



Las tendencias de **consumo saludable** favorecen a las carnes blancas

➡ José Luis Murcia
Periodista

Resumen: Este artículo analiza la realidad sectorial de las denominadas carnes blancas -pollo, pavo y conejo-, tanto en España como a nivel mundial. Analiza también el comportamiento del consumo y las tendencias gastronómicas que se perfilan en diferentes países del mundo, favorecidas por las preferencias de consumo saludable.

Palabras clave: Carnes blancas, pollo, pavo, conejo, tendencias, consumo.

Dentro de un mercado cambiante y sometido a múltiples corrientes de opinión, como está ocurriendo con las tendencias de consumo de carnes frescas, soplan vientos a favor de la demanda del grupo denominado de carnes blancas, que integra a pollo, pavo y conejo, que algunos expertos amplían con determinados cortes muy concretos de cordero y cerdo, sobre todo cuando son lechales; y algunas aves más, como el ganso.

En apoyo del consumo de carnes blancas influyen muchos factores, desde los nutricionales, por su bajo aporte de grasa (suele ser menos del 10% por cada 100 gramos de carne), hasta los económicos, porque tienes precios más bajos que las carnes rojas; o las gastronómicas, ante la gran versatilidad que tienen

para adaptarse a todo tipo de preparaciones y combinaciones.

Se trata, además de producciones muy importantes en la agroalimentación española. Basta comprobar que el sector de la carne de aves representa (datos de 2021) el 4,5% de la Producción Final Agraria y el 12,2% de la Producción Final de la rama ganadera.

La producción total de carne de aves (pollos, pavos, patos, etc.) ascendió en 2021 a 1,63 millones de toneladas. En España hay unas 21.000 explotaciones avícolas, de las que 7.700 son granjas de pollos.

En la Unión Europea, sólo seis países se reparten el 73% de toda la producción de carne de ave de la UE. Polonia fue un año más el país con mayor producción de carne de aves en su conjunto (19%), seguido de Francia (13%), España (12%), Alemania (12%), Italia (10%) y Países Bajos (7%).

De la producción total de carne de aves de la UE, 10,7 millones de toneladas son carne de pollo, con Polonia como primer productor, seguido de España, Francia e Italia.

Tras la producción de carne de pollo, la segunda en importancia dentro del subsector de las aves es la de pavo, con 1.850 granjas en España y un censo de animales que supera los 14 millones de animales, más del doble de los que había una década antes. Andalucía es la región con más pavos (32% de la cabaña), seguida Cataluña (24%) y de Galicia (23%).

En 2021, la producción nacional de carne de pavo se elevó por encima de las 225.000 toneladas. En la UE, el país con mayor producción de carne de pavo de la UE es Alemania (441.000 toneladas), seguido de Polonia (363.000), Italia (298.000), Francia (295.000) y España.

En cuanto a la producción de carne de conejo, tiene una gran tradición en España y está muy ligada a la gastronomía nacional, aunque hoy en día su consumo es muy minoritario en relación con el resto de las carnes. La producción de carne es de unas 47.500 toneladas, que aportan unas 3.800 granjas.

En la Unión Europea, sólo 9 países de los 27 producen carne de conejo en cantidades significativas. De estos nueve, sólo Francia, España e Italia aportan el 85% de toda la producción anual.

Unos datos de producción suficientes para abastecer demanda nacional y exportaciones en carnes que, sobre todo en el caso del pollo, están muy presentes en todos los hogares españoles. Con un con-



sumo total de carnes frescas de 32 kilos por persona en 2021, 12 kilos corresponden a carne de pollo, muy por encima de cualquier otra carne.

Por su parte, en el consumo extradoméstico, sobre un total de 3,8 kilos por persona de consumo medio en 2021, corresponden al pollo 1,4 kilos per cápita, por encima de la ternera (1,3 kilos por persona).

LAS CARNES BLANCAS EN EL MUNDO

La producción global de carne de pollo para 2023, según datos del Departamento de Estado de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), crecerá alrededor de 1,8% hasta los 102,7 millones de toneladas pese al incremento brutal de los costes energéticos y de piensos, hecho que está llevando a unos precios al alza. Las exportaciones crecerán probablemente un 3,7% hasta superar los 14 millones de toneladas, gracias al fuerte incremento de la demanda en Brasil, México, Arabia Saudí, Unión Europea y Estados Unidos.

Brasil es el país con mayor crecimiento previsto en la producción de carne de pollo y sobrepasaría a China, que estanca su producción como consecuencia del frenazo al crecimiento producido por la pandemia. Tailandia prevé un incremento en la producción del 3% pese a los elevados costes de los piensos y la energía. La Unión Europea podría crecer ligeramente, mientras Estados Unidos prevé su aumento del 2% en su producción hasta los 21,2 millones de toneladas. Por su parte, tanto México como Rusia incrementarán ligeramente sus respectivas producciones por la subida de la demanda interna.

