

Leche y productos lácteos



Leche condensada LA LECHERA

La Penilla. CANTABRIA. [1930]. Cartulina offset. 25 x 39 cm.

La leche fue siempre en el mundo occidental sinónimo de salud, riqueza y fecundidad; por eso se representa al dios Zeus alimentándose con leche de cabra, se asegura que Babilonia es la tierra prometida en la que fluyen ríos de leche y miel e Hipócrates describe los grandes beneficios nutricionales y curativos de la leche, sola o mezclada con otros alimentos. Pero, independientemente de leyendas y testimonios variados, es evidente que la leche fue siempre un alimento fundamental, porque su consumo, en sus diferentes presentaciones, estuvo siempre muy generalizado. Es casi seguro que la primera vez que se consumió leche no materna fue procedente de alguna cabra u oveja salvaje, a la que antes de sacrificarla se la ordeñó. Este hecho pudo ser determinante del interés en domesticar especies, que proporcionaban diferentes elementos necesarios, sobre todo en las economías de subsistencia, de las sociedades poco evolucionadas. Seguramente esto aconteció en el Neolítico y es muy probable que fuese en alguna tribu nómada.

No se tiene seguridad del momento en que se procedió a domesticar ovejas y cabras. Ni siquiera hay unanimidad en cuál fue la primera especie, pero todo hace suponer que fue en el Mediterráneo Oriental, hace alrededor de unos 9.000 años. Consta que unos 2.000 años antes de Cristo se plasmó en documentos, encontrados en el norte de Anatolia, la importancia que tenía el comercio de la leche. También hay pruebas de que los excedentes se dedicaban a la producción de quesos y leches fermentadas, que alargaban las posibilidades de consumo, porque una característica importante de la leche es su facilidad de conservación por sistemas primitivos, gracias a la posibilidad de cuajarla, desuarla y por lo tanto concentrarla.

Tampoco hay unanimidad en el primer producto lácteo elaborado. Algunos piensan que fue el resultado de guardar la leche en recipientes elaborados con los estómagos de animales lactantes, pero la verdad es que el producto obtenido tanto pudo derivar en la producción del primer queso como del primer yogur o kéfir, o kumis, que difieren en la microbiología imperante en el ambiente, porque en el caso del yogur se produce una fermentación láctica y en caso del kéfir y kumis es láctico alcohólica.

Pero también pudo ser, más o menos por la misma época, cuando se elaboraron los antecesores de los actuales *mazun*, que se hace en Armenia, o del *dahi* indio, del *masslo*, que se hace en Irán o incluso el *filmjolk* sueco o el *giooddon* de Cerdeña, porque de todos ellos hay literatura suficiente que los ensalza por sus propiedades nutricionales y curativas, como lo hace Dioscórides con el *dahi*, empleado para combatir los males del hígado y los del pulmón, o los efectos positivos de todas estas leches fermentadas como depurativas y beneficiosas para el buen funcionamiento del aparato digestivo que hacen muy diferentes autores.

El yogur es la que más se conoce en el mundo occidental. Su origen está en Turquía y Bulgaria y su difusión se debe a los descubrimientos de Ylia Metschnikoff, un sabio bastante irascible, que en alguna ocasión lanzó un tintero contra un investigador que no estaba de acuerdo con sus teorías, lo que no fue impedimento para que se le concediese el Premio Nobel de Medicina, en 1908, y por lo tanto hacerse famoso. Proclamó las ventajas de este producto, debidas a la acción del *Lactobacillus bulgaricus*, que en contacto con la leche hacía posible que la actividad de péptidos, aminoácidos, lípidos, lactosa y enzimas en el intestino se incrementase, aumentando la digestibilidad, debido a la modificación de la flora intestinal, que se transforma inhibiendo la acción de microorganismos indeseables. Más tarde se descubrió que la acción bacteriana descompone parte de la lactosa en galactosa y glucosa, lo que hace posible que en el caso de los alactásicos sea más fácil la digestión del yogur, en comparación con la de la leche.

Los primeros yogures que estudió el investigador búlgaro se elaboraron con leche de oveja, que en la región de origen sigue considerándose como el auténtico, pero nuevos descubrimientos han demostrado que en el elaborado con leche de vaca se origina una mayor cantidad de acetaldehído, que contribuye a aumentar el sabor y el aroma del producto. Además se han obtenido cepas que crecen mejor, y son más productivas, cultivadas en leche de vaca que si se siembran en leches de oveja. Todo ello ha contribuido a la difusión internacional de este producto, que en algunos países tiene un consumo solo ligeramente inferior al de la leche líquida, a lo que han colaborado las diferentes presentaciones, adicionado de sabores a frutas, la elaboración de batidos, bebidas, helados y de postres variados e incluso la admisión legal, en este grupo, de los yogures pasteurizados, a pesar de que se ha eliminado la flora bacteriana, pero tienen la particularidad de conservarse fuera de la cadena del frío y por lo tanto facilitar su consumo.

