

Jamón: cómo elegirlo y acertar

Fuente: <https://www.ocu.org>

El jamón es una de las joyas de la gastronomía española. Pero hay muchos tipos de jamón, según la raza de los cerdos, la alimentación o el tiempo de curación. No es ibérico todo lo que reluce, pero tampoco es imprescindible que sea un jabugo de bellota para que un jamón sea de calidad. Te ayudamos a no perderte... y te damos las claves para que no te confundan.



Ibéricos: por su precinto los conocerás

El cerdo ibérico es una **raza autóctona de la Península Ibérica**, de menor tamaño que el cerdo blanco. La piel y las pezuñas suelen ser oscuras, **de ahí el apelativo de pata negra**, aunque también hay cerdos ibéricos rojizos, con manchas y pezuñas blancas.

Ibérico de bellota: el top

Dentro de los jamones ibéricos, los más cotizados hay diferencias, básicamente determinadas por el tipo de alimentación al que se somete a los cerdos. Los animales que se alimentan única y exclusivamente de bellotas en dehesas son los más valorados: las propiedades de su grasa, cardiosaludable, su exquisito sabor, su textura... convierten al **jamón ibérico de bellota en una joya gastronómica**. Si el sabor es tu prioridad, es la mejor opción, el jamón más exquisito y saludable... y también el más caro.

Si se escapa a tu presupuesto, puedes elegir otro tipo de ibérico, de calidad. O incluso una **paletilla ibérica**, parecidas en cuanto al sabor, pero la loncha es más estrecha. Eso sí, sólo nos saldrán rentables si aprovechamos las piezas enteras, incluyendo el tocino.

Que no te confundan

La norma para el jamón ibérico prohíbe el uso de imágenes o logotipos o cualquier alusión a las bellotas o dehesas en producto que no sean de bellota o se hayan producido en dehesas. Y además, desde 2014 cambió también la denominación de ibérico: en vez de "ibérico puro" ahora se habla de jamón **ibérico 100%, 75% o 50%**, según el animal sea o no un pura sangre ibérico. En cualquier caso, esta mención deberá estar en el mismo campo visual y a un tamaño de letra similar a la denominación principal.

Distínguelo mirando el precinto

Además, para asegurar la veracidad de esta denominación, los jamones llevarán, además de la etiqueta, un **precinto con un color característico**, que se colocará en cada jamón y paleta, en el matadero:

- **Negro**, para los bellota 100% ibéricos.
- **Rojo**, para los bellota ibéricos.
- **Verde**, para los de cebo de campo ibéricos.
- **Blanco**, para los de cebo ibéricos.

En relación con los productos, se exige un peso mínimo de las piezas elaboradas a la salida de la industria. Esos **mínimos** deberán ser de **5,75 kilos** en las piezas de jamón 100% ibérico bellota y 7 kilos en el resto de ibéricos. Para las paletas, el peso mínimo es de **3,7 kilos** si se trata de 100% ibérico bellota y 4 kilos para el resto.

Además, debe respetarse una **curación mínimas de 600 días en jamones** y 365 en paletas.

Elige tu ibérico... sin que te confundan

- Comprueba que en la pieza entera aparece integro el **precinto** y que el color corresponde con la categoría anunciada en la etiqueta.
- Asegúrate de que se indica correctamente la forma de alimentación de cebo, cebo en campo o de bellota. Recebo es una mención antigua no autorizada en la actualidad.
- Verifica el % de ibérico puede ser 50% 75% o 100% si es ibérico puro, como se llamaba antes. Es obligatorio indicarlo: si la pieza o los lonchados no indican el porcentaje, desconfía.