



Los ganaderos adscritos a la Indicación Geográfica Protegida (IGP) 'Ternera Asturiana' crían a sus animales en el amamantamiento natural, el pastoreo y el cebo con alimentos naturales.

Fotos: © Consejería de Medio Rural y Pesca, Principado de Asturias

## Asturias: Placeres del paraíso

Ternera, quesos, caldos, chosco, escanda, fabas o sidra son algunos de los productos agroalimentarios del Principado de Asturias que cuentan con un sello de protección europeo que garantiza su altísima calidad y permiten que sean reconocidos dentro y fuera de nuestras fronteras.

La gastronomía asturiana tiene mucho y muy bueno que ofrecer. Desde hace unos años, el Gobierno del Principado de Asturias ha apostado por poner en valor los recursos agroalimentarios de esta tierra buscando para ellos figuras de protección europeas tales como las Denominaciones de Origen Protegidas e Indicaciones Geográficas Protegidas que ayuden al consumidor a identificarlos como productos de calidad diferenciada, con características singulares y obtenidos mediante sistemas de producción medioambientalmente sostenibles. El Principado de Asturias es un escenario ideal para esta forma de producción que tiene como principal objetivo ofrecer productos sanos y de calidad cuya elaboración sea respetuosa con el medio ambiente.

### Productos ecológicos

La producción ecológica combina las mejores prácticas ambientales, un elevado nivel de biodiversidad, la preservación de recursos naturales y la aplicación de normas exigentes sobre bienestar animal para satisfacer las preferencias de los consumidores, respetando el medio ambiente y sin utilizar productos químicos de síntesis (abonos quími-

cos, pesticidas, hormonas, antibióticos, etc.) ni organismos modificados genéticamente.

### Ternera asturiana

Los montes y valles del Principado de Asturias configuran el entorno ideal para la cría de las razas autóctonas Asturiana de los Valles ("roxa") y Asturiana de las Montañas ("casina"). En ambos casos se trata de ejemplares de gran calidad cárnica, con las cualidades y texturas que exige el consumidor contemporáneo. Es una carne sana porque tiene niveles bajos de colesterol y ácido úrico, rica en proteínas y baja en grasas, además es sabrosa y muy jugosa. También es una rica fuente de hierro, cobre, fósforo, potasio, sodio y magnesio. Su excelente genética se completa con una alimentación natural: leche materna y pastos. En este sentido, el amamantamiento es obligatorio, como mínimo, durante los cinco primeros meses de vida del animal.

### Asturias, tierra de quesos

Asturias es el país de los quesos. No es ningún secreto que el Principado constituye la mancha quesera más importante de Europa con 40 variedades. La calidad de este producto es uno de los ejem-





plos de cómo una circunstancia inicialmente negativa, la derivada del tradicional aislamiento de los distintos territorios que componen la realidad geográfica de la región, ha propiciado que en cada zona, casi en cada concejo de Asturias, se elaborara un producto concreto, distinto del ofrecido en otra zona vecina, con características específicas y propias que lo hacían único e irrepetible y convierten Asturias en tierra quesera por excelencia.

**La Faba, el ingrediente estrella**  
La faba es ingrediente fundamental en el recetario asturiano y es el

alimento más internacionalmente conocido de los producidos en el Principado de Asturias. El prestigio de la alubia asturiana queda reflejado en el éxito de su plato estrella: la fabada. Pero la faba permite un sinfín de recetas, desde las fabes con almejas a las que se elaboran con jabalí, centollo o gallina.

**La Escanda, cereal recuperado**  
La escanda es un cereal de invierno que se ha cultivado en el Principado de Asturias desde época de los astures y que, tras casi desaparecer a finales del siglo pasado, hoy vuelve a servir de base a los

**El tradicional aislamiento de los territorios asturianos, ha propiciado que en cada zona, casi en cada concejo se elaborara un tipo de queso, distinto del ofrecido en otra zona vecina, con características específicas y propias que lo hacían único e irrepetible. En la foto, el preciado queso Gamonéu.**



**Asturias es el escenario ideal para el desarrollo de la agricultura y la ganadería ecológica, una forma de producción que tiene como principal objetivo ofrecer productos sanos y de calidad cuya elaboración sea respetuosa con el medio ambiente. Arriba, muestra de productos ecológicos. Abajo, cueva de queso de Cabrales y viñas en Cangas.**

mejores panes y tortas de la comunidad. Se trata del grano maduro, la harina y el pan elaborado procedente de la molturación de un cereal de invierno de la familia del trigo, propio de zonas frías y lluviosas, de paja dura y corta, cuyo grano, a diferencia del trigo común, se encuentra envuelto en una vaina, que no se desprende del mismo sin ayuda de molinos especiales. La harina de escanda es más fina que la del trigo, de tono blanquecino y poco densa, aunque el color puede tornarse más oscuro conforme aumenta el contenido en salvado.