Otro producto en expansión es el kéfir, que se obtiene con la colaboración de unas semillas gelatinosas que actúan como agente fermentador, dando lugar a un líquido, que se bebe directamente, que tiene un muy moderado contenido alcohólico y que además es efervescente. Precisamente en estas características se basa la difusión de su consumo en Occidente, aunque sin alcanzar los niveles que tiene en los países del Cáucaso, en los que se considera imprescindible para evitar anemias y para prevenir y curar gran parte de los trastornos gastrointestinales.

Cuenta la historia que Gengis Khan alimentaba a su ejército invencible con kumis, otra bebida similar, aunque en aquellos tiempos se identificaba más con la cerveza por su contenido alcohólico. En la actualidad sigue siendo producto fundamental en los sanatorios de los países pertenecientes a la antigua Rusia para combatir la tuberculosis o al menos para paliar sus efectos.

El futuro de estos productos y de sus derivados es muy prometedor porque su consideración como alimento funcional o nutracéutico está cada vez más recomendada, porque es muy sencillo, añadiéndole fibra soluble, que se le pueda considerar como un alimento simbótico, por la conjunción de las funciones prebióticas y probióticas. Las investigaciones continúan y los avances son considerables en el descubrimiento de las propiedades favorables.

La mantequilla y la nata

Possiblemente el transporte de la leche, o simplemente el reposo, contribuyó a la separación de la grasa y a la formación de la nata, proporcionando un alimento distinto, que además es casi seguro que muy pronto se procedió a batirlo, dando lugar a la mantequilla, que aparece cuando se produce la inversión de fases y la emulsión de grasa en agua se transforma en una emulsión de agua en grasa, al ir concentrándose esta.

Su utilización en Mesopotamia está documentada desde hace unos 9.000 años y hay representaciones indias que demuestran que se utilizaba como ofrenda a los dioses, además de haberse encontrado documentos de la medicina ayurvédica que recomiendan su uso en los casos de desnutrición y en algunos trastornos digestivos. Hay muchas referencias, aunque posteriores, de su uso por los pobladores de los territorios que hoy se corresponden con el norte de Rusia, con las tribus de los países nórdicos y con los celtas. En la Edad Media ya se hizo una clasificación muy interesante de las diferentes cocinas por la utilización de la grasa. Se hicieron tres grupos en los que predominaba la láctea, la procedente del vacuno o del cerdo y la de origen vegetal, que era exclusivamente aceite de oliva. Aunque las cosas han cambiado, limitándose mucho el uso en la cocina de las grasas obtenidas directamente de las canales, la mantequilla, en gran parte, ha sido sustituida por margarinas y la del aceite de oliva complementada con grasas procedentes de semillas de diferentes vegetales, la realidad es que la base de la cocina francesa es la mantequilla, en tanto que en los países ribereños del Mediterráneo el aceite de oliva ha sido y sigue siendo la grasa preferida.

El consumo está muy influido por esta circunstancia. En España apenas se utiliza la mantequilla para cocinar y su uso untada en pan o como ingrediente repostero es muy limitado; apenas consumimos unos 300 gramos por habitante y año, mientras que en Francia se consumen unos 8 kilos. En este país hay diferentes formas de elaborar la mantequilla, lo que hace que aparezcan sabores diferentes y que, además, puedan encontrarse diversas texturas y consistencias, según las proporciones de grasas libres, grasas cristalizadas y glomérulos, que condicionan el uso al que se les destina. Por otra parte, cualquiera de ellas puede someterse a un proceso de fermentación, en el que la formación de diacetilo condiciona la intensidad de sabor.

En India y en bastantes países de su área geográfica se elabora a partir de la mantequilla un producto llamado ghee, que en esencia es exclusivamente la parte grasa de la leche, una vez eliminada el agua por evaporación y los sólidos lácteos por decantación, subsiguiente a un proceso de calentamiento continuado y una clarificación final. Es la principal grasa utilizada en la cocina aunque, de la misma forma que está ocurriendo en el mundo occidental, cada vez va siendo sustituida en mayor proporción por margarinas, elaboradas sobre todo a partir de grasas vegetales hidrogenadas.

El consumo de nata, en cambio, tiende a incrementarse tanto en repostería como en la cocina, para lo que se elaboran diferentes presentaciones con variados contenidos grasos y distintas texturas, que dan como resultado su comercialización en forma líquida, más o menos viscosa e incluso con aire inyectado, y cuando esto sucede se la conoce como nata montada. La denominada "mantequilla de Soria", que tiene denominación de origen, es en realidad una nata sometida a un batido especial, a la que se le adiciona azúcar, estabilizantes y a veces colorantes que hacen que sea un producto artesano, muy agradable y característico.

