

Los consejos del chef Urrechu para sorprender esta Navidad con platos de Vacuno 'top' sin desperdiciar un solo gramo

Carne de Vacuno en el Olimpo de la gastronomía europea

Dic 2021.- La diversidad de razas, las indicaciones geográficas protegidas, la variedad de cortes y, sobre todo, la producción y comercialización de carne de animales más jóvenes y alimentados con cereales y oleaginosas de alto valor nutritivo convierten a la Carne de Vacuno de nuestros productores europeos en ingrediente único por su sabor, ternera, jugosidad, digestibilidad y calidad. El producto busca la excelencia y reivindica sus valores positivos en el contexto de una dieta variada y equilibrada, en la que no puede faltar el ejercicio físico regular.



La Carne de Vacuno se integra en un exigente Modelo de Producción Europeo, caracterizado por el cumplimiento de los estándares más exigentes del mundo en seguridad alimentaria, trazabilidad, respeto al medioambiente y bienestar animal. El amplio abanico de sus cualidades organolépticas y la variedad de texturas y sabores atrae la atención de los más prestigiosos chefs del panorama actual, entre los que destaca Íñigo Urrechu, firme defensor de los alimentos de excelencia pegados al territorio y el uso racional de los alimentos para “aprovechar todo” en la cocina.

“Contamos con cortes nobles maravillosos como el solomillo o el lomo, que son bien conocidos y demandados por los consumidores, pero también otras alternativas que son muy versátiles como la tapilla o la babilla, por poner solo dos ejemplos, que te sirven para preparar desde filetes, a carne guisada pasando por hamburguesas o incluso *steak tartar*. ¿Qué otro producto en el mundo te ofrece la posibilidad de hacer platos fríos, calientes, de cuchara, a la plancha...?”, explica el chef, Embajador de la campaña de información impulsada por [Provacuno](#): “*Hazte Vaquero*”.

Nacido en Villareal de Urrechu, Guipúzcoa, el chef comenzó en el mundo de la cocina en 1987, de la mano del reputado cocinero vasco Martín Berasategui. Pasó por Francia, por las manos de Didier Oudil y, en 2002 abre su primer restaurante *Urrechu* en Pozuelo de Alarcón (Madrid). Diez años más tarde inicia su andadura empresarial abriendo su segundo restaurante *El Cielo de Urrechu*, seguido del *A'Kangas* en La Moraleja; en el año 2017, *Urrechu Velázquez* de la capital; justo antes de la pandemia, en Marbella, *Erre & Urrechu*, y más recientemente, en 2021, se hacía con la gestión del mítico “Zalacaín”, considerado como uno de los “templos” gastronómicos de la capital.

Apasionado del deporte y firme defensor de la Dieta Mediterránea, Urrechu detalla que muchos consumidores no demandan algunos tipos de carnes al no estar familiarizados con estos cortes o porque no saben cómo cocinarlas, por lo que anima a “preguntar a los carniceros porque estos profesionales son auténticos asesores gastronómicos” que pueden ayudar a descubrir toda la versatilidad que ofrece el Vacuno de Carne europeo. El chef de origen vasco también es un abanderado de la cocina de aprovechamiento, consciente de que el desperdicio es un problema de grandes magnitudes en las sociedades modernas que debe ser erradicado.

Recuerda por ejemplo que, al elaborar un solomillo, es habitual que queden recortes en crudo y también que sobre algo de producto cocinado: “Qué hago yo en mi casa? Pues, cojo ambos y los pico. La carne fresca la rehogo con cebolla, zanahoria, un poco de ajo bailando en el aceite de oliva virgen extra, y cayena; luego añado el sobrante que tenía ya cocinado y picado y lo mezclo todo junto con especias, romero, tomillo, pimienta... Lo pongo en la base de la bandeja; encima coloco un puré de patatas maravilloso y lo meto a gratinar. ¡Nos sale un pastel de carne fantástico! Es un plato muy palaciego y regio. Digno de cualquier restaurante de lujo, pero al mismo tiempo muy asequible, aprovechando hasta el último gramo de la materia prima”.

Las posibilidades son amplísimas, con mil y una recetas posibles, cuando se aproximan fechas para compartir en torno a una buena mesa: *Canelones rellenos de ternera; fricandó; lomo a la sal; tataki de lomo bajo; láminas de solomillo y suero de cebolletas; aliño de lomo; embutido de lengua con mostaza y alcaparras; solomillo de buey adobado con consomé de rabo de vaca y encurtidos; carrillera de ternera estofada con vino tinto y champiñones* o el muy navideño “solomillo Wellington”.



