

El queso

Un bendito accidente alimentario

JOSÉ LUIS MURCIA



Los quesos, exactamente igual que otros productos alimentarios, son criaturas nacidas por accidente o catástrofe, con tan buena fortuna, en general, que el fiasco resultante ha sido mejor que el resultado que se perseguía. De esta guisa, igual que ocurrió con el cava, el champán, el bourbon, el vino de hielo o los yogures, los quesos son fruto del accidente acaecido a un paisano que no se le ocurrió otra cosa que guardar la leche sobrante de su día de campo en el estómago de un rumiante al que previamente había sacrificado. A partir de ahí, historia y leyenda se confunden y los orígenes que se cuentan son de lo más variopinto. De cualquier forma, sea como fuere, los quesos se han convertido en uno de los manjares más apreciados por la civilización occidental y los países árabes (otra cuestión son los países asiáticos donde la leche, parece ser que por intolerancia a la lactosa, apenas tiene cabida) y son muchas las mesas y cocinas que se enorgullecen de su existencia.

En definitiva, la infinita curiosidad del hombre, especialmente de aquellos dedicados desde tiempos inmemoriales a la cría de animales en cautividad, permitió que el queso se asimilara como un producto alimentario básico más a nuestra cultura y evolucionara desde la prehistoria hasta nuestros días, con una rápida ascensión a partir de los años 80, cuando ya España se preparaba para entrar en la Unión Europea, de las queserías artesanales y una inversión importante en tecnología puntera de casi todos los elaboradores de queso, práctica en la que nos llevaban bastantes años de ventaja franceses, italianos y suizos, tanto por tradición como por cultura quesera.

Como ocurre siempre con los productos típicos alimentarios, clima y paisaje son las dos variables esenciales que se mezclan a la hora de elaborar queso en España, sin olvidar, eso sí, la raigambre histórica del producto. La España verde y húmeda del Norte, especialmente la Cornisa Cantábrica, alberga la mayor variedad quesera de Europa con más de 30 tipos diferentes en un entorno marcado por el aislamiento de muchas de las explotaciones, debido sobre todo a su carácter montañoso y a su difícil orografía, y al predominio de la producción de leche de vaca. Estos quesos, en general, son cremosos, tiernos y con un inconfundible aroma a mantequilla, elaborados, en algunos casos, con leche procedente de vacas de razas autóctonas como la tudanca, la casina asturiana o la rubia gallega, pero en su mayoría por razas más productivas como la frisona, la de mayor implantación en todo el territorio nacional.

La oveja, la segunda reina de los quesos, cuenta con gran predicamento en las áreas de montaña de Navarra y el País Vasco, donde aún perdura una gran cultura del pastoreo en torno a la oveja latxa, pese a que muchas explotaciones cuentan ya con vacas de forma mayoritaria, además de contar con ovejas y cabras. Pero la oveja, además de pulular también por Aragón,



con la variedad rasa, centra su dominio en ambas Castillas con la elaboración de los quesos Manchego y Zamorano provenientes de ovejas manchegas y churras, respectivamente, igual que ocurre con la merina y la entrefina en Extremadura, donde da lugar a las famosas tortas.

Las zonas montañosas del centro y sur peninsular son territorio para las cabras, un pastoreo que los nuevos tiempos están quitando de en medio en muchos casos por la difícil tarea que supone a un joven dedicarse a un trabajo ingrato, sacrificado y poco remunerado.

Las islas, tanto las del archipiélago balear como del canario, son caso aparte, ya que la

pervivencia de las cabañas lucha contra el desarrollo masivo del turismo. Pese a ello, Baleares cuenta con el estandarte del Queso Mahón en Menorca, procedente de leche de vaca; mientras las Canarias conquistan el corazón de toda España con sus magníficos quesos artesanales, generalmente de cabra.

LA ELABORACIÓN

Pero la elaboración de quesos es tan variopinta, según la variedad de la que se trate, que resulta difícil contar todos y cada uno de los procesos. Si debe tenerse en cuenta que los quesos artesanos deben elaborarse con leche refrigerada con antigüedad no superior a 48 horas para evitar defectos sustanciales, aunque aquellos quesos que vayan a consumirse antes de los 60 días de su fabricación deben ser confeccionados con leche pasteurizada.

La coagulación de los quesos puede realizarse mediante el uso de mucho cuajo, denominada enzimática, que dura alrededor de media hora, o con escasa cantidad de cuajo, conocida como ácida o láctica, que se sitúa en alrededor de un día. La primera cuaja muy rápidamente y se forma un cuerpo sólido que absorbe el suero. La eliminación de éste se hace de manera rápida y sencilla median-

te un trabajo mecánico que facilita el prensado. La segunda consigue una cuajada más firme y es más típica de los quesos elaborados con leche cruda en la que se produce una gran actividad de las bacterias o de los fermentos. Existe también una coagulación mixta, mezcla de ambas técnicas, muy utilizada en quesos de pasta blanda en los que se aplican mohos en su afinado final.