Con los datos del USDA, Brasil se situaría en una producción de 14,85 millones de toneladas en 2023, China queda segunda con 14,30 millones, tercera la Unión Europea en su conjunto con 10,97 millones, cuarta sería Rusia con 4,85 millones, México quedaría en quinto lugar con 4 millones, por delante de Tailandia con 3,36 millones, Turquía con 2,4 millones, Argentina con 2,38 millones, Colombia con 1,93 millones y Perú con 1,80 millones de toneladas.

China, pese al frenazo de su economía, continuará siendo el mayor consumidor con 14,48 millones de toneladas, seguida de la UE con 10,07 millones, Brasil con 10,06 millones, México con 4,92 millones, Rusia con 4,70 millones, Japón con 2,90 millones, Tailandia con 2,38 millones, Reino Unido con 2,30 millones, Argentina con 2,19 millones y Colombia con 2,02 millones de toneladas.

Las importaciones de carne de pollo las encabezaría Japón con 1,12 millones de toneladas, seguido de Mé-

La producción de pollo en la UE ascendió durante 2021 a 11,52 millones de toneladas. Polonia fue el mayor productor con 2,31 millones de toneladas, seguido de Dinamarca con 1,40 millones, España con 1,13 millones, Francia con 1,12 millones, Holanda con 1,10 millones e Italia con 1,07 millones de toneladas



xico con 0,93 millones, Reino Unido con 0,88 millones, la Unión Europea con 0,82 millones, China con 0,75 millones, Arabia Saudí con 0,60 millones, Irak con 0,50 millones, Filipinas con 0,45 millones y Emiratos Árabes Unidos con 0,38 millones de toneladas.

Brasil se perfila también como el mayor exportador con 4,80 millones de toneladas, muy por delante de la Unión Europea con 1,72 millones, Tailandia con 1,00 millones, Turquía con 0,60 millones, China con 0,58 millones, Ucrania con 0,45 millones, Reino Unido con 0,33 millones, Rusia con 0,25 millones, Argentina con 0,20 millones y Bielorrusia con 0,18 millones de toneladas.

La producción de pollo en la UE ascendió durante 2021 a 11,52 millones de toneladas. Polonia fue el mayor productor con 2,31 millones de toneladas, seguido de Dinamarca con 1,40 millones, España con 1,13 millones, Francia con 1,12 millones, Holanda con 1,10 millones e Italia con 1,07 millones de toneladas.

PAVO Y CONEJO

El mayor productor de carne de pavo es Estados Unidos con 2,60 millones de toneladas, seguido de Brasil con 640.000, Alemania con 500.000, Rusia con 420.000 toneladas, Polonia con 400.000, Dinamarca con 360.000, Francia con 350.000, Italia con 315.000, España con 230.000, Canadá con 175.000 y Reino Unido con 160.000 toneladas.

La producción de conejo a nivel mundial la lidera China con 460.000 toneladas, seguido de Corea del Norte con 167.000 toneladas, España con 50.000, Egipto con 49.000, Francia con 36.000, Italia con 26.000 y Rusia con 18.000 toneladas. Argelia con 9.000 y Sierra Leona con 8.500 toneladas son también importantes productores. También en la UE tiene tradición la carne de conejo en Polonia y la República Checa. La producción total de la UE se sitúa en torno a las 150.000 toneladas.

Las exportaciones comunitarias a terceros países de aves y conejos durante 2021 las encabeza Reino Unido, ex miembro de los 27, con la adquisición de 725.000 toneladas por valor de 2.006 millones de euros, segunda es Ghana con 228.000 toneladas por 224 millones de euros, tercera Ucrania con 162.000 toneladas por 120 millones de euros, por delante de la República Democrática del Congo con 140.000 toneladas por 117 millones de euros, Benín con 64.500 toneladas por 87 millones de euros y Arabia Saudí con 58.500 toneladas por 93 millones de euros.

Las ventas a la UE las encabeza Reino Unido con 273.500 toneladas por 326 millones de euros, seguido de Brasil con 252.000 toneladas por 388 millones de euros, Tailandia con 130.500 toneladas por 317 millones de euros, Ucrania con 103.000 toneladas por 166 millones de euros y China con 210.000 toneladas por 95 millones de euros.

TENDENCIAS GASTRONÓMICAS

Más allá de los datos, resulta de interés analizar cuáles son las tendencias gastronómicas basadas en carnes blancas, y para ello es de utilidad hacer un

recurso a publicaciones y expertos internacionales, donde se definen las tendencias más innovadoras.

