



Fecha publicación: 12/05/2007

## **NOTAS SOBRE MATERIAS PRIMAS**

### **YOGUR – EL ORIGEN DEL YOGUR**

El helado de yogur es muy consumido por aquellas personas que gustan de sabores ácidos y de alimentos sanos.

Generalmente, este sabor se suele producir en heladerías artesanales.

Su elaboración puede lograrse de diversas maneras:

Mezclando yogur bajo en grasa con los demás componentes.

Acidificando con cultivo de yogur la mezcla preparada.

Acidificando una mezcla base con cultivo de yogur, para mezclar a continuación con la llamada "mezcla buqué" que contiene frutas y azúcar.

Este sabor de helado está en el mercado no hace mucho tiempo, pero el yogur dentro de los hábitos alimenticios de la humanidad tiene una larga historia.

El yogur es probablemente originario de Medio Oriente y durante mucho tiempo, distintas civilizaciones han creído en los efectos beneficiosos de este lácteo para la salud humana.

Resulta interesante conocer que según la tradición Persa, la fecundidad y longevidad de Abraham se debieron al consumo de yogur. También, se sostuvo que el emperador Francisco I de Francia se recuperó de la enfermedad debilitante que sufría gracias al consumo de yogur de leche de cabra.

Se sabe que a lo largo de los años este producto fermentado ha evolucionado debido a las habilidades culinarias de los pueblos nómadas de Medio Oriente.

La producción de leche en los países de esta parte del mundo, ha estado limitada a unos pocos meses al año, es decir, es un producto estacional. Por no tener una producción animal intensiva, la cría de los animales está en manos de los nómadas provocando la estacionalidad de la leche. Como los nómadas, recorren grandes distancias en busca de pastos para sus animales, este estilo de vida los obliga a permanecer durante meses en zonas desérticas, lejos de ciudades y pueblos. De esta manera, al no poder vender los productos obtenidos de los animales y por el clima subtropical, en donde se alcanzan fácilmente temperaturas de 40 0C durante el verano, la leche se acidifica y coagula poco tiempo después del ordeño. Si a estos factores, le sumamos las condiciones de producción rudimentarias (ordeño manual- y falta de refrigeración de la leche obtenida), no resulta viable el transporte ni el almacenamiento de la leche por un período de tiempo prolongado.

El proceso de acidificación, al que hacemos referencia es la fermentación debida a la presencia de bacterias en la leche. Cuando la fermentación se produce por bacterias no lácticas, se obtiene un producto insípido y desagradable, en forma de coágulo irregular, con gas y una notable tendencia a la sinéresis (pérdida de agua). En cambio, las bacterias lácticas dan lugar a un producto fermentado de aroma y sabor agradable que se puede comer o beber.

Las tribus nómadas de Medio Oriente, poco a poco, desarrollaron un proceso de fermentación que les ha permitido el control de la acidificación de la leche. Si bien la evolución de este proceso ha sido intuitiva, la producción de leche acidificada se convirtió rápidamente en una forma de conservación de la leche. Otras comunidades aprendieron este tratamiento de conservación y uno de los productos obtenidos se denominó "yogur". Este vocablo deriva del término turco "Jugurt", pero a lo largo de los años han aparecido numerosas variantes de este término.



Como dato curioso presentamos el siguiente cuadro con distintas denominaciones para el yogur:

Denominación tradicional	Origen
Jogurt / Eyran/Ayran	Turquía
Leban / Laban	Líbano y algunos países árabes
Mast / Dough	Irán y Afganistán
Tiaourti	Grecia
Fiili	Finlandia
Iogurte	Brasil y Portugal
Gioddu	Cerdeña
Donskaya / Varenetes / Kurunga	Ex Rusia
Yoghurt / yogurt / yaort / yourt / yogur / yaghourt	Resto del mundo

Las propiedades del yogur, no son suficientes para conservar la leche, ya que puede alterarse en unos días, especialmente si se mantiene a temperatura ambiente. Por lo tanto, la búsqueda para su conservación continuó. El primer paso en este sentido fue el uso de recipientes hechos a partir de pieles de animales. Si se dejaba el yogur algún tiempo en odres, el suero escurría a través de la piel, se evaporaba y el contenido en sólidos totales aumentaba. También aumentaba la acidez, dando como resultado un yogur concentrado o condensado, con una acidez superior al 2 % de ácido láctico y un contenido en extracto seco total de aproximadamente un 25 %.

El segundo paso para prolongar su conservabilidad fue la obtención del yogur salazonado. En Turquía se elaboraba un yogur concentrado salazonado en el que la sal agregada actuaba también como agente neutralizante, atenuando el sabor ácido.

Por otras latitudes, como por ejemplo en el Líbano, se preparaban bolitas de unos 2cm de diámetro a partir de yogur salazonado que luego eran desecadas al sol. Posteriormente, una vez parcialmente desecadas, se colocaban en tarros de barro vitrificado o de cristal y se cubrían con aceite de oliva. Este producto se conoce hoy en día como "yogur de invierno", ya que se puede consumir fuera de la estación propia de producción de yogur. Se suele extender el producto sobre tostadas o trozos de pan como si fuera manteca o mantequilla.

En algunos países, como Turquía, Siria, Irak o Irán, el yogur concentrado es tratado nuevamente para conseguir un producto totalmente distinto. Se trata de un tipo de yogur deshidratado. Una vez obtenido el yogur con el método tradicional, se espolvorea harina de trigo, sémola o trigo sancochado. Luego, la mezcla de trigo y yogur se moldea en rollitos que se dejan desecar al sol. Este producto, conocido como "Kishk" se vende en forma de rollitos o molido como harina.

Existen muchos otros productos a base de yogur, los cuales han sido pensados para conservar la leche. Pero debido a la gran expansión de la refrigeración, el interés por estos productos tradicionales ha disminuido notablemente.

Actualmente la producción de yogur tiende a concentrarse en grandes y modernas industrias lácteas. Al inicio de esta etapa, sólo se producía "yogur natural" y el mercado del mismo se circunscribía en gran parte a consumidores que consideraban el yogur como un alimento sano. Paulatinamente, la concepción del yogur cambió y la introducción de los yogures de frutas en los años 50 impuso una



nueva imagen del producto. Ya no era exclusiva del mercado de productos dietéticos, sino que se convirtió en un alimento o un postre popular y económico.

### **Fuentes:**

*El mundo de la Leche.* Pascual Mastellone.

*Tecnología de alimentos.* Charley.

*Alimentos y nutrición.* Rolando Salinas. Editorial El Ateneo.

*Introducción a la bioquímica y tecnología de los alimentos.* Cheftel.

**Autor:** Lic. Daniel Pottí

*Mundohelado Consulting España*

<http://www.mundoheladoconsulting.com/>