



Patés de pato

Los caros no son mejores

Son muy nutritivos pero resultan poco saludables, por su grasa saturada y colesterol y su gran aporte calórico

Se han analizado ocho patés de pato, cuyos precios difieren mucho: entre 1.300 pesetas el kilo (Casa Tarradellas) y 4.400 pesetas el kilo (Goiburu). Son productos bien distintos: Casa Tarradellas, Capdevilla y La Piara se denominan *Paté de hígado de pato*, y Delicass, Eskuola, Martiko, Goiburu, y Jean Brunet dicen ser *Paté de pato* o *Paté de canard*.

Estamos ante un producto muy heterogéneo, tanto en su composición como en su presentación (distintos grados de picado y distribución de la grasa...) y envasado, para el que lamentablemente no existe una legislación específica que regule el tipo y

proporción de los ingredientes que se puede añadir, ni el proceso de elaboración, más allá de unas líneas generales.

Sólo cinco de los ocho incorporan hígado de pato, en proporciones que oscilan entre el 15% y el 33%. Y cuatro incluyen carne de pato en proporciones desde el 22% hasta el 80%. En Capdevilla, La Piara y Jean Brunet, el pato no es el ingrediente más importante. Y sólo Martiko y Goiburu utilizan pato como único ingrediente cárnico; los otros seis recurren a ave y porcino.

Son un alimento muy nutritivo, pero sus abundantes grasas saturadas y colesterol y su elevado aporte energéti-

co (unas 400 calorías cada cien gramos) sugieren que su consumo debe ser moderado, tanto en cantidad como en frecuencia de la ingesta.

El análisis detectó en tres muestras pequeñas cantidades de aditivos no señalados en el etiquetado. En Casa Tarradellas y Goiburu se trataba de nitratos y en Delicass de ácido benzoico, si bien en el caso de Delicass este aditivo proviene de un ingrediente y no de una adición directa.

El etiquetado de Martiko es incorrecto porque no señala la proporción de pato en el producto. Otra irregularidad: Capdevilla presentó un estado higiénico-sanitario insatisfactorio, por sus altos recuentos de microorganismos aerobios y enterobacterias. No hay límites microbiológicos normativizados para este producto, pero en esta muestra quedó patente una higiene deficiente en la elaboración del producto.

En la cata, los resultados fueron buenos. Casa Tarradellas, Delicass y Capdevilla lograron 7 ó más puntos y la peor valoración global correspondió a Martiko, con unos aceptables 5,6 puntos. Se constata que el precio tiene poco o nada que ver con las características organolépticas de estos patés: el más caro, Goiburu (sale a casi 4.400 pesetas el

kilo) obtuvo sólo 6,2 puntos y dos de los tres mejores (7 ó más puntos) costaban menos de 2.000 pesetas el kilo.

La mejor relación calidad-precio es Delicass (2.500 pesetas el kilo, poca grasa aunque bastante saturada, nivel medio de proteína y uno de los mejores en la cata). Casa Tarradellas (1.320 pesetas el kilo, el más barato y el mejor en la cata) también es, a pesar de su moderado aporte proteico, una opción interesante.

Mucha grasa. En la composición nutricional de estos patés destacan las grasas, que suponen de media el 31% del producto. La Piara fue la muestra más grasa (45%), y Goiburu la más magra (22% de grasa). Es una grasa

La mayoría tienen menos pato del que cabe esperar en un paté de pato



con una importante presencia de ácidos grasos saturados (34% de media), los menos saludables para nuestro organismo. Los patés con menos grasas saturadas fueron Martiko y Goiburu, con cerca del 30% de saturados. Y el de más grasas saturadas es Capdevilla, con un 43%. Delicass, con el 36% de su grasa compuesta por saturados, y Jean Brunet, con el 35%, superan también la media.

El contenido en proteína de estos patés, un buen criterio de calidad nutricional, es del 11% de media, elevado pero muy inferior al de la carne (un filete de cerdo o ternera tiene en torno a un 20% de proteína) y muy distinto entre unos y otros patés. El menos proteico es La Piara (sólo el 6% de este nutriente), seguido de Martiko (7%) y Tarradellas (9%). El más proteico es Goiburu (17%), mientras que Capdevilla, Eskuola y Jean Brunet tienen el 12%-13%.

Por otro lado, los patés tienen mucho colesterol (225 mg/100 g), muy por encima de la mayoría de las carnes (pollo 110 mg; cordero 78 mg; cerdo 72 mg; conejo 71 mg; vacuno 65 mg/100 g).

