



Helado artesanal italiano

Este tipo de helado está caracterizado por el uso de materias primas naturales. Respecto al industrial puede presentar las siguientes diferencias:

- Producto fresco, casi todos los días, quien lo vende es normalmente el mismo que lo produce.
- La distancia entre el lugar de producción y la venta es de pocos metros y viene consumido en pocos días.
- Menor cantidad de grasas (6-10% en el producto artesanal 8-12% en el industrial)
- Menor cantidad de aire (máx 35% en los artesanales, min 70% en los industriales)

Los ingredientes utilizados para producir el helado son: Leche, Huevos, nata, cacao, fruta y nutrientes que derivan, proteínas, azúcares, grasas, minerales, vitaminas, fibra, que determinan el valor nutricional de este alimento.

El helado a base de leche contiene proteínas de elevado valor biológico, ricas en aminoácidos esenciales de alta biodisponibilidad, necesarios para la función plástica regenerante de los tejidos, importante para todas las edades. Los carbohidratos del helado son sobretodo el lactosio y sacarosio, azúcares simples de pronto uso, indispensables para el metabolismo de los glóbulos rojos y del tejido nervioso. Estos nutrientes son útiles en cada ocasión de movimiento, pero particularmente en la fase de recuperación de cualquier actividad deportiva.

Las grasas presentes en el helado aportan una favorable cuota de ácidos grasos en cadena corta que son utilizados en nuestro organismo como un rápido combustible. En el helado encontramos además cantidades adecuadas de vitaminas A y B2, calcio y fósforo.

Las materias primas empleadas en la producción del helado artesanal se dividen en: Productos lácteos- caseosos (leche, nata, mantequilla), dulcificantes (sacarosio, fructosio, lactosio ...etc), aromatizantes (cacao, chocolate, zumos y pulpa de frutas, aromas naturales), más algunas variantes (huevos, aditivos, colorantes, bebidas alcohólicas...etc)

Pero para comprender que se entiende por una completa nutrición del helado, estos ingredientes vienen descompuestos y reagrupados en función de las necesidades del cuerpo humano y éstas son:

- Agua (necesidad hídrica): es el vehículo que lleva al organismo los materiales de construcción de los cuales tiene necesidad.
- Azúcares (necesidad energética): son factores de enorme importancia energética y de pronta utilización.
- Grasas (necesidad energética): están presentes en casi todos los alimentos, a excepción de los azúcares.
- Proteínas (necesidad plástico-constructiva): satisfacen la exigencia fundamental del organismo de construir nuevos tejidos y de sustituir aquellos que mueren.
- Sales minerales (necesidad de elementos naturales): indispensables para el normal desarrollo de las funciones nutritivas de los elementos
- Vitaminas (necesidad vitamínica) necesarias para la regularización de las reacciones de utilización de los alimentos.



- El helado artesanal contiene todos estos principios activos, esenciales para una alimentación completa.

Basta pensar en la presencia preponderante de la leche, alimento único y exclusivo de la infancia, en el cual el neonato encuentra todo lo que necesita: agua, azúcares, grasas, proteínas, sales minerales y vitaminas. Si se comparan los valores nutritivos de la leche con las del helado, se encuentra a favor de este último, una mayor concentración.

Esto no significa que el hombre pueda nutrirse solo de helado, como no podría hacerlo solo de leche: la comparación intenta evidenciar las características del completo contenido alimenticio del helado, alimento completo y versátil adaptado para hacer frente también a un elevado desgaste de energías.

La fisiología nutricional nos enseña que, como no existen alimentos perfectos y completos, tanto menos existen alimentos peligrosos y nocivos para la salud.

El helado, se sabe, gusta a todos. Y el placer de disfrutar de la comida es un componente fundamental para una alimentación sana y equilibrada.

Detrás de la tarta, las pastas o el cucurucho de helado, existe un variopinto mundo de materias primas y semielaboradas en las cuales, una justa utilización permite valorar los sabores y combinación de los gustos. Si en el pasado esta era la tarea del artesano que adquiría la fruta y otras materias primas y a través de largos y laboriosos procesos, los transformaba en pastas aromatizantes para adjuntar a la mezcla de helado a la fusión del dulce, hoy existen numerosas industrias especializadas que transforman la materia prima en semielaborados de calidad. El más grande inconveniente que se encontraban los trabajadores del pasado, a demás, naturalmente del tiempo y lo laborioso del proceso de transformación, era la estación del año: no era posible tener a disposición en todo momento del año todos los tipos de ingredientes. El problema se ha resuelto solo con la aparición de las primeras empresas especializadas en la elaboración y transformación de las materias primas que, no solo han facilitado y aligerado el trabajo del artesano, sino que lo han hecho también más higiénico con un resultado constante y una mejor cualidad.

La utilización de semielaborados ha sido influenciado también por otros factores como por ejemplo la aplicación de los principios internacionales HACCP (Hazard Analysis & Critical Control Points – Análisis de riesgo y puntos críticos de control), que ha regularizado los contenidos y los procedimientos de elaboración de los alimentos y en parte, ha obstaculizado la utilización de productos frescos favoreciendo el aplazamiento de la pregunta sobre los semielaborados: es una forma de control preventivo de los puntos “críticos” del proceso de producción, con el fin de eliminar el riesgo de contaminación de microbios.

Desde el 2005 han entrado en vigor las nuevas normativas sobre el procedimiento que nos permite, en caso de cualquier problema, resurgir a cualquier partida de materias primas empleadas para un determinado producto.