El moldeado del queso, en el que éste adquiere su forma, es de moldes agujereados para los quesos de pasta blanda por el que debe perder el suero sin prensar tras la coagulación láctica, mientras las pastas de tipo enzimático se introducen en moldes con tapa y son prensados con fuerza para eliminar restos de suero y soldar el granulado. Mientras los primeros pierden el suero mediante escurrido, los segundos se someten a un tratamiento específico que puede ser por batido, calentamiento o prensado. En el caso mixto se utiliza un prensado muy suave. La adición de sal es a mano en el caso de los quesos de pastas blandas y tamaño pequeño, mientras los de pastas duras y prensadas se mantienen un tiempo en salmuera. El toque final o afinado, responsabilidad del maestro quesero, es uno de los pasos más importantes del arte de elaborar, ya que su aportación permite ganar presencia, textura, aroma y sabor al producto final.

QUESOS DE ESPAÑA

El queso más consumido en España es el elaborado con leche de vaca, que supone el 43,5% del total, seguido del fabricado con mezcla de leches, que alcanza el 38,9%; el de oveja, con el 12,2%, y el de cabra, con el 5,4%, según datos facilitados por la Federación Nacional de Industrias Lácteas (FENIL). Pero el crecimiento anual en el consumo de queso en España, que en 2008 llegó a las 286.000 toneladas, con un aumento de casi el 3%, no oculta que somos el noveno país consumidor de la UE, por detrás incluso de Portugal, pese a contar con 46 denominaciones de calidad, 26 de ellas denominaciones de origen e indicaciones geográficas protegidas, y más de 150 variedades, según datos del anuario *Alimentación en España 2009* de



Los quesos artesanos deben elaborarse con leche refrigerada con antigüedad no superior a 48 horas para evitar defectos sustanciales, aunque aquellos quesos que vayan a consumirse antes de los 60 días de su fabricación deben ser confeccionados con leche pasteurizada.

Mercasa, cifras que sólo superan Francia e Italia. De la producción total, sólo el 7,7%, alrededor de 22.000 toneladas, se hayan amparadas por denominaciones de calidad. Los consumidores españoles valoran, sobre



todo, el queso Manchego, seguido del Mahón, Tetilla e Idiazábal, según Consumer Eroski, aunque hay algunos otros que cuentan con gran tradición y pujanza en el mercado interior, ya que en las ventas externas es también el Manchego el que las lidera, muy por delante del Queso y el Queso al Vino de Murcia, Mahón o la Torta del Casar. Mientras, los españoles importamos, sobre todo, Edam, Gouda, Cheddar y Emmental.

Con 8,3 millones de kilos de producción, el Queso Manchego se erige en el rey de los quesos con denominación. Se trata de un queso elaborado en las provincias de Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo, con leche de oveja manchega, alimentada con pasto seco. No muy lejos se sitúan los gallegos de Tetilla, elaborado con leche de vaca de las razas gallega, frisona, parda alpina y

rubia gallega, de forma cónica, cuya elaboración se acerca a los tres millones de kilos, mientras el Arzúa-Ulloa, también de vaca, se acerca a los 2,5 millones de kilos de producción.

Muy cerca se sitúa el Queso de Mahón, ubicado en la isla de Menorca, con 2,2 millones de kilos y leche procedente de sus vacas; mientras el Idiazábal se acerca al millón y medio de kilos con una elaboración de leche de oveja de las razas latxa y carranzana de Navarra y País Vasco. Otros quesos que merecen ser destacados son el Cabrales, famoso por su crianza en cuevas y su elaboración a base de leche de vaca con mezcla de oveja y cabra, que alcanza el medio millón de kilos, y la Torta del Casar, elaborada con leche de oveja de las razas merina y entrefina y coagulada con flor de cardo. Su producción supera los 400.000 kilos.

Igual que ocurre con la gastronomía, Francia lleva mucho tiempo imponiendo moda con sus quesos en el mundo que, al contrario que en España donde se toman como aperitivo, forman parte del postre o del antepos-

tre, ya que rara es la mesa francesa que no dispone de varios quesos perfectamente alineados en una bandeja para ofrecer tras la comida. Entre ellos, el más conocido es el Roquefort, elaborado con leche de oveja a la que se inyecta un hongo para su curación; entre los de vaca destacan el Brie, el Emmental, el Munster o el Reblochon, mientras en los de cabra son importantes el Crottin de Chavignol o el Sainte Maure.

Italia es el país donde los quesos sirven a la elaboración de numerosos platos de cocina y adquieren una gran relevancia en multitud de recetas. Entre ellos destacan el Gorgonzola, la Grana Padano, el Mascarpone, el Mozzarella (elaborado con leche de búfala), el Parmesano, el Pecorino Romano o el Provolone.