**La Sidra, seña de identidad**  
Es de sobra conocido que la sidra en Asturias trasciende su condición de bebida para convertirse en seña de identidad de todo el pueblo asturiano y aunque toda la sidra que se produce en el Principado es excepcional, nuestra marca de calidad es la sidra de denominación de origen. Este producto puede encontrarse en el mercado en tres modalidades: sidra natural de escanciar, sidra natural de nueva expresión y sidra espumosa.

**Los caldos de Cangas**  
El Valle del Narcea atesora desde





tiempos inmemoriales las cepas que hoy vuelven a dar vida al vino de Cangas; un caldo joven, de baja graduación y ligero. Los viticultores elaboran hoy sus vinos de acuerdo con prácticas tradicionales y, aplicando procesos tecnológicos y enológicos modernos, orientados a la mejora del producto final. Para ello, las bodegas acogidas a la Indicación Geográfica han realizado un importante proceso de modernización en sus instalaciones que les permite ser competitivos.

**Producción Agraria Ecológica**

El Consejo de la Producción Agraria Ecológica (COPAE) engloba a todos los productores ecológicos. Apuesta por una agricultura y una ganadería consecuentes, que mantengan e incrementen la fertilidad de la tierra sin utilizar pesticidas ni abonos químicos, evitando así el deterioro del medio ambiente. Su principal objetivo es fomentar el conocimiento y el consumo de estos productos y para ello cuenta ya con 39 puntos de venta en

Asturias inscritos en sus registros, de los que 31 ya realizan la venta al corte de carne ecológica. Además la superficie inscrita se ha duplicado en dos años llegando a 14.019 hectáreas.

**Crecimiento acelerado**

De los 368 operadores inscritos 286 son productores, 47 son elaboradores y 35 son comercios minoristas. El crecimiento en los dos últimos años ha sido del 58% en productores y del 17% en elaboradores. En productores el crecimiento se debe al número de ganaderías de vacuno de carne, que representan el 57 % de los productores y han aumentado un 91% en los dos últimos años. De las 14.019 has inscritas, el 98 % corresponde a pastizales vinculados a las ganaderías ecológicas. El resto corresponde a frutales (0,9 %), cereales (0,3 %), hortícolas (0,1 %), frutos secos (0,1 %) y bosque y recolección silvestre (0,6 %). En mayo de 2010 solicitaron la inscripción en el COPAE 68 productores, el doble que en 2009.

**El Chosco de Tineo es un embutido emblemático de Asturias y protegido con Denominación de Origen. Más del 80 por ciento del contenido es cabecera de lomo y el resto lengua, sal, pimentón y ajo.**

**Más Información:**

[www.asturias.es/portal/site/infoAsturias](http://www.asturias.es/portal/site/infoAsturias)  
[www.asturias.es](http://www.asturias.es)  
[www.copaeastur.org](http://www.copaeastur.org)



**Queso Afuega'l Pitu**

Afuega'l pitu, significa en bable "ahogar el pollo", ya que antiguamente, para saber si el queso estaba en su punto, se le daba a un pollo para que lo probara, si a



éste le costaba tragárselo, entonces el queso estaba bien hecho. Se elabora con leche de vacas de raza Frisona y Asturiana de los

valles. Existen distintas variedades, según su composición y forma: troncónica cuando se utiliza el molde con forma de cono truncado o de calabaza cuando se emplea una gasa que se retuerce en sus cuatro extremos, quedando impresos en el queso los pliegues de la misma. Su sabor es ligeramente ácido, poco o nada salado, cremoso y bastante seco. En los quesos rojos se acentúa convirtiéndose en fuerte y picante.