Ganadería, eje de desarrollo rural

A sus 51 años, el chef recuerda la vinculación entre gastronomía y productores rurales que permiten obtener alimentos “top” utilizando métodos de elaboración cada vez más respetuosos y comprometidos con el Planeta. Urrechu es buen conocedor del papel que desempeñan los ganaderos como **vertebradores del territorio rural, especialmente en las áreas de montaña** sin grandes alternativas económicas. Desde su infancia, ha aprendido a valorar el trabajo en el campo y los ingredientes de excelencia elaborados en pueblos como **San Vicente de Arana** (Álava).

“Yo jugaba de niño paseando a los cerditos, llevando las vacas al abrevadero, ordeñando, cogiendo trigo o quitando malas hierbas a las patatas. Esos eran mis pasatiempos en esta preciosa localidad de apenas cien habitantes, todos agricultores y ganaderos” -recuerda el chef- y, por tanto, “¿Cómo no voy a tener respeto por los productos del campo, que he recogido junto a mis tíos en mi infancia, y especialmente por el ganado? ¡Los bueyes eran los mejores amigos de la casa porque ayudaban a las labores y permitían sacar el sustento diario de la familia! Recuerdo con nostalgia como disfrutaba junto a las vacas, alimentándolas o acompañándolas a pastar al monte”.

Según reconoce, “no podría imaginarme el futuro de la mayoría de estos pueblos rurales sin la ganadería, sin vacas, sin leche o sin la carne que proveen”. “Poco se habla de la labor que desempeña la ganadería para **prevenir los incendios** en los bosques, al alimentarse de material vegetal todo el año que, de otra forma, podría arder fácilmente con cualquier chispa durante el verano. El ganado ejerce de cortafuegos natural y frena la expansión del fuego. Por tanto, sin ganado no entendería ningún entorno y, por supuesto, tampoco el rural”, esgrime **Urrechu**.

Para el chef, el consumidor es cada vez más consciente “de lo que hay detrás del modelo de producción europeo” y recuerda la importancia de la hoja de ruta impulsada por la UE y sus agricultores y ganaderos hacia la **calidad, la seguridad alimentaria, la reducción de emisiones y el bienestar animal** porque, según destaca, “una persona es tres cosas: lo que come, lo que piensa y cómo actúa. Hay mucha preocupación por lo que comemos. Y el **modelo europeo** da una enorme tranquilidad, aunque a veces esto implique que se encarece un poco más el producto respecto a otros importados”, remarca.

A juicio de **Urrechu**, “tipo de raza, de alimentación y el buen trato al ganado (bienestar animal) son tres vectores imprescindibles para garantizar la calidad de la carne”. “Europa tiene más que de sobra las tres pautas”, explica. Con estos atributos -concluye el chef- “la Carne de Vacuno no puede entenderse sin el territorio, la cultura y las tradiciones. Actualmente, es indispensable en mi cocina”.

Sobre Provacuno

La **Organización Interprofesional Agroalimentaria de la Carne de Vacuno** es una entidad de carácter privado, sin ánimo de lucro y de ámbito nacional, integrada por las principales organizaciones del sector productor y del sector de la transformación/comercialización para la defensa de los intereses del sector de carne de vacuno, lugar de encuentro y foro de debate para la mejora de la situación de la cadena alimentaria sectorial. Entre sus actividades, PROVACUNO está inmersa actualmente en el desarrollo de la campaña de información “**Hazte Vaquero**”, junto a su homóloga APAQ-VLAAM de Bélgica, de tres años de duración (2020-2023), para reforzar la competitividad del sector europeo, con acciones informativas en Alemania, Bélgica, Portugal y Francia, además de en España.

Las “Pautas Dietéticas Basadas en Alimentos en Europa” (FBDG, por las siglas en inglés (“**Food-Based Dietary Guidelines in Europe**”), establecidas por cada Estado Miembro de la Unión Europea, aportan recomendaciones de consumo saludables, basadas en la ciencia, para cada grupo de alimentos, entre ellos, la Carne de Vacuno. En ellas, se establece la recomendación de consumo adecuada para cada Estado de la Unión Europea, teniendo en cuenta, además, que éstas sean culturalmente aceptables y prácticas a la hora implementarse. Para conocer en detalle las recomendaciones de consumo cuantitativas, cualitativas, y el tamaño de porción recomendado, en cada País de la Unión Europea, entra en: <https://ec.europa.eu/jrc/en/health-knowledge-gateway/promotion-prevention/nutrition/food-based-dietary-guidelines>