿Quién puede participar?

Toda persona interesada.

2.- ¿Qué tengo que hacer?

Definir "Orgullo Ibérico".

3.- ¿Cómo tiene que ser mi definición?

Las definiciones del Orgullo Ibérico tienen que ayudar a afrontar cada día del año 2013 y, por supuesto, no tienen que estar necesariamente vinculadas con el mundo del jamón.

4.- ¿Dónde tengo que remitirla?

A info@jamondehuelva.es o al Apartado de Correos nº 1, 21290 Jabugo (Huelva).

5.- ¿Dónde se publicaría si fuese seleccionada por el Consejo Regulador?

Las 365 definiciones seleccionadas junto con el nombre de la persona autora se irán publicando cada día, desde el 1 de enero hasta el 31 de diciembre de 2013, en www.jamondehuelva.es y, posteriormente, se recopilarán para publicarlas en un libro.

6.- ¿Qué obsequio recibiría si fuese seleccionada?

Las 365 definiciones seleccionadas serán obsequiadas con el nuevo formato: el loncheado, un sobre con finísimas lonchas de Jamón de Huelva con designación de calidad Summum presentado en estuche institucional rojo corporativo y logotipo estampillado en color oro. Por supuesto, también, recibirán un ejemplar del citado libro.

7.- Otra información de interés.

Más información en www.jamondehuelva.es. Los datos personales solamente serán utilizados para realizar esta acción. Las decisiones del Consejo Regulador serán inapelables.



Jamón de Huelva





texturas y colores completamente distintos a los que se podían encontrar hace unos pocos años.

Como casi todos los dulces que se hacen con almendra y miel, su origen está en los países árabes y su ancestral elaboración aparece citada en *Las mil y una noches* en una elaboración muy similar a la actualmente denominada "torta imperial". En el libro *De medicinis et cibis simplicibus*, escrito por un médico árabe en el siglo XI, se habla del "turun". Un poco más tarde se encuentran descripciones del *al haju*, que se hacía con miel, almendras y unas galletas de pan ácimo, que ayudaban en la conservación, y que es una perfecta descripción del actual alajú que sigue siendo una especialidad de Cuenca.

Aunque los italianos afirman que los árabes lo llevaron a Sicilia enseguida, todo hace suponer que, por razones geográficas e históricas, llegó primero a España y numerosos documentos demuestran que antes de que lo sirvieran en la boda de Blanca Visconti con Francesco Sforza, celebrada en Cremona, ciudad natal de la novia, ya se conocía en las costas mediterráneas españolas, pero como sucede en casi todos los casos que se hable de alimentos hay divergencias en cuanto al punto exacto de su origen. Los catalanes afirman que fue un invento de Torrons, que en 1703 hizo un dulce no perecedero, utilizando avellanas, piñones y miel,

que tenía el aspecto de un bloque de granito y gustó tanto que le otorgaron diversos premios y, entre otros, el de dar su nombre al producto. Los alicantinos, que no están de acuerdo con esta teoría, aducen que existen muchos documentos de fecha anterior al nacimiento del pastelero catalán en los que se demuestra que, con miel y almendras de la zona, se elaboraba un producto que, en palabras del deán Bendicho, en un texto ampliamente divulgado, se fabricaba el turrón "de aspectos de trozos de jaspe y de estima en mesa en los tiempos de invierno".

Los turrónes clásicos españoles que tienen indicación geográfica protegida son el de "Alicante" (duro), el de "Jijona" (blando) y el de "Agramunt", en el que la avellana generalmente, aunque no siempre, sustituye a la almendra. Son las estrellas, las que dan más prestigio al turrón español y las más conocidas en el mundo de la repostería. El proceso de elaboración del **turrón de Alicante** es artesanal incluso en las industrias más avanzadas, aunque la moderna maquinaria facilita su elaboración, que consiste en introducir en un perol de doble fondo la miel y al mismo tiempo que se calienta, se somete a un suave proceso de batido. Cuando está en su punto, se le añade azúcar, clara de huevo y las almendras, que han de estar perfectamente peladas. La pasta obtenida se mezcla lenta y continuamente, ayu-

La Flor de Jijona

Jijona (ALICANTE). Barba [1950]. Papel offset barnizado troquelado y en relieve sobre cartón. 34 x 24.