La leche en polvo

Es un producto mucho más moderno que los anteriores, que tiene su origen cuando a principios del siglo XIX se hizo pasar la leche en una capa muy fina entre unos cilindros calentados, que hacían casi inmediata la evaporación del agua, quedando una película de sustancia sólida, que posteriormente se procedía a moler, obteniendo de esa forma la primera leche en polvo, que posteriormente se reconstituyía añadiéndole agua. El proceso, denominado *Hattmaker* o *roller*, llevaba aparejado una importante caramelización de la lactosa y la aparición de un color pardo, que daban al producto un aspecto un tanto achocolatado o malteado. Poco a poco el proceso se fue perfeccionando y más tarde sustituido por unas torres en las que corrientes de aire caliente deshidratan, casi instantáneamente, las pequeñas gotas de leche inyectadas en forma de spray.

En la década de los setenta del siglo pasado se produjeron en la Unión Europea, que entonces se conocía como Mercado Común, importantes excedentes de leche que era necesario conservar, para lo que se procedía a convertirla en mantequilla y leche en polvo, lo que hizo decir a un comisario que la medida había dado lugar a la formación de "lagos de mantequilla y de montañas de leche en polvo". En esos momentos fue necesario transformar al primer producto en su propio sucedáneo, es

decir en margarina, y dedicar una importante parte de polvo a la alimentación animal, al mismo precio por kilo (para lo que se necesitaban unos diez litros para fabricarlo) que el que se pagaba por cada litro utilizado. Para evitar competencias con el mercado normal se procedía a desnaturalizar el producto, añadiendo alfalfa deshidratada y molida, que no afectaba a su consumo por los animales, pero daba un aspecto poco agradable para el consumo humano si se intentaba reconstituir. El problema no era muy grave si se utilizaba para la fabricación de alimentos como chocolate o galletas, porque entonces era difícil apreciar las partículas de alfalfa, sobre todo si se procedía a centrifugarla previamente. Fue necesario adicionar además unas dosis de fenotaleína para que, si se añadían unas gotas de un ácido, se tiñese el producto de un color rojo, con lo que se detectaba el fraude, que tuvo una cierta importancia.



GREMIO DE VAQUERÍAS DE MADRID
MADRID. Gallo. [1930]. Cartón litografiado. 48 x 35,8 cm.

La utilización de leche en polvo en la elaboración de productos transformados, como pastelería industrial, postres e incluso helados, es muy frecuente en el mundo desarrollado, en tanto que la reconstitución y consumo como leche líquida es habitual en países deficitarios, casi siempre en fase de desarrollo, en donde además es un eficaz remedio contra el hambre y la malnutrición, porque se puede proporcionar enriquecida con determinadas vitaminas o minerales en los que la población pueda ser deficitaria. En estos casos es fundamental vigilar la calidad sanitaria del agua de reconstitución, porque en caso de estar contaminada, la leche resultante de la hidratación es un magnífico medio de cultivo de las colonias de microorganismos que, aunque no muestran patogenia cuando la concentración no es muy alta, pueden causar graves problemas sanitarios si se concentran excesivamente. En la ayuda alimentaria se han producido importantes problemas de disentería al emplear agua contaminada y dejar que pasase un cierto tiempo entre la reconstitución y el consumo.

Excepcionalmente se consume leche reconstituida en determinadas áreas de países desarrollados, tal como sucede en Canarias, en donde al problema de la insularidad se une el hecho de que el censo de ganado vacuno es muy bajo. En estos casos se procede a reconstituir la leche en plantas especializadas, similares a centrales lecheras, y a elaborar en muchos casos leches dietéticas, lo que se consigue, por ejemplo, sustituyendo la grasa láctea por aceite de oliva.

El consumo de leche líquida

Se dice que el ser humano es el único que bebe leche procedente de otra especie. Además de no ser verdad del todo, seguramente la causa hay que buscarla en su capacidad de pensar. Es fácil deducir, en consecuencia, que lo que más se parece al primer alimento que consumen los niños lo producen otros mamíferos. Es casi seguro que, aunque todavía no se había inventado el refrán de que "a falta de pan buenas son tortas", enseguida se lo supuso y se empezó a beber la leche que le proporcionaban otras especies ya domesticadas.