[www.doafuegalpitu.com](http://www.doafuegalpitu.com)

**Queso Cabrales**

La zona de elaboración comprende el Concejo de Cabrales y algunos pueblos del Concejo de Peñamellera Alta, ambos en Asturias. La leche empleada para la elaboración del queso Cabrales, se obtiene exclusivamente de los rebaños de vacas, ovejas y cabras registrados en la Denominación de Origen protegida. Se trata de un queso graso, de corteza natural, elaborado de forma artesanal con leche de vaca, oveja y cabra, o con mezcla de dos o



tres de los tipos de leche señalados. Al término de su maduración, llevada a cabo en cuevas naturales situadas en la montaña, presenta forma cilíndrica, con caras sensiblemente planas. La corteza es blanda, delgada, untosa, gris con zonas amarillo-rojizas. La pasta tiene consistencia untosa, aunque con diferente grado de cohesión, según fermentación.



[www.fundacioncabrales.com](http://www.fundacioncabrales.com)



**Vino de Cangas**

La vendimia realizada manualmente y el transporte de la uva se realiza con el mayor esmero, procesándola en el menor tiempo posible, con el fin de obtener mostos y vinos de máxima calidad.

En la elaboración se mantienen las prácticas tradicionales, aplicando procesos tecnológicos y enológicos modernos.

Los caldos, calificados como Vino de la Tierra de Cangas, presentan las cualidades organolépticas propias de los vinos tradicionales de la zona, en cuanto a color, aroma y sabor, con aspecto limpio, brillante y adecuado equilibrio alcohol/acidez. El grado alcohólico mínimo será de 10 % volumen en los tintos y de 9,5 % en los blancos, y la acidez (gramos/litro de ácido tartárico,) estará entre 5 y 8, 5 en los tintos y 5 y 10 en los blancos.



[www.vinotierracangas.com](http://www.vinotierracangas.com)

**Queso Casín**

El Queso Casín, uno de los más antiguos de España, consiguió la Denominación de Origen Protegida en el año 2006.

Se elabora a partir de leche de vaca o con mezcla de ésta con leche de oveja y cabra, utilizando una peculiar técnica de amasado de la cuajada: se amasa varias veces y siempre una sola vez por semana, coincidiendo la últi-



ma con luna menguante. De aroma potente y punzante, su sabor es fuerte, persistente, picante y ligeramente amargo al final de la boca. Su forma es cilíndrica-discooidal irregular, tiene color amarillo cremoso oscuro, casi pardo, con unas tonalidades blanquecinas y se presenta con una o las dos caras grabadas con distintos motivos ornamentales o el nombre del elaborador.



Info Tel.: +34 985 608 068



**COPAE**

El Consejo de Producción Agraria Ecológica del Principado de Asturias (COPAE), constituido en el año 1996, es el organismo encargado de controlar y certificar este tipo de producción en Asturias. La agricultura ecológica es un sistema de producción y elaboración de productos agroalimentarios cuyo objetivo es la obtención de alimentos de la máxima calidad nutritiva y



organoléptica, respetando el medio ambiente y sin utilizar productos químicos de síntesis (abonos químicos, pesticidas, hormonas, antibióticos, etc.) ni organismos modificados genéticamente. Así se mantiene la fertilidad de la tierra y el bienestar de los animales, evitando la aparición de residuos en los alimentos y la contaminación al medio ambiente.



[www.copaeastur.org](http://www.copaeastur.org)



**Chosco de Tineo**

El Chosco de Tineo es un embutido curado y ahumado en ciego de cerdo. Los ingredientes que se emplean en su elaboración son 80% como mínimo de cabecera de lomo y 15% mínimo de

lengua, sal, pimentón y ajo. La tripa que se utiliza como cobertura del chosco es el ciego del cerdo, de ahí su forma redondeada e irregular. Su color característico es el rojizo, más o menos intenso según la carne utilizada y la concentración del pimentón. Su sabor es agri dulce con ahumado suave. Además de Tineo, la denominación de origen comprende los concejos de Allande, Belmonte de Miranda, Cangas del Narcea, Salas, Somiedo, Valdés y Villayón.



Info Tel: +34 985 800 174  
Fax: +34 985 800 674

**Faba asturiana**

El Consejo Regulador de la D.E. Faba Asturiana, ejerce las labores de control y certificación de este producto desde 1990. Se trata de una judía seca de la variedad Granja Asturiana, que presenta las siguientes características: tallo de porte indeterminado y entrenudos largos; vaina de color verde, lisa y de perfil alargado; grano oblongo largo y aplanado, de fondo



blanco con una longitud mínima de 18 milímetros. Su grano, una vez cocinado, se presenta entero, con piel lisa, albumen blando, mantecoso al paladar y poco o nada granuloso y harinoso.

