

La mejor Tabla de Quesos para llevarse ‘de Puente’

Estos días de descanso y viajes invitarán a disfrutar de la variada oferta de **Quesos de Origen Nacional**. El Puente de la Constitución es para muchos la antesala de la Navidad, época por antonomasia para disfrutar de lo mejor de **nuestra Gastronomía**

Madrid, dic 2021.- Faltan pocos días para el Puente de la Constitución, considerado por muchos como la antesala de la Navidad; fechas idóneas para degustar algunos de los alimentos “top” de nuestra gastronomía como son los Quesos de Origen Nacional. Frescos, tiernos, de pasta semiblanda jóvenes, afinados, azules, de pasta prensada, tortas ... Una buena tabla de quesos debe contar con una buena selección de referencias, bien distribuidas en función de sus niveles de intensidad, desde los más frescos hasta los más curados, con un sinfín de maridajes, como puedan ser vinos, cervezas, aguas e incluso infusiones o coctelería.



En una buena tabla de quesos -recuerda INLAC- deben convivir las referencias de las tres especies. De un lado, el **queso de vaca** es el más común en España y ofrece menor contenido graso que el elaborado con otras leches. Existe una gran tradición quesera con esta materia prima en Galicia y la cornisa cantábrica y son muy apreciados por los consumidores dentro y fuera de nuestro país.

El **queso de cabra** destaca por su potencia y sabor. Entre sus características, contiene menos lactosa, caseína y partículas grasas que la leche de vaca y cada día está más de moda, siendo indispensable ya para muchos en las ensaladas.

Por último, pero no menos importante, en todo el territorio nacional se elaboran quesos de “mezcla” de dos o tres tipos de leche. Todo un “tesoro” por descubrir en Península e Islas.

¿Frescos, afinados o de pasta vetada?

Más allá del placer de disfrutar de los quesos de origen nacional, hay razones “con mucho calcio” para tomarlos. Y es que el queso es mucho más que un alimento: ¡Contiene **proteínas de alto valor biológico** y una porción de **100 gramos de queso equivale al requerimiento diario de calcio de una persona adulta!**



El queso es un alimento rico en **vitaminas A y D**. También contiene vitaminas del grupo B, como la **B12, la B9 (ácido fólico), la B1 (tiamina) o la B2 (riboflavina)**. España marca la diferencia en cuanto a la tipología de quesos, que conforman un patrimonio de excepción para utilizar a la hora de crear una variada tabla, junto a algunos “indispensables” como picos, frutos secos y frutas frescas o deshidratadas:

Quesos frescos. Quesos de Burgos, Fresco de Cabra, Fresco de Untar... La mayoría de los quesos frescos españoles son dulces y jugosos, con recuerdos a la leche limpia y a cereal dulce malteado. Estos quesos son de coagulación enzimática porque el cuajo juega un papel esencial y se elaboran indistintamente con leche de vaca, cabra, oveja y sus mezclas. Destaca su textura untuosa y sabor ligeramente láctico. Ideales para entrantes y ensaladas.

Quesos tiernos. Tronchón, Tierno mezcla, Tierno de vaca, Barra tierno sin lactosa, Cabra tierno sin lactosa... Los quesos tiernos son jóvenes, elaborados con pocos días y que sólo han sufrido una primera fermentación, por lo que son muy lácticos, con recuerdos a leche, yogur suave, mantequilla y frutos secos. Pueden estar elaborados con cualquier tipo de leche o sus mezclas. Su textura es de tipo blanda a semiblanda. Muy populares entre los consumidores más jóvenes.

De pasta semiblanda jóvenes. Tetilla, Murcia al Vino, Afuega'l Pitu ... Son quesos compactados a mano o que han recibido un ligero prensado. Cuando son jóvenes, su textura es semiblanda y son muy cremosos, si bien evolucionan en el tiempo hacia texturas algo más duras, pero con sabor intenso. Sus sabores son suaves en boca, lácticos y con reminiscencias a cereal y frutos secos. No deben faltar en nuestra tabla de Quesos de origen nacional.

Afinados. Rulo de Cabra, Gris de Montaña, Briqueta de Cabra ... Su corteza puede tener colores muy diversos. Levaduras y bacterias de la corteza van modificando los nutrientes del queso, originando cambios en su textura y sabores más intensos. Estos quesos están muy ligados al “terroir” y al buen hacer de ganaderos y queserías.

Quesos azules o de pasta vetada. Queso Azul de Vaca, Cabrales DOP, IGP Azul de Valdeón ... Los Picos de Europa son el territorio por excelencia para estos quesos ya que las cuevas calizas y la alta humedad, reinante en ellas, favorecen el desarrollo del penicilium en el interior del queso. Tienen olor penetrante, mantecosos al paladar y con regusto picante. Suponen un buen contraste frente a otras propuestas de sabor más neutro.

De pasta prensada no cocida

Queso de Mahón, Queso de Cabra Canario Semi, Queso Castellano Curado ... Son los más numerosos en nuestro país y se pueden elaborar indistintamente con los tres tipos de leches, como es el caso del Manchego (de oveja); Majorero canario (de cabra); o Mahón-Menorca (de vaca). Constituyen “delicatessen” muy apreciados, para no perderse.

Tortas. Lo que nació como un producto con defectos técnicos, actualmente es cada día más apreciado, gracias a referencias gourmet como pueden ser la Torta del Casar, el Queso de la Serena o el Queso de los Pedroches ... Todo un emblema, además, de la Marca España.

INLAC engloba a todo el sector lácteo (Cooperativas Agro-Alimentarias de España, FENIL, ASAJA, COAG y UPA) y es un instrumento fundamental de interlocución y vertebración entre los agentes de la cadena láctea y foro estable de discusión entre sus miembros, respetando los ámbitos de actuación propios de cada organización. Entre sus actuaciones, impulsa la campaña “Quesea” para divulgar los Quesos de Origen Nacional, que incluye acciones informativas en puntos de venta.