Es seguro que en las sociedades primitivas la cantidad de hembras productoras no era grande y además que sus producciones eran pequeñas, porque se limitaba exclusivamente a la cantidad necesaria para amamantar a su cría, por lo que fue necesario entrar en competencia en el consumo de un producto tan básico. Pero también es cierto que la aptitud láctea varía entre unas hembras y otras, y que la capacidad de seleccionar a las más productivas se empezó a aplicar muy pronto. Así y todo, el consumo de leche no estaba generalizado, entre otras cosas porque en aquellas épocas se producía un fenómeno del que todavía quedan reminiscencias, que es el de las parideras, porque las vacas por naturaleza parían casi siempre en primavera, que es la estación más favorable para que la cría pueda encontrar alimento. En el caso de las ovejas y las cabras, que son más prolíficas, porque su periodo de gestación es más corto, las parideras eran en otoño y en primavera, pero en cualquier caso había periodos de tiempo en los que la leche escaseaba o simplemente no estaba disponible.

Todo parece indicar que fue un alimento muy preciado, aunque escaso, excepto en los momentos determinados a los que hemos hecho alusión, por lo que su consumo estaba reservado casi con seguridad a enfermos, ancianos, niños y sobre todo a mujeres parturientas, porque ya había seguridad de que de lo que se come se cría, por lo que se pensó que era una buena manera de alimentar mejor, aunque indirectamente, a los recién nacidos.

Es curioso que se haya constatado, y todo parece indicar que en variadas situaciones y culturas, que los pueblos más bebedores de leche fueron los que practicaban el nomadismo porque, aprovechando el carácter gregario de los animales, les acompañaban en sus movimientos migratorios, con la ventaja de proporcionar un alimento fundamental que ellos mismos generaban y además transportaban. Como cada clima es propicio a unas determinadas producciones, hubo pueblos que se especializaron en la producción de leche de cabra, otros de oveja, algunos de vaca, o de camella, o de yegua, o de búfala, o de rena, porque hay constancia de que todas estas hembras proporcionaron, en algún momento, tan apreciado alimento.

Cuando los pueblos se fueron asentando, se fue produciendo la especialización de las producciones. La láctea, que durante mucho tiempo se había compartido con la de carne, lana, cueros o trabajo, dio lugar a la aparición de diferentes razas más predispuestas, a las que se alimentaba especialmente para que la producción no se limitase a la estrictamente necesaria para alimentar a las crías.

Lo que ocurrió es que durante muchos siglos el conocimiento genético de los animales fue muy limitado y los avances obtenidos francamente pequeños, con algún salto atrás. Tanto es así que hace menos de un siglo una vaca que produjese 2.000 litros por lactación era considerada como excelente. La inseminación artificial, el trasplante de óvulos, el conocimiento del genoma, de la alimentación y los avances en el manejo de los animales hacen posible que producciones de 15.000 litros por lactación sean relativamente frecuentes, que algunas vacas lleguen a los 18.000 y que "Laura" y "Lucky", dos productoras cántabras, hayan alcanzado las cifras de 107.000 y 122.000 litros respectivamente a lo largo de su vida, según noticia publicada en *El Diario Montañés*.

Estos progresos han hecho posible que la producción mundial de leche haya aumentado, de forma que se haya hecho necesario limitar las cantidades en diferentes regiones y concretamente que en la Unión Europea se impusiesen unas cuotas ya eliminadas, que han reducido drásticamente el número de explotaciones, aunque es cierto que aumentando el número de cabezas por explotación y paralelamente productividades.

Aunque no tan espectacularmente, también se han producido avances importantes en la producción ovina y caprina, pero como la leche de estas especies se destina casi en su totalidad a la producción de quesos, su incidencia en el mercado de la leche líquida prácticamente es nula, salvo algún caso en el que la leche de cabra, muy apreciada por personas preocupadas por la salud, se comercializa por sus propiedades dietéticas.

El consumo de leche fue local durante mucho tiempo, porque solo disponían de ella las personas que vivían próximas a las zonas en las que se producía, lo que hizo que bastantes vaquerías se instalasen en los núcleos urbanos y no solo en la periferia, porque todavía en la década de los cincuenta del pasado siglo, a una distancia de un kilómetro de la Gran Vía de Madrid había 18 explotaciones de vacuno lechero, según datos de la Inspección Veterinaria del Ayuntamiento de Madrid.

Hervir la leche era obligado, porque sus ventajas nutricionales tenían como contrapartida el peligro de transmisión de enfermedades, especialmente, aunque no solo, de brucellosis y tuberculosis. Por entonces ya se conocían sobradamente los descubrimientos de Louis Pasteur, que en 1864 divulgó su teoría de que en la leche calentada a temperaturas ligeramente inferiores a la de ebullición desaparecían prácticamente todos los gérmenes patógenos, pero el problema era que no había instalaciones apropiadas para llevar a efecto ese proceso en un ciclo cerrado, que impidiese contaminaciones posteriores y que garantizase, mediante hermeticidad, la imposibilidad de recontaminación de la leche.