El cultivo y recolección se hace con esmero, y se oferta al consumidor en saquitos, con embutidos o en platos cocinados listos para su degustación.



[www.faba-asturiana.org](http://www.faba-asturiana.org)



**Queso Gamonéu**

Se elabora en los concejos de Cangas de Onís y Onís con la leche procedente de los rebaños de vacas, ovejas y cabras que pastan en estos municipios y que se manejan de acuerdo con las prácticas tradicionales de la zona. Su color es blanco amarillento con afloraciones verde azuladas en el borde. En su corteza presenta un color

característico, siena tostado, por efecto del ahumado. Su aroma es limpio y penetrante con suaves toques de humo. Su sabor tiene un punto ligeramente picante, mantecoso y con un regusto persistente a avellana. Cuenta con dos variedades tradicionales: Gamoneu del Puerto, que se elabora estacionalmente -de junio a septiembre- en cabañas de Los Picos de Europa y Gamoneu del Valle que se elabora en las zonas bajas de estos dos concejos y se produce todo el año.



[www.quesogamonedo.com](http://www.quesogamonedo.com)

**Sidra de Asturias**

Se elabora a partir de variedades de manzana de sidra tradicionalmente cultivadas en la zona de producción amparada, que comprende los 78 municipios del Principado de Asturias, y se obtiene de la fermentación alcohólica total o parcial de la manzana fresca o su mosto. Este producto puede encontrarse en el mercado en tres moda-



lidades: sidra natural, sidra natural escanciada y sidra espumosa. Todas ellas se caracterizan por una baja graduación alcohólica, entre 4° y 6°. De aroma y sabor francos, limpios y equilibrados. Su aspecto es brillante y transparente.



[www.sidradeasturias.es/](http://www.sidradeasturias.es/)  
[www.museodelasidra.com](http://www.museodelasidra.com)

**Ternera Asturiana**

La carne etiquetada por la IGP "Ternera Asturiana" procede de animales de las dos razas autóctonas del Principado de Asturias, Asturiana de los Valles ("roxa") y Asturiana de las Montañas ("casina"), que están adaptadas a este territorio desde tiempos inmemoriales, contribu-



yendo a la creación del paisaje y formando parte de su cultura. Los ganaderos crían a sus animales como siempre se hizo, siguiendo un sistema de manejo tradicional, basado en el amamantamiento natural de los terneros, el pastoreo y el cebo con alimentos naturales.



[www.terneraasturiana.org/](http://www.terneraasturiana.org/)

**Queso de Beyos**

Bajo la Indicación Geográfica Protegida "Los Beyos", quedan amparados los quesos elaborados con leche de vaca, de oveja o de cabra; cada uno de ellos con sus propios matices, pero idénticos en su proceso de elaboración.



La zona de elaboración coincide con la cuenca alta del río Sella, que discurre, en este tramo, a través del desfiladero de Los Beyos, del que toma su nombre

el queso. Se trata de un queso madurado, de coagulación predominantemente láctica, de pequeño tamaño, cilíndrico, de diámetro ligeramente superior a la altura, con un peso entre 250 y 500 gramos; de corteza fina y rugosa; de pasta semidura a dura, cerrada y desmenuzable al corte; de textura firme y friable, poco o nada elástica; con aroma y sabor característicos, agradables y equilibrados, dentro de la familia láctica, que recuerdan a la leche de la que proceden.



**Escanda de Asturias**

La escanda, amparada, es un cereal del género Triticum, formado por granos alargados de gran tamaño, envueltos en una vaina

(gluma) que no se desprende después de la trilla sin

la ayuda de molinos especiales, lo que le proporciona una ventaja en el momento de la germinación y una protección contra los patógenos transmitidos por el suelo. La harina obtenida de este cereal, es fina, esponjosa de tono grisáceo y poco denso, tornándose más oscura al aumentar el porcentaje de salvado. El pan, se caracteriza por su corteza lisa, blanda y fina, de color entre anaranjado y tostado. Su sabor y aroma: peculiar, con un ligero toque a nuez.

