

CON DUMMIES ES MÁS FÁCIL



Jamón

para
dummies[®]



Aprende a cortarlo,
servirlo y conservarlo

Conoce las diferentes
denominaciones de origen

Descubre las verdades
y las mentiras sobre
el jamón

Enrique Tomás

Experto en jamón



Jamón

para
dummies[®]

Enrique Tomás

para
dummies[®]

Edición publicada mediante acuerdo con Wiley Publishing, Inc.
...For Dummies, el señor Dummy y los logos de Wiley Publishing, Inc. son marcas registradas
utilizadas con licencia exclusiva de Wiley Publishing, Inc.

© Enrique Tomás, 2017

Ilustraciones del interior:

© Miguel Ángel Rodríguez (págs. 31, 32, 35, 46, 50, 51, 57, 63,
88, 102, 106, 107 y 108)

© Dani Solans (págs. 25, 138, 140, 141, 142, 144, 145, 146 y 147)

Fotografías del interior:

© Dani García Sarabia (págs. 43, 56, 70, 94, 101, 103 y 107)

© iStock Photo (pág. 36)

© Shutterstock (págs. 30, 94, 95 y 104)

© Centro Libros PAFP, SLU, 2017

Grupo Planeta

Avda. Diagonal, 662-664

08034 – Barcelona

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

ISBN: 978-84-329-0400-4

Depósito legal: B. 22.245-2017

Primera edición: noviembre de 2017

Preimpresión: Toni Clapés

Impresión: Black Print

Impreso en España - *Printed in Spain*

www.dummies.es

www.planetadelibros.com

Sumario

INTRODUCCIÓN	1
Acerca de este libro	2
Parte I: Orígenes e historia del jamón	3
Parte II: El cerdo, ese gran desconocido	3
Parte III: Generalidades sobre el jamón	3
Parte IV: Cómo se cura un jamón	4
Parte V: Nos vamos de compra	4
Parte VI: ¿Crees que ya lo sabes todo sobre el jamón?	4
Parte VII: Los decálogos	5
<i>Jamon experience</i>	5
A quién va dirigido este libro	6
Iconos usados	7
Y a partir de aquí.....	8
PARTE I. ORÍGENES E HISTORIA DEL JAMÓN	9
CAPÍTULO I: El origen del jamón	11
La sal	11
El cerdo	12
Los romanos y el <i>pernam</i>	13
La Edad Media	14
Tiempos modernos	15
Evolución social	16
CAPÍTULO 2: Referencias en documentos históricos	17
<i>Pernac cerretanae</i>	17
El jamón en la literatura	18
El jamón en el cine	20
El jamón en la cultura popular	21
PARTE II: EL CERDO, ESE GRAN DESCONOCIDO	23
CAPÍTULO 3: Todo sobre el cerdo	25
Un animal por descubrir	25
¿Todos los cerdos sirven para hacer jamón?	27
El cerdo ibérico	28
Un poco de genética	31
CAPÍTULO 4: Dónde se crían los cerdos jamoneros	33
El ciclo de vida del cerdo	33
Cuestión de bellotas	34

La dehesa, un espacio único	36
La vida en la dehesa	37
PARTE III: GENERALIDADES SOBRE EL JAMÓN	39
CAPÍTULO 5: Definiciones para tenerlo claro	41
De dónde viene la palabra "jamón".	41
Qué es un jamón y qué no.	42
Qué es una paletilla y en qué se diferencia de un jamón.	43
¿Qué es mejor, jamón o paletilla?	44
¿Pata derecha o izquierda?	45
Partes del jamón	46
CAPÍTULO 6: Procedencia y normativa	49
La importancia de la denominación de origen (DO)	49
Las DO del jamón ibérico	50
DO Jamón de Jabugo	51
DO Jamón de Guijuelo.	51
DO Dehesa de Extremadura	52
DO Los Pedroches.	52
Las DO del jamón serrano	52
DO Jamón de Teruel	52
IGP Jamón de Trévez.	53
La normativa española	53
El etiquetaje	55
PARTE IV: CÓMO SE CURA UN JAMÓN	59
CAPÍTULO 7: El proceso de curación en detalle	61
Los preliminares.	61
La salazón	62
Secaderos	65
Maduración y envejecimiento	66
CAPÍTULO 8: Asegurar la calidad	69
Controles	69
¿Hay jamones que salen mal?	71
El uso de la tecnología.	72
PARTE V: NOS VAMOS DE COMPRAS Y LUEGO A CASA CON ÉL.	73
CAPÍTULO 9: El jamón en la tienda	75
Diferencias entre un supermercado y una tienda especializada.	75
La venta acaba cuando el cliente vuelve	77
La exposición correcta del jamón	78