En 1966 se publica el Reglamento de Centrales Lecheras, en el que se establecen unas concesiones por capitales de provincias, al mismo tiempo que se da un plazo para eliminar las explotaciones ganaderas de los núcleos urbanos. La leche pasteurizada empieza a ser el producto básico de las nuevas industrias. En poco tiempo evolucionan los envases, pasando de las botellas de vidrio a la utilización de los primeros prismas de cartón. La leche pasteurizada se impuso, disminuyó la incidencia de zoonosis transmisibles y paralelamente se produjo la introducción de otras técnicas como la homogeneización de la grasa, lo que transformó la imagen del producto que dejó de hacer nata, pero el contenido graso era similar al de la leche que se había consumido hasta entonces, aunque al separarse en una capa superior fuese más evidente.

El problema es que la duración de la leche pasteurizada es limitado, lo que fue determinante para que las centrales lecheras pronto optaran preferentemente por la elaboración de leches esterilizadas de larga duración y más tarde por un proceso intermedio de calentamiento, conocido como *Ultra High Temperature* (UHT) o uperización que ha sido el que definitivamente se ha impuesto en el mercado de la leche líquida, reduciendo a cifras marginales otros tratamientos, como los utilizados para la elaboración de leche concentrada, evaporada, condensada o en polvo con destino a la alimentación directa.

La diversificación de la leche adicionándola de nutrientes o de sabores es notable, pero el consumo está muy estabilizado en todo el mundo. Lo mismo sucede en España en lo que respecta a las cifras totales consumidas por habitante y año, pero tiende a incrementarse el consumo de leche semidesnatada, que es el más alto de todos los tipos que hay en el mercado, algo menos el de desnatada, crece el de leches enriquecidas y disminuye el de leche entera. Casi la totalidad de la leche se somete a procesos de esterilización, en tanto que la leche pasteurizada no llega a ser ni siquiera del tres por ciento del total. La mala política que han seguido las industrias lácteas, inclinándose por la producción de leche estéril, nos deja bastante indefensos frente a las importaciones, que ya están aumentando desde la desaparición de las cuotas lácteas, porque aunque se nos ha quitado el tope de producción, tenemos que sufrir, y por otra parte aprovecharnos, de la competencia de la leche procedente de otros países.

La producción de queso

Cuajar la leche fue una práctica temprana de la civilización todavía incipiente, que seguramente se produjo de forma más o menos simultánea en diversas regiones del planeta. Muy pronto se observó que los nutrientes se acumulaban en la parte sólida, dando lugar a lo que más tarde se llamó "tajadas de leche", a las que se alude en la literatura clásica española como sinónimo de queso y con referencia a la carne de la que, no obstante, se consideraban solo un sucedáneo.

Pero, aunque el hecho de cuajar la leche fue generalizado en las diferentes regiones, la frecuencia con la que se hacía estuvo desde el principio influída por la existencia de ganado, que a su vez la condicionaba la abundancia de pastos. Nunca fue Iberia especialmente rica en censo ganadero y, además, las especies lecheras que siempre dominaron fueron la ovina y la caprina, que tradicionalmente no se caracterizaron por la abundancia de sus producciones. Por estas razones no tuvo el queso la importancia en nuestros ancestros alimentarios que tuvo en otros países centroeuropeos, en los que la tradición y la diversidad productora pronto fueron notables.

Tradicionalmente, hasta hace unos cincuenta años, hemos sido poco productores. Los quesos de vaca se producían casi exclusivamente en la Cornisa Cantábrica, los de oveja con demasiada frecuencia imitaban al manchego y a sus tipos, que era el que se producía en las dos Castillas, y los de cabra eran, casi en su totalidad, de producción artesana estacional. Muchas veces eran el recurso utilizado para conservar la leche y pocas veces se cuidaban suficientemente las producciones. Una excepción fue Canarias, en donde los quesos de cabra y a veces de oveja eran cuidados de una manera especial y muy bien valorados, pero incluso en la Cornisa Cantábrica, en donde la leche era abundante, fueron considerados un producto de recurso, hasta la relativamente reciente apreciación de algunas de las variedades de quesos gallegos, asturianos, cántabros, vascos y navarros.

La industria moderna era ajena a la producción de queso y cuando alguna lo hacía era mezclando leches, imitando al manchego o elaborando los llamados "tipos de merienda", que a imitación de algunos quesos holandeses tenían forma de barra, como el Gouda, o de bola, como el Edam.

Con el desarrollo económico del último tercio del siglo pasado empezaron a llegar quesos importados y a apreciarse la posibilidad de poner en el mercado quesos propios. Al final de la década de los sesenta se editó el primer *Catálogo de Quesos Españoles*, rescatando algunos que prácticamente habían desaparecido. Se describió por primera vez la torta del Casar, que hasta entonces era un queso considerado "averiado", y así se le denominaba, por la dificultad de comercializarlo. Aunque es cierto que ya por entonces era apreciado por los pastores y los ganaderos extremeños, solamente aparecía, sin saber bien por qué, en las primaveras muy lluviosas y en cantidades limitadas. Posteriormente, el proceso tecnológico y los conocimientos bacteriológicos hicieron que hoy la producción de quesos proteolizados sea práctica corriente y que a las tortas del Casar y de la Serena le hayan salido competidores.