Así, la revista norteamericana online The Art of Healthy Living (www.artofhealthyliving.com) publica algunas recetas que no dejan lugar a dudas. En ambos casos, firmadas por Becky Stafferton. Es el caso de las albóndigas de pavo, inspirada en los guisos de la abuela en el que la tradición se convierte en plato saludable con unas bolas de carne con cebolla, ajo, almendras y tomate, acompañadas de una salsa con tomates, cebollas, zanahorias, pimientos rojos y clavo.

O el llamado Bibimpab con arroz integral, quinoa y pavo, un plato de origen coreano con arroz y vegetales salteados, al que se añade trocitos de pavo ¿Sus ingredientes? Además de arroz integral y quinoa cocidos, láminas de carne de pavo, jengibre, salsa de soja, ajos, zanahoria, calabacín, cebolla, pimiento rojo, alga nori, cilantro y huevos. La salsa lleva chile, aceite de sésamo y salsa de soja.

La misma revista, en otro de sus números, firmado por María Bedford, titula "Alimentos Panameños son deliciosos" y en él se recogen varias recetas, algunas de ellas de inspiración colonial española, con el pollo como principal protagonista. Es el caso del tamal de olla con ingredientes como uvas, aceitunas y alcaparras, acompañadas de carne de pollo, y envueltas en hojas vegetales junto a una base de maíz.

Otra de las recetas más populares es el arroz con pollo al que se añade salsa de tomate y cerveza negra. También se prodigan en empanadas con diversas carnes donde últimamente optan por carnes blancas como pavo o pollo y el guacho, una especie de *risotto*, elaborado con arroces de grano largo, con frutos de mar como gambas, mejillones, pulpo y calamares, al que se añaden carnes de pollo o conejo. Estos platos se complementan con otros ingredientes como yuca, boniato, frijoles o judías verdes. Sin duda, uno de los platos nacionales más emblemáticos del país centroamericano.

Ktchenn Rebel (www.ktchenrebel.com) es una revista dirigida a los jefes de cocina dispuestos a innovar

La producción de conejo a nivel mundial la lidera China con 460.000 toneladas, seguido de Corea del Norte con 167.000 toneladas, España con 50.000, Egipto con 49.000, Francia con 36.000, Italia con 26.000 y Rusia con 18.000 toneladas

con sus recetas. Entre ellas destacan platos de origen asiático como los *bowl* donde se ubican creaciones de inspiración hawaiana con productos del mar como la raya y vegetales como el kimchi, el edamame o las setas chinas conocidas como aguja de oro (*flammulina velutipes*) al que se pueden añadir carnes blancas, especialmente pollo, además de wasabi.

Otro tipo de *bowl* opta por boniatos, arroz y quinoa, además del pollo. En estos casos, los platos, de clara inspiración étnica que puede ir desde Bavaria a las islas del Pacífico, ofrecen la posibilidad de elaborar platos vegetarianos o añadirles carnes de origen saludable de pollo o pavo, preferiblemente orgánicas y de bienestar animal.

EL AUGE DEL SWICY FOOD

Dentro de las tendencias culinarias recogidas por la publicación www.thewickednoodle.com para 2023 figuran los *swicy food*, una confrontación de sabores entre dulce y picante usados para platos entrantes, postres o *sides* (acompañamientos) que incluyen productos como miel, chile, chocolate negro, chucherías y pollo picante, plato cada vez más apreciado y de clarísima inspiración coreana con mermelada de frambuesa y, por supuesto, especiado muy fuerte derivado de guindillas o chiles. Los filetitos de pollo son uno de los objetivos de este tipo de platos, algo que también ocurre con el acompañamiento de setas shiitake y las trompetas de la muerte.



Parece que 2023 va a ser también el año del curry, la especia de origen indio que cala en las cocinas de medio mundo y, por supuesto, en Estados Unidos. El pollo al curry, ya tradicional, se acompaña con crema, salsa de tomate y una mezcla de hierbas aromáticas donde no falta el estragón ni el orégano, además de chiles con diferentes grados de intensidad de picante y garbanzos. Además del curry indio comienzan a llamar a la puerta sus hermanos indonesios y japoneses, cada vez más apreciados.

Otro plato muy demandado en Estados Unidos es el *Nashville Hot Chicken*, un plato de la categoría *swicy* crujiente, especiado y tremendamente jugoso por dentro o las alitas de pollo con miel y hierbas balsámicas donde se combinan la miel, el vinagre balsámico, las hierbas provenzales y la salsa picante. También cobra especial protagonismo la salsa barbacoa de chipotle y granada ideal para pollos asados al carbón y donde se puede elegir el nivel de picante para hacerlo ideal con la adición del dulce.