El anuncio aquí comentado tiene tres particularidades que merecen ser destacadas. Aunque también es de Jijona y está confeccionado en los años cincuenta, el troquel no se ha hecho para darle relieve, sino para siluetearlo, y dar así sensación tridimensional a la cartulina. En segundo lugar, y precisamente por tener esta forma irregular (no rectangular) y ajustada, sobre todo, a la esfera terrestre y a las tres figuras femeninas, se utilizó como "display" (desplegable), es decir, con la ayuda de un trozo de cartulina plegada por su parte posterior se podía colocar de pie (sin colgar), en una estantería o en un escaparate. Por último, aparece un motivo gráfico muy querido a la publicidad de todos los tiempos y países: un globo terráqueo con personajes típicos de cada país (esquimal, norteamericano, cow-boy, mexicano, cubano, argentino, chino, inglés, tirolés, musulmán y negro de África), que muestran cómo "todo el mundo exige los turrónes de esta marca": tortas, almendras garrapiñadas, turrónes en caja de madera o estuche de cartón, etc.

dándose de grandes palas de madera, hasta que el maestro turrónero determina que se ha alcanzado "el punto melero". En ese momento se para el proceso de calentamiento y se comienza el moldeado. Se corta en barras cada pieza, se cubre con obleas y se enfría, después se envasa, generalmente al vacío, para prolongar el tiempo de conservación.

En el caso del **turrón de Jijona**, la fabricación es igual, con la única particularidad de que, después de la mezcla y el batido, se muelen las almendras, se pasa la pasta por la refinadora y, al salir el producto muy líquido, es necesario un prolongado reposo, para que alcance la textura adecuada antes de pasar al envasado.

También son tradicionales el "guirlache", sobre todo en Aragón, que está hecho con azúcar caramelizada, de color rubio muy oscuro, casi negro, y en la provincia de Badajoz, en Castuera y otras localidades próximas, se ha desarrollado una industria turrónera muy interesante, con algunas elaboraciones particulares como la que hacen con almendra entera y excelente miel, a la que denominan "rosca" o "corona", que es verdaderamente excepcional. También hay un turrón navarro

autónomos y empresas

en Orange queremos echarte una mano



Samsung
Galaxy ACE 

por **0€**

tarifa plana

Habla y Navega 19

19 €/mes

habla 24 horas
navega en tu smartphone

en el 1414, tiendas Orange
o en orange-empresas.es

tu negocio cambia con **orange™**



1880

Jijona (ALICANTE) [1950]. Papel cuché offset troquelado y en relieve sobre cartón. 23,7 x 17.

■ Para muchos, uno de los mejores turronez existentes, y desde luego por la forma de ilustrarse hace pensar en calidad y clase.

La "Crema de Jijona 1880", una de cuyas pastillas se presenta en primer plano, toda en relieve (como el resto del cartel, hecho también en cartón recubierto de papel cuché, y también en relieve), está en dorado, y parece salirse hacia fuera rebosando calidad e, incluso, como un verdadero producto de lujo (parecido al oro de las monedas antiguas) y, por lo tanto, de precio elevado.

La mujer que lo presenta, vestida al modo de esos años (1880) y de clase alta, con su elaborado vestido, su amplio canacán, y las cintas y plisados de todo él, ayuda a realzar esta creación de turronez El Lobo.

denominado "de royo", en el que a veces se sustituye la almendra por avellana y la miel por azúcar y es, fundamentalmente, una preparación casera, aunque en Navidad lo elaboran algunos pasteleros.

La reglamentación técnico sanitaria que regula la elaboración de turronez y mazapanes recoge con el nombre de "turronez diversos" al de chocolate, chocolate con almendras, chocolate al coco, nata-nueces y un sinfín de productos denominados, aunque no muy adecuadamente, "pralinés" en los que es posible que no lleven ni miel, ni almendra, ni siquiera azúcar que puede ser sustituida por edulcorantes para que puedan disfrutar de ellos los diabéticos, que pueden ser de arroz

con leche, crema catalana, pasas al ron, whisky, kiwi, tiramisú o cualquier otra composición que se les ocurre todos los años a los reposteros.

LAS PROPIEDADES NUTRICIONALES DEL TURRÓN Y EL MAZAPÁN

Cada uno de los componentes de estos dulces aporta importantes y necesarios nutrientes para nuestro organismo. En el caso del turrón, la miel está considerada como el edulcorante más ecológico que existe, porque la necesaria intervención de las abejas

sólo es posible cuando el medio ambiente no está contaminado, lo que permite la existencia de las plantas que producen las flores y la actividad de unos insectos que son muy sensibles a las contaminaciones. Los azúcares de la miel aportan cuatro calorías por gramo, pero sobre todo van acompañados de enzimas que tienen efectos positivos para el organismo.