	¿Este jamón es bueno? ¡Dígamelo usted!	79
	¡Que no se pase!	81
	Cómo elegir un buen jamón: la marca	82
	Cómo elegir un buen jamón: el color	84
	Cómo elegir un buen jamón: la forma	85
	Los primos del jamón	87
CAPÍTULO 10:	Me lo llevo, pero... ¿cómo?	89
	Cortado o entero	89
	A mano o a máquina	90
	Con hueso o deshuesado.	92
	Lonchas, tacos, virutas, etcétera.	93
	El envasado	95
CAPÍTULO 11:	Cuando el jamón llega a casa	99
	Ya lo tengo en casa. ¿Y ahora qué?	99
	La jamonera	101
	El gran tema: cómo hay que cortarlo	105
	Cortar y comer	108
	¿Cuánto dura?	109
	Cuando solo queda el hueso	111
PARTE VI:	¿CREES QUE YA LO SABES TODO SOBRE EL JAMÓN?	113
CAPÍTULO 12:	Algunos datos sobre su producción y consumo	115
	Para dártelas de entendido	115
	Qué otros jamones hay en el mundo	116
	¿Cuántos jamones se producen al año en España?	118
	El jamón también viaja	120
	Normativas sobre el envío de jamón	120
	Cómo envasarlo y etiquetarlo	121
	Elegir un jamón para regalar	122
	Por qué unos jamones son más caros que otros	123
CAPÍTULO 13:	Mentiras y verdades	125
	“Comer jamón no es saludable”.	125
	“El jamón engorda”.	127
	“Si tiene puntitos blancos está malo”.	128
	“Hay que tapar el jamón con su propia grasa”	128
	“Es mejor que todas las lonchas sean iguales”	129
	“El mejor jamón es el de bellota”.	129
	“El mejor es el de pata negra”	130
	“El jamón de bellota procede de cerdos que solo comen bellotas”	131
	“El jamón se tiene que acompañar siempre con vino tinto”.	131

CAPÍTULO 14: El jamón en la gastronomía	133
Cómo disfrutarlo mejor	133
Potenciador del sabor y complemento de lujo	134
Algunas ideas básicas	135
Con pan o sin pan	135
Con qué bebida acompañarlo	136
La huella de los grandes chefs	137
Recetas para cocinar con jamón	138
<i>Pan con tomate y jamón</i>	138
<i>Higos con jamón</i>	140
<i>Crema de castaña</i>	141
<i>Crema de calabaza</i>	142
<i>Arroz de calabaza</i>	144
<i>Bocadillo de jamón ibérico de bellota</i>	145
<i>Patatas ibéricas picantes</i>	146
<i>Guisantes con jamón</i>	147
CAPÍTULO 15: Catas de jamón	149
Una experiencia inolvidable	149
Organiza tu propia cata	150
Cata básica	150
Cata completa	151
Combinación a medida	152
Y ahora, ¡a disfrutar!	153
PARTE VII: LOS DECÁLOGOS	155
Cómo elegirlo	157
Cómo conservarlo	158
Cómo cortarlo	159

Capítulo 1

El origen del jamón

La sal

La historia del jamón es paralela a la historia de la conservación de los alimentos, ya que tiene su origen justamente en esta necesidad. Hace 5.000 años nuestros antepasados no podían ir a una gran superficie y comprar una nevera, así que tuvieron que ingeniárselas para disponer de alimento durante las épocas de carestía. Así fue como inventaron los pozos de hielo, por ejemplo, un precedente tosco pero eficaz de los congeladores actuales. Y así fue también cómo buscaron y encontraron, imagino que basado en el ensayo y error, diferentes formas de conservación de la carne y el pescado: el ahumado, el marinado (con aceite, vinagre, limón, etc.) y algunos otros, como el secado y la salazón, que son los que aquí nos interesan, pues estas técnicas, unas vez perfeccionadas, permitieron elaborar los primeros jamones.