También por primera vez se unificaron, en una sola denominación comercial, los diferentes quesos vascos de leche de oveja, que hasta entonces se conocían por el lugar en el que se elaboraban (Urbía, Urbasa, Aralar, San Benito, Orduña). Se optó por Idiazábal, porque en la localidad de este nombre se comercializaba una importante cantidad de ellos, aunque no muchos más que los que se vendían los domingos en la explanada del santuario de Aránzazu, adonde llegaba la mayoría de los que se elaboraban en la campa de Urbía.

El queso de Gamonedo (o Gamoneu), que solo se conocía en Asturias, y no en toda, y cuando llegaba a otras regiones se consideraba un cabrales sin terminar, se convirtió en una joya de nuestra gastronomía, y los "quesucos" (de Aliva o Lebeña) cántabros dejaron de ser un recurso para convertirse en un producto deseado.

Se volvió a nombrar el queso del Tronchón, aunque para conseguir que nos lo hiciesen excepcionalmente, y poder analizarlo y fotografiarlo, fue necesario recurrir a un pastor que hacía años que había dejado de hacerlo. Algunos de los quesos catalogados dejaron de elaborarse, como el de Armada, que se hacía con leche calostral y aunque hoy se hace otro con el mismo nombre, en las proximidades de donde se hacía el anterior, solo se parece lejanamente y desde luego cambia la materia prima, que en la actualidad es leche de vaca. En algunos casos hubo que proceder a "bautizar" el queso que aunque tenía buena calidad no tenía nombre, como sucedió con el queso de Oropesa, o a identificar el queso con la zona de elaboración como sucedió con el de Grazalema, que entonces se conocía con diferentes nombres, aunque el más frecuente era el de queso de Villaluenga y ocasionalmente payoyo, por ser esta la denominación familiar de los habitantes de este pueblo. Con el nombre de "payoya" también se conocía entonces, aunque solo ocasionalmente, a la raza de cabra catalogada en los libros de zootecnía como "rondeña". Curiosamente, después de muchos años, se ha vuelto a denominar payoyo al queso que nosotros llamamos de Grazalema, por ser la localidad más importante (y seguramente porque el nombre fue el que más nos gustó) de la Serranía de Cádiz.

Estas pequeñas anécdotas y la particularidad de haber recogido por primera vez bastantes, aunque no todos, de los quesos españoles que se hacían en una sola publicación, unido a que la situación económica de España había empezado a mejorar, hicieron que el interés por el queso creciese de una forma importante. Los periódicos hablaron de los quesos españoles y la gente en general se interesó por un producto que hasta entonces, con excepción casi del manchego, solo se creía que era de calidad si se elaboraba en Francia, en Suiza o como mucho en Italia.

La industria láctea había optado más por imitar a los quesos extranjeros más comerciales en vez de promocionar los autóctonos, pero poco a poco se fue dando cuenta que contaba con un tesoro, todavía sin explotar, y cambió sus objetivos. Los quesos españoles fueron haciéndose más presentes en el mercado, a lo que contribuyeron, de forma muy efectiva, las diferentes y recién creadas comunidades autónomas, que promocionaron las producciones propias e hicieron posible que, poco a poco, las elaboraciones locales se fueran dando a conocer en otros ámbitos. Se consiguió que las comparaciones fueran con frecuencia favorables, cuando se los ponía al lado de otros, de nombres prestigiosos, que procedían de otros países.

El consumo español de queso, que hace treinta años era aproximadamente de unos tres kilos por habitante y año, se ha triplicado en la actualidad y, aunque todavía estamos lejos de las cifras de Grecia, Francia (unas tres veces más que nosotros) o Italia (aproximadamente el doble), sí podemos presumir de excelentes calidades y variadas tablas. Seguimos utilizándolos escasamente en la cocina como hace Italia, en las ensaladas como en Grecia, o en los postres como en Francia, pero es cierto que el queso ha dejado de ser solo un componente de los bocadillos o, como mucho, una opción más en los aperitivos.

