

Leche y productos lácteos

Ismael Díaz Yubero

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, 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 fue 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 noroeste 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, desueralarla 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 el 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 sólo 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, que tienen la particularidad de conservarse fuera de la cadena del frío y por lo tanto facilitar su consumo.

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



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 di-



LA LECHERA

La Penilla (Cantabria) 1930. Cartulina offset. 25 x 39

Este anuncio, de los años treinta, es todo un clásico de la iconografía publicitaria mundial desde hace un siglo; de un alimento, la leche condensada, que revolucionó la alimentación infantil, y de una marca, La Lechera, de Nestlé, que también se ha mantenido a lo largo de décadas como un referente obligado de calidad e innovación en los productos alimenticios.

fusión 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, e incluso 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 simbiótico, 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

Posiblemente 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 ésta.

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 la 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 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 consume 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 glómulos, 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 diacétilo condiciona la intensidad de sabor.

En India y en bastantes países de su área geográfica se elabora a



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

el mundo occidental, cada vez va siendo sustituida en mayor proporción por margarinas elaboradas 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 reconstituía añadiéndola 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 pol-

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

vo, lo que hizo decir a un comisario que la medida había dado lugar a la formación de “lagos de mantequilla y 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 precio por kilo (para lo que se necesitaban unos diez litros para fabricarlo) 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, pero el problema no era tan 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 fenoftaleína, para que si se añadía unas gotas de un álcali se tiñese el producto de un color rojo, con lo que se detectaba el fraude, que tuvo una cierta importancia.

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 patogenicidad 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 reconstituída en determinadas áreas de países desarrollados, tal como sucede en las islas 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. Seguramente, en consecuencia, deducir que lo que más se parece al primer alimento que consumió, lo producen otros mamíferos. Es casi segu-



**Los establecimientos más exigentes
cuentan con la mejor marca**

Compra en
merc  **amadrid**®

Símbolo de confianza

mercamadrid
internacional

**Busque esta marca
en establecimientos autorizados**

OFICINA DEL
MINORISTA Y USUARIO
— O D M U —

El consumo de leche fue local durante mucho tiempo, porque sólo 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 sólo 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

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 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 paritricas, 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 reno, porque hay constancia de que todas estas hembras proporcionaron, en algún momento, tan apreciado alimento.

ro que, aunque todavía no se había inventado el refrán de que *“a falta de pan buenas son tortas”*, enseguida se lo supuso y empezó a beber la leche que le proporcionaban otras especies.

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

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, 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 en la Unión Europea, imponiendo unas cuotas que han reducido drásticamente el número de explotaciones, aunque es cierto que aumentando productividades y, paralelamente, el número de cabezas por explotación.

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 sólo 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 sólo 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 sólo, de brucelosis 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 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.

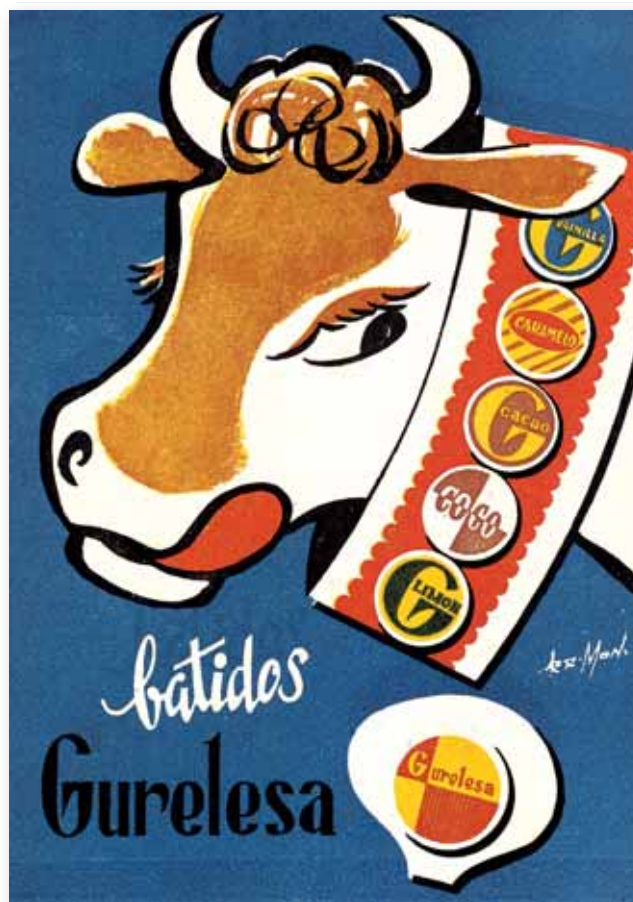
El problema es que la duración de la leche pasteurizada es limitada, lo que fue determinante para que las centrales lecheras pronto optaran preferentemente por la elaboración de leches esterilizadas de larga duración y más tarde por un proceso intermedio de calentamiento, conocido como Ultra High Temperature (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 incrementar-se 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 3% 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 es casi seguro que aumentarán cuando desaparezcan las cuotas lácteas, porque, aunque se nos quite el tope de producción, tendremos que sufrir la competencia, seguramente mayor, 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 consideraba sólo 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 influida por la existencia de ganado, que a su vez la condi-



GURELESA

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

Como productos derivados de la leche aparecen en España en los años sesenta, de la mano del desarrollo económico de aquellos años, los batidos. Con diferentes sabores (coco, limón, caramelo, cacao y vainilla), los productos Gurelesa ilustran, con una vaca que se relame, el atractivo de ellos.

cionaba 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 fueron las islas Canarias, en las que 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 tenía 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.



GREMIO DE VAQUERÍAS DE MADRID

Madrid. Gallo [1930]. Cartón litografiado. 48 x 35,8

Hasta los años sesenta no aparecen en España los múltiples derivados lácteos tal como hoy los conocemos. Y la leche, a su vez, no venía embotellada y tratada, sino “fresca y natural”, pues se creía que esa era la garantía de ser “el mejor alimento”. Así, era normal que en los bajos de muchas viviendas urbanas se ubicasen estas vaquerías, donde vivían, comían y se ordeñaban las vacas, en un ambiente “natural” de olores y desechos fácilmente reconocibles a decenas de metros.

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 Idiázabal, 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.

Se volvió a nombrar el queso del Tronchón, aunque para 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, sólo 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 zootecnia 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, 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, sólo 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 contaban con un tesoro, todavía sin explotar, y cambiaron 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 prestigiados 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 sólo 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, 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 **condrat** 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 sólo 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 sólo 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 hacían 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 brucelosis, 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 cualidad 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 sólo 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 **quesaïllas** 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 virtutas 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 hacen con mezcla de leches, los específicos de vaca son el **Porriúa**, 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** de Aliva, Lebeña o Liébana, 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**, los que son semicurados y mantecosos, y en el de **Benasque**, un poco más “hechos”, compactos 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.

LOS QUESOS DE MEZCLA DE LECHE

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 **Gamonedo**, que por hacerse a alturas inferiores al Cabrales, es más difícil encontrarlo de mezcla.



DANONE

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

El caso de los yogures (Danone en este caso) es otro ejemplo de producto derivado de la leche que surge en la España de los veinte. La curiosidad de este anuncio es triple: la forma de los antiguos envases (en loza), el público variado al que se dirigía (niños, jóvenes y ancianos, pero curiosamente no a los adultos), y los simpáticos pareados referidos a él.

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 **gatzazarra** (“queso viejo”, en vasco) y el **tupí** catalán, que se elaboran con quesos viejos, 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 periodos 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. ■

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