Los patés poseen asimismo bastante sodio (700 mg/100g), lo que se debe tener en cuenta en situaciones

MARCA	DELICASS	TARRADELLAS	CAPDEVILLA	ESKUOLA	MARTIKO	GOIBURU	LA PIARA	JEAN BRUNET
Denominación	Paté de canard	Paté de hígado de pato	Paté hígado de pato	Paté de canard	Paté de pato	Paté de canard Paté de pato	Paté hígado de pato de pato	Paté de pato
Etiquetado	Correcto	Correcto	Correcto	Correcto	Incorrecto	Correcto	Correcto	Correcto
Formato	Tarro cristal 100 gr	Tarro cristal 125 gr	Envase al vacío 75 gr	Lata 140 gr	Tarro cristal 190 gr	Tarro cristal 75 gr	Tarro cristal 100 gr	Tarro cristal 180 gr
Precio (pts/kg)	2.500	1.320	1.840	2.650	1.574	4.387	2.267	1.825
Grasa total (%)	25,7	35,5	31,0	25,1	33,9	22,2	45,6	32,4
Ácidos grasos saturados (%)	36,3	30,6	42,7	33,7	29,6	29,8	31,0	35,3
Ácidos grasos monoinsaturados (%)	50,8	56,0	42,9	53,3	61,6	61,2	51,7	50,6
Ácidos grasos poliinsaturados (%)	12,9	13,4	14,4	13,0	8,8	9,0	17,3	14,1
Humedad (%)	58,8	52,7	48,7	59,3	51,9	59,2	45,0	51,8
Proteína (%)	11,1	9,4	13,2	12,0	7,4	16,8	6,2	12,2
Cenizas (%)	1,73	2,33	3,18	2,38	1,6	1,79	2,38	2,3
Nitratos (ppm)	59	24	-	-	97	11	10	-
Nitritos (ppm)	-	-	26	-	-	-	-	-
Ácido Benzoico (ppm)	92	-	-	-	-	-	-	-
Especies cárnicas	Aves-Porcino	Aves-Porcino	Aves-Porcino	Aves-Porcino	Aves	Aves	Aves-Porcino	Aves-Porcino
Estado microbiológico	Satisfactorio	Satisfactorio	Insatisfactorio (1)	Satisfactorio	Satisfactorio	Satisfactorio	Satisfactorio	Satisfactorio
Cata (1 a 9)	7,0	7,1	7,0	6,1	5,6	6,2	6,8	6,8

(1) Aunque no hay límites microbiológicos normativizados para el paté, Capdevilla presentó recuentos excesivamente elevados de aerobios (>3.0 106 ufc/g) y enterobacterias (3.2 103 ufc/g).

Los aditivos. Exceptuando Eskuola y Jean Brunet, se encontraron nitratos y/o nitritos en todas las muestras en cantidades desde los 97 ppm (Martiko), hasta 10-11 ppm (La Piara, Goiburu). Tarradellas y Goiburu no indican este conservante, si bien las cantidades en ellos encontradas son muy bajas. En ninguna muestra se encontró ácido sórbico (aunque este conservante figura en el etiquetado de La Piara), pero se halló una pequeña cantidad de ácido benzoico (92 ppm) en Delicass, que no figura en su etiqueta pero procede de uno de sus ingredientes (concretamente, el huevo) y no de una adición directa. En este caso, la legislación no exige que se declare. Por otra parte,

no se detectó proteína de soja en ninguna muestra.

En cuanto a los aditivos que indican las etiquetas, destaca La Piara (proteína vegetal, aroma, emulgente, antioxidante, conservadores, y estabilizador). Martiko y Capdevila también emplean varios de ellos. Tarradellas, Eskuola, Goiburu y Jean Brunet no declaran aditivos entre su lista de ingredientes, si bien CONSUMER encontró, como se ha dicho anteriormente, una pequeña cantidad de nitratos en Tarradellas y Goiburu. Delicass declara nitratos y nitritos, pero el análisis detectó ácido benzoico en pequeña proporción (92 ppm)

de restricción dietética de sal. En lo positivo, los patés son buena fuente de vitaminas A, B12, B2, y niacina, y de minerales como hierro, cinc y potasio.

El pato y el paté. El pato es un ave migratoria con capacidad de cebarse antes de emprender sus largos viajes, acumulando grasas principalmente en su hígado. Esta grasa le permite disponer de reservas de energía mientras recorre miles de kilómetros en un solo vuelo. Para la elaboración de patés y otros productos similares, los patos son criados en régimen de semi-libertad. Hasta los cuatro meses son alimentados con maíz, otros cereales, pienso, etc., antes de pasar al embuche, proceso en el que son cebados intensamente obligándoles a ingerir gran cantidad de cereales. De esta forma, se consigue aumentar el tamaño y el carácter graso del hígado.



UNO POR UNO, OCHO PATÉS DE

DELICASS	CASA TARRADELLAS	MARTIKO	LA PIARA	ESKUOLA
----------	------------------	---------	----------	---------



Paté de canard-paté de pato.

En tarro de cristal de 100 gramos, sale a 2.500 ptas el kilo. La mejor relación calidad-precio.

Con carne de pato (30%), hígado de ave, tocino y grasa de pato. Poca grasa (25,7%). Pequeña cantidad de un conservante (ácido benzoico) que no figura en la etiqueta; no hay incumplimiento de norma, porque proviene de uno de sus ingredientes y no de una adición directa.

Cata: 7 ptos, uno de los mejores. El mejor en apariencia y consistencia.



Paté de hígado de pato.

En tarro de cristal de 125 g, es el más barato: 1.320 ptas el kilo. Otra opción interesante.