Hay quesos de leche de oveja, cabra, vaca o mezcla. Frescos, curados, azules, en aceite, proteolizados, macerados en vino,



GURELESA

Vitoria. ÁLAVA. A. Mon. [1959]. Papel offset. 16 x 21,5 cm.

con hierbas aromáticas, en presentaciones muy variadas y con una calidad cada vez mayor. Están apareciendo otros nuevos e incluso los hay que se consideran clásicos y sin embargo son recientes, como sucede con el "cendrat" catalán o el queso de cabra de Murcia al vino. Otro fenómeno que se está produciendo es la recuperación de quesos que durante un tiempo se dejaron de elaborar, como el del Tronchón, y de otros que solo se conocían localmente, como la ya mencionada torta del Casar, que aunque se han convertido en clásicos son relativamente recientes.

Quesos de leche de oveja

Siempre fueron predominantes en el mercado español y entre todos los elaborados destacó el manchego como el más representativo y casi el único, junto con sus imitaciones, consumido en nuestro país. El Idiazábal y el Roncal, en el País Vasco y Navarra, el zamorano y el castellano, en Castilla y León, el de Oropesa, en Toledo, y el de Los Pedroches, en Córdoba, son quesos que alcanzan su punto óptimo de sabor cuando están bien curados, pero son asimismo excelentes a media curación, con aromas menos profundos y una textura más suave. Hay quesos frescos tradicionales de oveja, aunque es frecuente que en la actualidad sean de leche de vaca o de mezcla de leches, entre los que merecen citarse el de Burgos y el de Villalón, que en ocasiones se presenta curado y que, debido a su forma, es también conocido con el nombre de "pata de mulo".

Especial mención merecen los quesos proteolizados, en los que su maduración rompe las cadenas de caseína que dan lugar a su licuación, hasta el punto de que la corteza llega a abrirse y la pasta se vierte al exterior. Son complicados y deben elaborarse con leche de muy alto extracto seco y contenido en grasa, como la producida por la oveja merina. Son la torta del Casar y el queso de la Serena, que constituyen dos auténticas joyas de nuestra gastronomía y que, además, son irrepetibles en otras latitudes, porque es necesario que se den unas circunstancias de pastos, temperatura y sistema de explotación que solo se encuentran en muy determinados lugares de nuestra geografía. Es cierto que la técnica permite hoy proteolizar cualquier queso y hacer que su aspecto sea similar al de los originales, por lo que pueden encontrarse en el mercado tortas hechas con leche de cabra en muy diferentes lugares, pero los resultados no son siempre excepcionales.

Los quesos de leche de cabra

Durante muchos años, los quesos de leche de cabra fueron considerados de segunda categoría, de consumo muy local y poco comercializados, porque la mayoría se hacía de forma irregular, siempre artesana, con destino casi único al consumo familiar y en algunos casos con poca seguridad de salubridad. Hace relativamente poco tiempo, una vez erradicada la brucellosis, nos dimos cuenta de que los franceses, con una larga e intensa experiencia, tenían una gran predilección por este tipo de quesos, hasta el punto de importar de España cuajadas congeladas para hacer sus tipos clásicos de elevada demanda. Hoy se están elaborando en España excelentes quesos de leche de cabra y además se están introduciendo nuevas variedades y presentaciones

El censo caprino es limitado y es casi exclusivo en las regiones más secas, como Canarias, Andalucía, Extremadura y Murcia, en las que se fabrican casi todos los quesos de esta especie, aunque también se elaboran, en pequeñas cantidades, en las regiones montañosas de Asturias –queso de Buelles– o de Cataluña –quesos del Montsec o de La Garrotxa–.

En Canarias hay unos quesos de leche de cabra sensacionales. Los que han alcanzado más fama son el "majorero" de Fuerteventura, el "herreño", el "conejero" de Lanzarote, el "palmeño" y los de la Gomera y Tenerife. Están muy bien hechos, muy cuidados y todos tienen una calidad común: su sabor auténtico, aunque cada uno tiene cualidades específicas que los hacen muy diferentes.

En Andalucía también hay una gran variedad y destaca la especial calidad de los que se elaboran en zonas montañosas, escarpadas, a cuyos pastos solo pueden acceder las cabras, por eso los más conocidos son el de Grazalema (Cádiz), más conocido en la actualidad como payoyo, el de Ronda (Málaga), el de Sierra Morena (sobre todo, en Jaén) y el de las Alpujarras granadinas. Se consumen frescos, semicurados, curados y en aceite.

En Extremadura estos quesos fueron un recurso para conservar la leche y hoy se han convertido en auténticas joyas. Los de Gata-Hurdes, los Ibores, La Vera, Acehuche y las pequeñas "quesaillas" de los pueblos de la frontera con Portugal, también llamadas "merenderas" por tomarse en la merienda o "pestoso" por el intenso olor que despiden, son auténticas, y todavía no bien valoradas, delicias gastronómicas.

En Murcia siempre se hizo queso de cabra, pero merece destacarse el que se cura en vino, adquiriendo el color rojo intenso característico de los tintos y que, cuando se hace bien, se puede apreciar una interesante conjunción de sabores.

