

El Jamón Ibérico

El jamón ibérico es un producto **único** en el mundo, dentro de la denominada **dieta mediterránea**.

Sus especiales características organolépticas y sus propiedades nutricionales le confieren una calidad excepcional, que viene dada fundamentalmente por las particularidades del cerdo ibérico, su alimentación, así como al proceso de elaboración y curado.

CONSEJOS para mantener su calidad en el hogar:

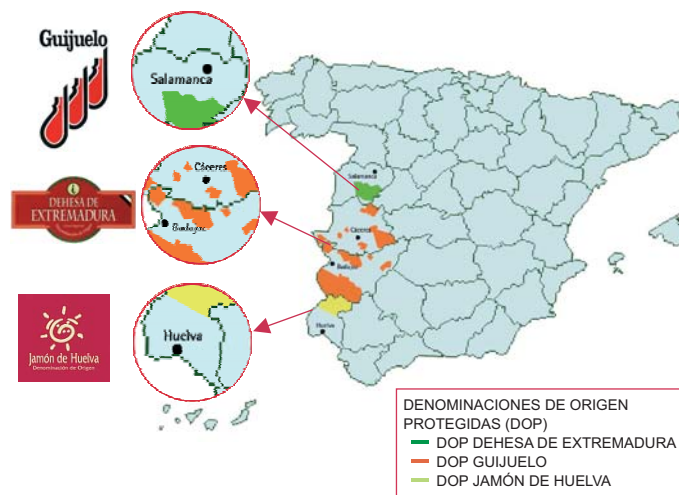
- Consúmalo durante el periodo de consumo preferente.
- No debe guardarse en frigorífico, ni comerse muy frío: pierde gusto.
- Córtele en lonchas muy delgadas, para poder saborearlo plenamente y apreciar mejor su calidad.
- El corte debe estar siempre protegido con trozos de tocino y corteza con el fin de mantener la grasa superficial siempre fresca.
- Corte solamente el jamón que tenga previsto consumir.



Denominaciones de Origen Protegidas (D.O.P)

En las DOP se defienden unas características determinantes de cada producto que sólo son posibles gracias al entorno natural y a las habilidades de los productores de la región a la que esté asociado.

En España existen 3 Denominaciones de Origen Protegidas para el jamón ibérico:



PONGA CALIDAD EN SU MESA El Jamón Ibérico



El Jamón Ibérico



Dirección General de Ordenación e Inspección

Comunidad de Madrid



Comunidad de Madrid
www.madrid.org



El Jamón Ibérico

El Jamón Ibérico

El Jamón Ibérico

Características

- Supone aproximadamente el 10% de la **producción** total de jamón en nuestro país.
- La materia prima para la elaboración de este producto procede de una **raza propia** de la Península Ibérica, el cerdo ibérico, que se cría en el sudoeste de España y en el sudeste de Portugal.
- El tiempo de **curación** es largo, de 14 a 36 meses.
- La denominación de venta correcta para este producto es la de “**jamón ibérico**” o “**jamón ibérico puro**” (asegurándose en todo caso un mínimo de 50% de sangre ibérica), seguido a continuación de las especificaciones de **alimentación** que se reflejan en la etiqueta contigua.
- El **peso** de este tipo de jamones suele oscilar entre los 6 y 7,5 kilos, aunque puede haber jamones con más de 8 kilos.
- El color negro de la **pezuña** no es exclusivo de la raza ibérica al existir otras razas de cerdos de piel negra que no son ibéricos. Por el contrario, existen algunas variedades de raza ibérica que pueden no tener capa negra.
- Al corte, **las lonchas** deben tener vetas blancas debido a las infiltraciones de la grasa entre la masa muscular.
- Es frecuente la presencia de puntitos blancos en la masa muscular. No debe entenderse este hecho como una alteración o defecto del producto, ya que es debido a la cristalización del aminoácido **tirosina** de las proteínas musculares producido como consecuencia de una larga maduración.



- Cada pieza se identificará individualmente con un marchamo en la extremidad.
- En el caso de tratarse de un producto con DENOMINACIÓN DE ORIGEN PROTEGIDA aparecerá una etiqueta numerada con el logotipo de la Denominación junto al etiquetado del producto.
- En el caso de PRODUCTOS ENVASADOS, además de la información anterior, aparecerá la cantidad neta, las condiciones especiales de conservación y la certificación del producto.
- **PAÍS DE ORIGEN:** El lugar de origen o procedencia (en los productos procedentes de los Estados miembros de la Unión Europea) se deberá indicar en los casos en que su omisión pudiera inducir a error al consumidor.

Razones para ELEGIR jamón ibérico:

Es un manjar con innumerables **calidades**, tanto desde el punto de vista organoléptico como nutricional.

• Organoléptico :

- **Aroma** característico, agradable, intenso y persistente.
- **Sabor** sabroso, poco salado.
- **Jugoso.**

• Nutricional:

- Especial composición en ácidos grasos:

Menor cantidad de ácidos grasos saturados, siendo rico en ácidos grasos monoinsaturados, entre los que destaca el ácido oleico, con un efecto beneficioso sobre el colesterol: aumenta el colesterol “bueno” y disminuye el colesterol “malo” o aterogénico, contribuyendo de esta manera a reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

- Aporta **vitaminas** B1, B6, B12 y ácido fólico, muy beneficiosas para el sistema nervioso. Asimismo tiene un alto contenido en vitamina E, con capacidad para actuar como antioxidante.

- Rico en **minerales** como el hierro, fósforo, potasio, magnesio y zinc. Destaca también la presencia de sodio, debido al empleo de sal en el curado, si bien en proporción menor a la de otros tipos de jamones.

- Elevado contenido de **proteínas** de muy alta calidad, de elevada digestibilidad debido a la proteólisis que ocurre durante la maduración de este producto.

El Jamón Ibérico

El Jamón Ibérico

El Jamón Ibérico