Un plato catalogado de saludable por muchos comensales norteamericanos es el pollo con calabaza, coco rayado y pollo al curry, así como la ensalada tailandesa con trocitos de pollo, leche de coco y curry. O las brochetas mixtas de gambas y pollo con curry, de inspiración thai, con salsa de curry, acompañadas de arroz jazmín cocido.

El pollo es también una importante fuente de inspiración para la elaboración de hamburguesas. En este sentido, la publicación de Hong Kong www.timeout.com alude, en un reportaje firmado por Fontaine Cheng, a las nuevas tendencias del uso del pollo en este alimento tan popular. Alude al trabajo desarrollado por la cadena Shake Shack a la hora de elaborarlas ¿Muslo o pechuga? ¿Oscura o clara? Existe un debate sobre la mayor concentración de proteínas, calorías y grasas. Pero lo importante para el consumidor es el resultado final de un producto que debe ser succulento, libre de antibióticos, criado en bienestar animal y orgánico a ser posible. Los consumidores se decantan cada vez más por hamburguesas crujientes y jugosas, con mezcla de pimientas y salsas variadas a las que debe acompañar patatas asadas o fritas crujientes.

Salud, bienestar animal y trazabilidad son palabras que se entrecruzan y que están en boca de la gran mayoría de consumidores. Y eso es algo que alcanza también a los alimentos preparados. De hecho, la publicación Prepared Foods resalta entre sus tendencias lo que denomina "La Revolución del Pollo". En ella incide en el bienestar animal de los pollos y en las gallinas cuyos huevos van a utilizarse en este importante segmento, cada vez más numeroso entre

las personas que viven solas y las parejas sin hijos o ascendientes a cargo.

La publicación en línea www.tasteatlas.com apuesta por recetas de conejo con clara orientación mediterránea. Desde Italia nos llega el Conejo a la Manera de Liguria en el que se incorporan a su carne asada sabores como las aceitunas y los frutos secos y se acompaña de patatas cocidas. Desde Sicilia llegan los ecos del conejo agrídulce con cebolla, tomate, zanahoria, apio, vino, vinagre, uvas, azúcar, chocolate negro y especias.

En la pequeña isla napolitana de Isquia surge el conejo a la isquiana con vino blanco, tomate, cebolla, ajo, pimientos, pimienta negra y hierbas aromáticas como el romero, el tomillo, el orégano, la mejorana y la albahaca. El plato se acompaña con pasta. Y también en Italia surge el conejo a la cazadora, con conejo de monte marinado en vinagre y cocinado con tomate y vino tinto.

El plato nacional de Malta es el Fenkata. Se trata de un conejo marinado con vino y estofado con zanahoria, tomate, cebolla y ajo. Normalmente es servido con espaguetis o patatas cocidas.

El conejo es también un alimento apreciado en Francia donde destaca el civet, un plato de invierno, elaborado con la sangre del conejo, vino tinto, bacon, champiñón, zanahoria, harina, cebolla y ajo. Se sirve con patatas cocidas o puré. La otra versión gala es el conejo a la crema, elaborado con vino blanco, panceta ahumada, harina, cema fresca, huevos, zanahoria, cebolla, ajo y pimienta.

Grecia realiza su aportación con el conejo estofado con cebolla, tomate, vino tinto, vinagre y aceite de oliva, además de orégano, comino, laurel y pimienta negra. Y ya en España sobresalen el conejo al ajillo con patatas, ajo, vinagre y aceite de oliva, al que acompañan alioli y ensalada. Y finalmente el conejo con arroz de Calasparra, generalmente caldoso o meloso con un fondo de cebolla, tomate, pimiento verde y rojo, pimentón, pimienta y azafrán.

FIGURAS DE CALIDAD DIFERENCIADA

En España existen cuatro figuras de calidad dedicadas a las aves con Indicación Geográfica Protegida. Es el caso del Capón de Villalba, que abarca la comarca lucense de Terra de Chá, en el norte de la provincia, con gallos castrados de la raza galiña mos. El Gall del Penedés, de la raza penedesenca, que acoge carne de machos y hembras y al que se encuentran acogidas 5 explotaciones que sacrifican anualmente un total de 4.600 animales con un peso total de 12.000 kilogramos.



El Pollastre y Capó del Prat, animales de la raza prat, que acoge la comarca de Prat del Llobregat y municipios colindantes de Barcelona con un sacrificio anual de 5.000 animales y un peso final aproximado de 10.000 kilogramos.

Finalmente, el Pollo de Caserío del País Vasco abarca todo el territorio de esta Comunidad Autónoma, con gallos y gallinas de la raza euskal oiloa, de diverso plumaje y caracteres que son alimentados con al menos el 65% de cereales, especialmente maíz. ■

