

El patrón del salmorejo

El salmorejo es un plato bajo en calorías que no contiene colesterol, si no se añaden guarniciones animales como el jamón. Investigadores de la Universidad de Córdoba han estandarizado la crema en busca de su reconocimiento a través de alguna marca de calidad. Los autores han analizado además el valor nutricional de la receta estándar de este popular plato cordobés.

UCO

27/6/2016 10:51 CEST



El estudio tenía como objetivo homogeneizar la crema para su reconocimiento a través de alguna marca de calidad / Wikipedia

Desde hace diez años, un grupo de investigación de la Universidad de Córdoba (UCO) trata de tipificar el salmorejo con el fin de obtener una versión homogénea y lograr, de este modo, un reconocimiento en forma de alguna marca de calidad. En ese camino, los científicos acaban de identificar las proporciones reales de lo servido en los establecimientos hosteleros y su valor nutricional.

Con la idea de homogeneizar la crema, investigadores del Departamento de Bromatología y Tecnología de los Alimentos de la UCO iniciaron en 2007 una línea de investigación. Esta línea ha permitido que asociaciones como la

Cofradía Gastronómica del Salmorejo Cordobés difundan una receta básica: un kilo de tomates, doscientos gramos de pan de telera, cien gramos de aceite de oliva virgen extra, un diente de ajo de Montalbán (cinco gramos) y diez gramos de sal.

A partir de una encuesta masiva, se han podido identificar las proporciones del salmorejo tipo que se sirve los establecimientos hosteleros de la ciudad

A partir de una encuesta masiva, se han podido identificar las proporciones del salmorejo tipo que se sirve los establecimientos hosteleros de la ciudad. El sondeo partió de los 1.441 locales de restauración (restaurantes, bares, tabernas y cafeterías) censados en la ciudad de Córdoba. Se seleccionaron 907 establecimientos del núcleo urbano y se descartaron los de las zonas industriales y barriadas periféricas.

Los entrevistadores visitaron 754 locales, de los que obtuvieron 323 respuestas válidas. “Las encuestas realizadas sobre el salmorejo suponen más del 22% del censo, una cantidad suficientemente representativa de los usos y costumbres sobre este plato en los establecimientos de la ciudad”, afirma Rafael Moreno, investigador principal.

Las proporciones

Las respuestas concordaban con la receta básica propuesta por la cofradía. En los establecimientos cordobeses se sirve un salmorejo que, de media, lleva un kilo de tomate tipo pera (66%), generalmente sin pelar (44%), 108 gramos (117 mililitros) de aceite de oliva virgen extra (en un 61% de los casos), 197 gramos de pan de telera (46% de las respuestas) no del día, ni humedecido previamente, 5,8 gramos de ajo de Montalbán (44%), y nueve gramos de sal (gruesa). También lograron otros datos interesantes en torno al plato. Como guarnición, se sirve mayoritariamente con jamón (79%) y huevo duro (66%). Es también habitual incorporar un chorro de aceite (28% de las respuestas).

Aunque el salmorejo, al servirse fresco, se asocia con el verano, carece de estacionalidad en cuanto a la oferta hostelera. El 78% de los establecimientos lo presenta en su carta todo el año. Además, es ampliamente demandado por la clientela. El 50% de los hosteleros lo situaba entre los tres platos más requeridos en las comandas. El precio por ración se situaba, en el momento de realización de la encuesta, en una media de 5,43 euros, en una mediana de 5,50 euros y, como precio más frecuente, de seis euros. Los resultados han sido recientemente publicados en *Nutrición Hospitalaria*.

Es una fuente muy interesante de vitaminas hidrosolubles y liposolubles y tiene una proporción muy elevada de ácidos grasos monoinsaturados

En el artículo científico, los autores analizan también la valoración nutricional de la receta estándar. El salmorejo, concluyen, es un plato bajo en calorías que no contiene colesterol (si no se añaden guarniciones animales como el jamón), es una fuente muy interesante de vitaminas hidrosolubles y liposolubles y tiene una proporción muy elevada de ácidos grasos monoinsaturados.

¿Y en los hogares?

Una vez conocida qué receta es la más común en los establecimientos cordobeses, el equipo científico quiere ampliar el radio de conocimiento a los hogares. Para ello, han iniciado una serie de encuestas a pie de calle y por medio de los medios sociales más populares (Facebook y Twitter) para conocer el recetario doméstico. "Hemos encontrado una diversidad muy grande en las respuestas", avanza Moreno, "con la incorporación al plato de ingredientes como la remolacha, el melocotón, el pepino, la cebolla, el pimiento o el huevo crudo".

Además, en los domicilios aparece en mayor medida un ingrediente que es usado en menos proporción en las tabernas: el vinagre. Entre un 15 y un 20% de las recetas caseras incorpora este líquido conservante. "Ahora tratamos de conocer por qué existe esta variabilidad en los hogares", establece el

catedrático de Nutrición y Bromatología.

Referencia bibliográfica:

Rafael Moreno Rojas, Alicia Moreno Ortega, Luis M. Medina Canalejo, Montserrat Vioque Amor y Fernando Cámara Martos. 'Bases para la estandarización y valoración nutricional del salmorejo cordobés: estudio sobre el salmorejo en los establecimientos de restauración de Córdoba'. *Nutr Hosp.* 2016; 33(1):111-117 ISSN 0212-1611 - CODEN NUH0EQ S.V.R. 318.

Derechos: **Creative Commons**

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)