Antes de eso, en la prehistoria, el hombre conservaba la carne cortándola en tiras que secaba al sol. Cuando llegó el fuego descubrió, además de la posibilidad de cocinar, otras formas de conservación, como el ahumado. Pero la aparición de la sal lo cambió todo. ¡Fue una autén-

tica revolución! La sal permitía garantizar buena parte de la aportación de alimentos, en concreto de carne y pescado, en épocas de escasez. Su uso como conservante fue fundamental para el desarrollo y crecimiento de la especie humana y para la expansión de algunas civilizaciones. Según las evidencias de que disponemos, se empezó a usar como método de conservación hace casi cinco milenios. Existen pruebas de que ya se utilizaba para aderezar platos en la época del emperador chino Huangdi, hacia el año 2670 a.C., y que los egipcios ponían carnes en salazón con el fin de conservarlas más tiempo. Más adelante, los celtas empezaron a explotar minas de sal, en concreto cerca de Salzburgo, cuyo significado es, justamente, “la ciudad de la sal”. Esta zona debe originalmente su prosperidad al comercio de la sal, que se consideró durante mucho tiempo “el oro blanco” por su gran valor.

El cerdo

Tenemos, por tanto, la sal, pero nos falta el cerdo. ¿Cuándo se convirtió en un animal doméstico? Es difícil responder a esta pregunta con absoluta certeza. Se sabe que los egipcios de la tercera dinastía (2700-2630 a.C.), la primera de las cuatro dinastías que formaron el Imperio Antiguo, ya poseían cerdos domesticados. Y se sabe también que conocían algunas técnicas de conservación de las carnes y que las usaban con algunas partes de los cerdos y de las vacas. También hay pruebas de que la grasa del cerdo, así como la de otros animales, era usada para determinados tratamientos de enfermedades. Sin embargo, y por causas poco claras, los cerdos acabaron convirtiéndose en el Antiguo Egipto en animales impuros. Se decía que si alguien tocaba un cerdo, aunque fuera por accidente, debía sumergirse en las aguas del Nilo para purificarse.

El cerdo, probablemente, llegó a la península Ibérica de la mano de los fenicios, que establecieron su primer asentamiento hacia el año 1100 a.C. en lo que hoy es Cádiz, por entonces Gádir. Los fenicios crearon salinas y saladeros en las costas españolas del sur y del Levante. Allí salaban pescados y carnes para comercializarlos posteriormente por todo el Mediterráneo. De hecho, sus salazones de pescado tuvieron fama durante siglos.

También hay constancia histórica de que en la época inmediatamente anterior al Imperio romano los íberos ya comerciaban con algunos embutidos, entre ellos, al parecer, el jamón. Por tanto, cuando llegaron los romanos a la península Ibérica el jamón ya existía como alimento, en concreto en el sur de lo que hoy es España. No es de ex-

trañar que siga siendo allí, justamente, donde sigue teniendo más adeptos, ¿verdad?

Con el tiempo, el cerdo fue adquiriendo cada vez más valor económico gracias al jamón, por lo que se convirtió en un animal doméstico muy apreciado. Con el tiempo llegó a serlo tanto que incluso ¡se acuñaron monedas en forma de jamón!