Otros quesos de gran fama son los suizos Appenzelder, Gruyère o Emmental, los británicos Cheddar o Stilton, el alemán Bergader, los holandeses Gouda o Edam o el griego Feta.

Pero los quesos son también herencia de una enorme tradición cultural entre los emigrantes que fueron a los países del denominado Nuevo Mundo. Estados Unidos cuenta con una gran tradición quesera y un importante consumo per cápita, igual que ocurre en Australia o Argentin, donde los italianos han marcado territorio con su forma de hacer el queso, o en Uruguay, donde existe una colonia suiza tan importante que han llevado hasta allí la forma de elaborar quesos de sus ancestros. ■



DE LA LECHE AL QUESO: TODO UN ARTE

Aunque el queso, como cualquier arte, es la conjunción de pequeños detalles y matices que vienen marcados por la zona geográfica, la tradición, la procedencia de la leche y la calidad de ésta, además de la destreza del maestro quesero, un buen queso no es sino la suma de leche, cuajo y sal como ingredientes básicos para un producto artesano de leche cruda. Pero la realidad es que, además, suelen añadirse algunos fermentos para una mejor acidificación, ya que muchas veces se elaboran con leches pobres en bacterias lácticas como consecuencia de la refrigeración. Por otra parte, los quesos con leche pasteurizada necesitan fermentos y cloruro cálcico para ayudar a su coagulación.

Para la elaboración del queso es fundamental contar con una buena materia prima si se quiere obtener un magnífico producto final. La leche, que es en definitiva el alma máter del queso, está compuesta por una mezcla de proteínas, grasas, enzimas, sales minerales y vitaminas con un alto contenido en agua, entre el 82% y el 88%. La alimentación de los animales es uno de los factores que influyen de manera más decisiva en la composición de la leche, especialmente de sus ácidos grasos. De ahí, y con

mente en los quesos fermentados o madurados, experimentan una lipólisis o cambio que da como resultado un enorme abanico de sabores y aromas, que constituyen en gran medida la esencia del producto, y que están ligados también a la alimentación de la cabaña.

Pero si la leche, en su integridad, es el alma máter del queso, las proteínas que contiene la leche son la auténtica materia prima del producto en cuanto a su rendimiento. De esta forma, la principal proteína coagulable es la caseína, pero las no coagulables, como la globulina o la albúmina, sólo precipitan con el calor, lo que permite un mayor rendimiento a los quesos

Un buen queso no es sino la suma de leche, cuajo y sal como ingredientes básicos para un producto artesano de leche cruda.

pasteurizados que a los elaborados, generalmente los artesanales, con leche cruda.

La lactosa, que es el azúcar de la leche, tiende a fermentar con bastante facilidad por la acción de las bacterias lácticas y a transformar ésta en

te, que contiene proteínas no coagulables, sirve para elaborar requesón.

El cuajo es un producto natural que se encuentra en el estómago de algunos animales y que puede definirse como mezcla de las enzimas pepsina y quimosina. Esta última, conocida también como renina, predomina en el estómago de los rumiantes de edad lechal y, además de contribuir a la coagulación de la leche, actúa también en la formación de sabores y aromas. Además de este producto denominado extracto de cuajo, se producen otros a partir de estómagos de cerdos o gallinas o de origen vegetal, muy utilizados en la cuenca mediterránea, como la flor de cardo o el látex de higuera. Precisamente, las tortas extremeñas del Casar o La Serena, elaboradas con leche de oveja, son fermentadas con el cardo silvestre.

Cuando pasteurizamos un queso logramos un mayor rendimiento y la destrucción de elementos patógenos, pero también de sustancias beneficiosas, que deben ser aportadas mediante fermentos o cultivos lácticos, que producen no sólo acidificación sino también aporte de aromas. Asimismo, también se utilizan en la elaboración bacterias, mohos y levaduras que engrandecen el resultado final y contribuyen a un



razón, que se dé un plus de calidad a los quesos elaborados con animales que han consumido pastos o forrajes naturales frente a aquellos otros que han comido concentrados proteicos, hecho que probablemente incide en la mayor acumulación de ácidos grasos saturados.

Las grasas no son sólo importantes desde el punto de vista nutricional sino que, especial-

mente, ácido láctico, hecho que condiciona las cualidades de cada tipo de queso. Las enzimas provocan reacciones químicas que tienen una gran repercusión en el producto final, tanto en aromas como en sabores, mientras las sales minerales, entre las que destacan el calcio, el fósforo, el sodio o el potasio, contribuyen también a la transformación quesera. El suero, por su par-

te, mejor aroma, aspecto y sabor. Otros aditivos utilizados en la fabricación son el cloruro sódico, que refuerza su sabor y ayuda a la maduración, el nitrato sódico o la lisozima (enzima extraída de la clara de huevo) que evitan abultamientos en los quesos o antifúngicos que se emplean para luchar contra las levaduras o los mohos. ■