También en el Valle del Tiétar, al sur de la Sierra de Gredos, se elabora un moderno queso de cabra, que tiene una cierta influencia francesa y unas características gustativas excepcionales, y en la Sierra de Cameros, en La Rioja, se hace un interesante y artesano queso fresco, aunque recuerda poco al artesano original.

Quesos de leche de vaca

Al contrario de lo que sucede con los de cabra, la producción de los quesos de leche de vaca se localiza preferentemente en las regiones húmedas. Galicia tiene muy buenos, tradicionales y variados quesos, con maduraciones muy distintas y formas y texturas diversas. El queso de Ulloa o Arzúa es suave, cremoso, de mucho sabor y en determinadas ocasiones, cuando el ganado ha comido nabiza, tiende a proteolizarse, dando lugar a presentaciones y sabores que recuerdan a la torta del Casar. El de "tetilla" es excelente, de forma muy característica y textura y sabor muy agradables, y armoniza muy bien con los sabores dulces del membrillo, las confituras de frutos rojos o la miel. El "San Simón da Costa" se comercializa generalmente más curado, por lo que adquiere sabores más intensos y un cierto gusto al humo con el que se ha conservado. El sabor es mucho mejor, según los muy expertos en el producto, si se emplean virutas de castaño en el proceso. El "cebreiro" es arrogante en su forma, que recuerda a un gorro de cocinero e intenso en su sabor, un punto ácido y un tanto mineral.

Asturias es la comunidad autónoma que más quesos tiene y aunque la mayoría se hace con mezcla de leches, los específicos de vaca son el de Porrúa, el "taramundi", el "afuega'l pitu" y el "casín", que son quesos suaves, de maduraciones no muy prolongadas, excepto el "afuega'l pitu" que en ocasiones, al igual que el ahumado de Pría, se somete a procesos más largos que dan lugar a sabores más intensos.

El queso de Cantabria más característico, que es muy cremoso, recibe el nombre de la comunidad autónoma; el "pasiego" es muy suave y aromático. Los "quesucos", que también llevan algunas veces mezcla de leches, son muy interesantes y el de las Garmillas es de una elegancia irrepetible.

Hay también quesos de vaca aragoneses como los oscenses de Ansó y Hecho, que son semicurados y mantecosos, y el de Benasque, un poco más "hecho", compacto y de mucho sabor. En Cataluña, en el Alto Urgell y en la Cerdanya se produce un interesante queso, suave, tierno y cremoso, cada vez más apreciado, y en las Islas Baleares destaca sobre todo el de Mahón o Maò, seguramente el de más calidad de todos los quesos de vaca españoles.



DANONE

BARCELONA. Zsolt. [1950]. Papel litografiado sobre cartón. 48 x 33 cm.

Los quesos de mezcla de leches

Es importante hacer constar que algunos de los quesos que encuadramos en este capítulo pueden estar elaborados a veces con un solo tipo de leche, es decir, se hacen con la leche de la que se dispone en ese momento y mientras la de vacuno se produce a lo largo de todo el año, las de oveja y cabra son más estacionales, por lo que es frecuente que únicamente se utilicen en primavera. Es el caso del cabrales, nuestro más significativo y prestigiado queso azul, que alcanza la máxima calidad cuando lleva mezcla de las tres leches, o el gamoneda, que por hacerse a alturas inferiores al cabrales es más difícil encontrarlo de mezcla.

Lo normal es que a la leche de vaca, la más abundante, se le añadan cantidades menores de oveja o de cabra, tal como sucede con el queso de Los Bellos y el de La Peral, en Asturias; con el de Pido y el “picón” de Bejes-Tresviso, en Cantabria; el de Valdeón, en las montañas leonesas, o el excelente queso canario de “flor de Guía”, que se cuaja con flor de cardo. También hay casos en los que se combinan las leches de oveja y de cabra, como el del Tronchón, que se hace en el Maestrazgo, en los límites de Teruel y Castellón, y el de La Calahorra granadina, en el que predomina la leche de cabra.

Hay algunos, como la “gaztazarra” (“queso viejo”, en vasco) y el “tupí” catalán, que se elaboran con quesos añejos troceados, a los que se añade un aguardiente y se introducen en frascos, generalmente de cristal, provocando una segunda fermentación. El resultado es una pasta de sabor fuerte, en la que el alcohol se deja notar y que se come extendiéndola sobre pan. En una versión más suave, la segunda fermentación se provoca añadiendo pequeñas cantidades de leche.

En resumen, en España disponemos de una interesantísima diversidad de quesos, por el origen de la leche, por la forma de elaborarlos, por los períodos de maduración, etc., para poder presumir de ser lo que antes no habíamos sido: un país quesero que aporta bastantes particularidades al mapa quesero internacional.