La seguridad preventiva comporta una serie de actividad de producto de control sobre todas las fases de proyección, producción y conservación de los helados, pasando del análisis de riesgo a la fase de desarrollo de un nuevo producto, de la atenta elección de los proveedores, a la modalidad de producción y sanificación de las líneas, para llegar a la modalidad de estocaje y distribución, sea de las materias primas como de los productos terminados.



Como resultado final de esta larga cadena de controles, de procesos de esterilización y rigurosas medidas de higiene, se obtiene un helado de elevada calidad, no sólo higiénica sino también organoléptica.

La mejora de la calidad de los productos ofrecidos y la flexibilidad en su empleo son factores determinantes para el crecimiento de los semielaborados. Su utilización permite, de hecho, a los artesanos obtener buenos resultados (en términos de rendimiento y constancia cualitativa), reduciendo el tiempo de preparación también para los operarios menos expertos, evitando los problemas de deterioro, conservación y fuertes oscilaciones de precio, típico de las materias primas frescas.

Los semielaborados permiten, también variar más fácilmente la oferta con productos nunca antes propuestos, sin riesgos por el buen resultado y con amplias posibilidades de personalización.

Un ulterior factor de éxito de los semielaborados es poder satisfacer las necesidades específicas de los helados en incluir elementos de innovación de producto y conseguir con esto una amplia gama de sabores. De hecho, el surtido y la fantasía del producto son los puntos claves del helado artesanal respecto al helado industrial.

Algunos ejemplos:

Desarrollo de los consumos de productos probióticos (los alimentos integrados con probióticos contienen, en un número suficientemente elevado, microorganismos vivos y activos, en grado de alcanzar el intestino, multiplicarse y ejercitar una acción de equilibrio sobre la flora intestinal mediante una colonización directa. Se trata entonces de alimentos en grado de promover y mejorar las funciones de equilibrio fisiológico del organismo a través de una serie de efectos añadidos respecto a las actividades nutricionales normales).

Petición, en aumento del 9% al año, de helados para celíacos (intolerancia crónica al gluten, sustancia presente en los cereales, avena, trigo, farro, kamut, cebada, centeno)

Petición de ingredientes exentos de organismos genéticamente modificados (OGM).

La calidad del producto es más buscada por el consumidor final empujando al heladero a la búsqueda y selección de componentes de base de calidad cada vez más elevada.

En el helado artesanal de fruta de agua, conocido popularmente como sorbete, están exentos ingredientes como la leche y sus derivados (allá donde se presente el producto pierde sus características de postre frío exento de grasas y lácteos); algunos operarios hacen de todas formas uso de éstos en base a usos alimenticios locales o por incapacidad técnica de obtener un producto igualmente cremoso. Los ingredientes restantes son la fruta (del 25 al 60% en peso sobre el total) y los azúcares añadidos (en torno al 25%). Desde el momento en el que el sorbete es menos cremoso que el helado, algunos heladeros añaden grasas y lácteos para mejorar la consistencia y hacer así el producto terminado apreciable para una más vasta gama de consumidores.

Los heladeros que en cambio prefieren ser más rigurosos respecto a la fórmula tradicional del sorbete, no hacen uso de éstos, consiguiendo, en algunos casos y en virtud de conocimientos técnicos más punteros o simplemente gracias a la disponibilidad de mejores materias primas (fruta de mejor calidad, de estación y madura) y a la utilización de tres o cuatro tipos de azúcares simples en puesto de sólo sacarosa (con peso molecular más alto dando más compactabilidad al helado terminado y con poder dulcificante más bajo obteniendo un helado más delicado), a obtener un producto de las características parecido a aquel con la presencia de grasas añadidas.



En los helados artesanales pueden encontrarse ingredientes compuestos, o también llamados semielaborados: una mezcla de componentes del helado preparada con modalidades industriales. Esto viene por el hecho de que en los últimos años han aumentado mucho el número de sabores y se ha buscado simplificar el proceso productivo partiendo de un gusto blanco (flor de leche) al cual añadirle las masas. El uso de tales ingredientes viene muchas veces erróneamente asociado a una disminución de genuinidad y de bondad del producto terminado. Un atento análisis de los componentes, que deben estar siempre inequívocamente declarados en etiqueta, puede refutar esta tesis, como eventualmente confirmarla.

Hasta hoy, la mayoría de las heladerías italianas, históricas o no, hacen uso de las bases para el helado, sin que esto constituya de por sí un elemento distintivo del producto final, cuya calidad está influenciada por los singulares ingredientes así como por los procesos productivos y de conservación. La aromatización viene habitualmente hecha con productos naturales (vainilla, cáscara de limón, licores) en sustitución a aromas artificiales y colorantes.

En Italia es en la única nación del mundo donde el helado artesanal cubre el 55% del mercado, gracias a la amplia cobertura, la historia, la tradición, el hábito del paseo y el helado, así como la profesionalidad de los encargados; esto se traduce en seriedad y calidad del producto. A fin de cuentas, la calidad del producto depende de los ingredientes utilizados, de la frescura y de las máquinas.

Helado Industrial

Este tipo de helado está caracterizado del hecho de estar producido muchos meses antes del consumo, con el trabajo preparado y de materias primas como la leche en polvo, zumos de fruta concentrados y de aditivos como el colorante, emulsionantes, estabilizantes y aromas. Los helados industriales son conocidos también como inflados, porque son productos a los que se les ha introducido aire durante la fase de helado, hasta 100-130%, por lo cual se vuelven mucho más ligeros. También son producidos mucho tiempo antes de su consumo y distribuidos incluso en zonas lejanas al lugar de producción, los helados industriales necesitan el soporte de una eficaz cadena de frío.