Los romanos y el *pernam*

Desde la Antigüedad, el cerdo ha sido uno de los recursos más socorridos para satisfacer las necesidades de alimentación del ser humano. Seguramente conoces el dicho popular: “Del cerdo todo se aprovecha”. Pero la parte que siempre se ha valorado más, la más preciada, es el jamón. En la época romana lo consumían las clases sociales más favorecidas, o sea, los ricos de entonces. También está documentado que comían otras partes del animal que habían estado en salazón: lomos (*tergora* o *tegora*), cabeza (*caput* o *sinciput*), costillas (*costae*) y tocino (*lardum* o *laridum*), entre otras. También datan de la época romana los *botulus*, una especie de morcilla muy apreciada que hoy conocemos como botillo y que se elabora en el norte de la península Ibérica, en concreto en Galicia, Asturias y León.



RECUERDA

Los romanos extendieron las técnicas del salado. Salaban el jamón y las paletillas y los comercializaban, untados con aceite y vinagres para protegerlos de impurezas, por toda Europa. Los ofrecían en una gran variedad de presentaciones: con o sin pezuña, ahumados, grasos, semidescortezados, etc. Ya por entonces diferenciaban claramente el jamón de la paletilla. El primero era llamado *pernam* y el segundo *petasonem*.

La forma de salar y curar el jamón en la época romana ya era muy parecida a la actual. Así lo demuestra la receta que nos legó Catón el Viejo (234-149 a.C.) en su manual sobre cómo se debe dirigir una granja (*De agri cultura* o *Sobre la agricultura*), la única de sus obras que ha sobrevivido en su totalidad: “Se deben salar los jamones dentro de una jarra o tina. Cuando los compres, deberás cortar sus patas. Para cada pata un semodio de sal romana fina; ponla al fondo de la jarra y coloca un jamón con la corteza hacia abajo. Cúbrela todo de sal. Pon después otro encima y cúbrela de la misma manera, cuidando que no se toquen las carnes. Así cúbrela todo. Cuando estén todos los jamones, pon una última capa de sal, vigilando que la carne no asome. Tras cinco días en sal, sácalos todos sin quitarles la sal adherida. Los que es-

taban arriba en la tina, colócalos abajo y cúbrelos de sal. A continuación, coloca el resto siguiendo las pautas de la primera vez. Pasados doce días, saca los jamones, límpialos de sal y cuélgalos al viento dos días: al tercer día lávalos con una esponja, úntalos de aceite, cuélgalos al humo otros dos días y al tercero, descuégalos y vuelve a untarlos de aceite y vinagre mezclado y cuélgalos en la despensa. A ellos no se acercarán ni gusanos ni polillas”.

La Edad Media

La dominación musulmana de la península Ibérica, que se extendió durante ocho siglos, introdujo algunas restricciones en la elaboración del jamón por ser un alimento prohibido por su religión, pero no lo prohibió del todo. Parece ser que hubo cierta tolerancia hacia algunas costumbres cristianas, entre ellas la cría y el consumo de carne de cerdo. Cuando se produjo la Reconquista, muchos musulmanes se convirtieron al cristianismo, y una de las pruebas que les hacían para demostrar realmente su conversión era comer jamón en público.

En la parte cristiana, durante la Edad Media, la crianza y matanza del cerdo se hacía en gran parte en los monasterios y conventos, pues contaban con mejores medios. Los clérigos se ocupaban de los huertos y animales, y así se aseguraban el consumo de carne durante el año. También comerciaban con algunas piezas, pero solo los señores feudales podían adquirirlas. En el siglo IX se abrió el Camino de Santiago y proliferaron las órdenes monásticas, que poblaron el territorio reconquistado a los musulmanes. Esto facilitó la expansión de la producción de jamones y otros embutidos.

Durante los siglos XII y XIII, España creció y se desarrolló en gran parte gracias a la ganadería. Se empezaron a criar cerdos, aunque de forma todavía limitada. Muchos de ellos pastaban en las dehesas extremeñas para el aprovechamiento de alcornoques y encinares. La matanza se hacía en la época más fría del año para que pudiera conservarse la carne el máximo de tiempo posible. A partir de aquí, a cada parte del cerdo se le daba una salida y se consumía antes o después dependiendo de cuánto tardase en echarse a perder. En función de qué parte del animal fuera, se hacían diferentes embutidos con diferentes maceraciones y especias: chorizo, salchichón, lomo... Y, por supuesto, jamón. En el siglo XVI ya tenían fama los jamones de Trévelez, Jabugo y Guijuelo, entre otros, y durante el siglo XVIII adquirieron reconocimiento internacional, si bien su consumo no se popularizó hasta el siglo XIX.