En lo que se refiere al azúcar, que entra sobre todo en la composición del mazapán, es cierto que aporta calorías que pueden ser excesivas si se come demasiado, pero ello no significa que haya que prescindir de ella por las personas que están en perfecto estado de salud. En concreto, la FAO y la OMS consideran que un 10% de las calorías ingeridas en forma de azúcar puede considerarse como un aporte moderado. Según estas organizaciones, es necesario aumentar el aporte de hidratos de carbono en la alimentación y sustituir paulatinamente las grasas, ya que este desequilibrio ha sido uno de los factores que ha provocado el aumento de la obesidad, considerada como la epidemia del siglo XXI.

La composición nutricional de las almendras es muy compleja y además equilibrada en los principios inmediatos, con la particularidad de que sus proteínas, que representan el 20% aproximadamente de su composición, son de muy alto valor biológico y las grasas, que son su componente principal, aportan muchos ácidos grasos insaturados, con especial importancia de los del grupo de los omega 6, que son imprescindibles de ingerir con los alimentos, porque nuestro organismo los sintetiza en muy limitada proporción. La riqueza en fibra está muy equilibrada con respecto a nuestras necesidades, lo que contribuye a facilitar el proceso digestivo y a proporcionar un nivel de saciedad considerable. Además son ricas en antioxidantes, en polifenoles, en vitamina E y en calcio, por lo que la recomendación de su ingesta por los nutricionistas está generalizada. ■

Los originales de los carteles que ilustran este artículo forman parte de la colección de más de 5.000 ejemplares de Carlos Velasco, profesor de Economía en la UNED. Para contactar: www.vecamugo.es

Denominaciones de Origen y de Calidad Diferenciada

■ **ANDALUCÍA**

ESPECIALIDADES TRADICIONALES GARANTIZADAS
PANELLETS

■ **ARAGÓN**

MARCA DE GARANTÍA DE CALIDAD
TURRÓN NEGRO
CASTAÑAS DE MAZAPÁN



■ **CASTILLA-LA MANCHA**

INDICACIONES GEOGRÁFICAS PROTEGIDAS
MAZAPÁN DE TOLEDO



■ **CATALUÑA**

INDICACIONES GEOGRÁFICAS
PROTEGIDAS

TORRÓ D'AGRAMUNT (TURRÓN DE AGRAMUNT) ◊

MARCA DE CALIDAD ALIMENTARIA MARCA "Q"

TURRONES DE PRALINÉ
Y TRUFADOS DE CHOCOLATE

ESPECIALIDADES TRADICIONALES GARANTIZADAS
PANELLETS

■ **COMUNIDAD VALENCIANA**

INDICACIONES GEOGRÁFICAS
PROTEGIDAS
JIJONA ◊
TURRÓN DE ALICANTE ◊

■ **LA RIOJA**

REGISTRADO Y CERTIFICADO
MAZAPÁN DE SOTO

◊ Inscrita en el Registro de la UE



Más información sobre características y zonas de producción de las denominaciones de origen y de calidad diferenciada en www.mercasa.es, dentro del apartado Alimentación en España.

Vino y cava procedentes de la agricultura ecológica

Una apuesta por una viticultura más sana y natural



Todos los fines de semana y festivos en nuestras cavas – Nova y Vella – ubicadas en Sant Sadurní d'Noia, la capital del cava, puede disfrutar de una excursión donde el vino, la gastronomía y la cultura son los protagonistas



Entre y descubrirá todo el atractivo mundo de CANALS & MUNNÉ



tienda on line

www.canalsimunne.com



Si quiere disfrutar de nuestros cavas, vinos y licores entre en nuestra TIENDA ON LINE www.canalsimunne.com o llame directamente a la Bodega, teléfono 93.891.03.18 (Srta. Amélia) y en su primera compra de 1 caja de 12 botellas tendrá unas condiciones especiales y, de regalo, 6 copas de cava (envíos a domicilio con transporte gratuito).



También puede encontrar nuestros cavas INSUPERABLE BRUT, ROSÉ PINOT NOIR y BRUT NATURE en todos los establecimientos de EL CORTE INGLÉS de Barcelona, Sabadell, y Tarragona y los centros HIPERCOR de Barcelona, Cornellá y Girona.