Tiempos modernos

Desde finales del siglo XIX hasta hoy, la industria jamonera ha vivido un ascenso imparable. En las Exposiciones Universales de París (1867), Viena (1873) y Filadelfia (1876) los jamones españoles recibieron reconocimientos y premios, y en las décadas siguientes llegaron a gran parte del mundo.

La cría del cerdo fue creciendo, incluso a nivel doméstico. A menudo, sobre todo en los pueblos, se mataban en las calles o en las propias viviendas, que utilizaban sus sótanos o bodegas como espacio para la salazón. Luego, para terminar el proceso, subían los jamones a las buhardillas, donde maduraban lentamente de forma natural gracias a las corrientes de aire y a la climatología de las sierras españolas.

De hecho, los procesos y tradiciones se han ido manteniendo. La introducción de la tecnología ha servido para depurarlos y mejorar la calidad del producto. Hoy día conviven productores más tradicionales con fabricantes más tecnológicos. Algunos siguen secando sus jamones mediante el proceso de abrir y cerrar las ventanas de los secaderos para aprovechar al máximo las condiciones naturales. Otros, en cambio, lo han automatizado todo. En cualquier caso, lo importante es conseguir al final el tipo de jamón que el productor se ha propuesto.



INFORMACIÓN
TÉCNICA

No fue hasta la década de 1960 cuando se empezó a prestar atención a la raza y a los sistemas de producción, con el fin de lograr una producción intensiva en lugar de extensiva.

Desde los años sesenta hasta hoy, la producción de jamón, tanto a gran escala como en pequeñas industrias, no ha dejado de crecer, convirtiéndose en uno de los manjares más deseados del mundo gracias a su intenso sabor, su textura agradable y su aroma único.

UNA LEYENDA

Como en toda historia, en la nuestra también hay leyendas. Cuenta una de ellas que el jamón nació fruto de la casualidad, en concreto un día en que un cerdo cayó a un arroyo cuyas aguas poseían un elevado contenido en sal y se ahogó. El cerdo en cuestión fue recogido por unos pastores, que lo asaron para comérselo. Entonces descubrieron que la carne salada tenía un sabor mucho más agradable, especialmente las extremidades. A partir de ese momento se corrió la voz y, cuando se sacrificaba un cerdo, sus patas delanteras y traseras se bañaban en sal durante un tiempo. Y poco a poco se fue perfeccionando el sabor. Ya ves: un cerdo ahogado, un río salado y la casualidad. Existen versiones para todos los gustos.

Evolución social



RECUERDA

La historia del jamón nos muestra que se trata de un alimento ancestral que ha sabido perdurar en el tiempo y a través de diferentes culturas. Hoy forma parte de nuestra dieta y se ha convertido en un producto único y representativo de la península Ibérica, probablemente el más característico de la gastronomía española junto con la paella y la tortilla de patatas.

Como hemos visto, al principio y durante siglos fue un manjar de ricos. Las clases más pobres tenían que conformarse con otro tipo de embutidos, cuando se los podían permitir, que no era siempre, o con alimentos más básicos como el pan. Había un dicho que rezaba: “Cuando un pobre come jamón, o está malo el jamón o está malo (enfermo) el pobre”.

Con el tiempo, especialmente a partir del siglo XIX, se fue popularizando cada vez más, hasta llegar a la actualidad, donde es posible encontrarlo en cualquier pequeño pueblo de España y en la mayoría de países del mundo. Es decir, se ha convertido en un producto al alcance de la mayoría de la población, pues si bien algunos jamones ibéricos de gran calidad pueden tener un precio elevado, normalmente se pueden encontrar jamones accesibles a todos los bolsillos.