Con hígado de pato (33%), hígado de pollo y grasa de pato, y algo de jamón de cerdo. Poca proteína (9,4%) y mucha grasa (35,5%). Pequeña cantidad (24 ppm) de nitratos, no declarada.

Cata: 7,1 ptos, uno de los mejores. Valoraciones favorables en olor, consistencia y sabor.



Paté de pato-paté de canard.

Tarro de cristal de 190 gramos, sale a 1.574 ptas el kilo.

Con hígado y grasa de pato. Es uno de los dos elaborados sólo con ave, sin porcino. Etiquetado incorrecto: no señala la obligatoria proporción de pato. El segundo con menos proteína (7,4%). El de más nitratos (97ppm), aunque en lo permitido. El de menos grasa saturada (29,6%).

En cata, sólo 5,6 ptos, debido a su olor, sabor y sabor residual.



Paté de hígado de pato.

Tarro de cristal de 75 gramos, sale a 2.267 ptas el kilo.

Elaborado con tocino, hígado de pato (18%), grasa de pato e hígado de cerdo. El de menos proteína (6,2%) y humedad (45%), y el de más grasa (45,6%). Con más aditivos (emulgente, antioxidante, conservadores, estabilizador) que los demás. El único que indica adición de proteína vegetal.

En cata, 6,8 ptos. Destacan positivamente su apariencia y olor.



Paté de canard.

Lata de 140 gramos, sale a 2.650 ptas el kilo.

Con carne de pato (42%), hígado de ave, magro y grasa de cerdo. Sin conservantes. Uno de los menos grasos (25%), y el de mayor humedad (59,3%). Buen nivel proteico (12%).

En cata, 6,1 ptos. Uno de los peores en apariencia y consistencia.





El paté es una pasta fina elaborada a base de *foie* o hígado, carne y grasa de pato, junto con otros ingredientes cárnicos, huevos y leche, además de las muchas posibilidades de condimentación (pimienta, armagnac, oporto, etc). La elaboración consiste en triturar todos los ingredientes y obtener una emulsión mediante la adición de agua hirviendo. Pueden presentarse tanto en conserva como en semi-conserva.

Dos de los tres patés que mejor quedaron en la cata son de los más baratos

Estado higiénico- sanitario. Excepto Capdevilla y Goiburu, los patés estudiados son conservas, productos esterilizados comercializados en latas o tarros de cristal con cierre al vacío que sólo necesitan refrigeración una vez abiertos. En estos seis patés, el estado microbiológico fue satisfactorio por encontrarse prácticamente estériles. Goiburu que se vende en tarro de cristal como semi-conserva que requiere refrigeración, mostró un estado microbiológico también correcto. Pero en Capdevilla (envase de plástico al vacío que exige refrigeración), los recuentos de aerobios y enterobacterias fueron demasiado elevados, lo que pone de manifiesto una manipulación higiénicamente deficiente, si bien su estado sanitario no supone riesgo importante para el consumidor. Hay que señalar, de todos modos, que los patés no están sujetos a límites microbiológicos específicos.

DE PATO

JEAN BRUNET

GOIBURU

CAPDEVILLA



Paté de pato

Tarro de cristal de 180 gramos, sale a 1.825 ptas el kilo.

Con carne de cerdo (37%), hígado de ave (36%) y pato (22%). Poco pato para tratarse de un paté de pato. Su picado más grueso le hace distinto. Buen nivel proteico (12%). Sin conservantes.

En cata, 6,8 pts. Bien en olor y sabor, no agradaron su apariencia (oscura) ni su consistencia.



Paté de pato

Tarro de cristal de 75 gramos, sale a 4.387 ptas el kilo, es el más caro.

Con carne de pato (80%) e hígado de pato (15%). Uno de los dos que no usan porcino. No declara aditivos, aunque contiene (muy pocos) nitratos. El de más proteína (17%), y menos grasa (22%). Poca grasa saturada (30%).

En cata, 6,2 pts, debido a su escaso sabor y consistencia pastosa y fibrosa, con hilos.



Paté de hígado de pato.

Envasado en plástico, al vacío, 75 gramos. Sale a 1.840 ptas el kilo.

Con carne de cerdo, hígado de pato (25%), tocino de cerdo e hígado de cerdo. El segundo con más proteína (13.2%). Más aditivos que la mayoría. El de más grasas saturadas (42.7%).

Estado microbiológico insatisfactorio, pero de no mucha relevancia para la salud del consumidor.

En cata, 7 pts. Aunque su apariencia no gustó, el resto estaba bien.

En Síntesis

- Se han analizado ocho patés de pato, con precios entre 1.300 y 4.400 pesetas el kilo.
- Son distintos en composición, presentación y envasado. Tres se denominan *Paté de hígado de pato*, y cinco Paté de pato o Paté de canard.
- Sólo cinco contienen hígado de pato, y cuatro carne de pato. En tres, el pato no es el ingrediente más importante. Y sólo Martiko y Goiburu usan pato como única carne; los otros seis tienen porcino.
- Son muy nutritivos, pero sus abundantes grasas saturadas y colesterol y su gran aporte energético hacen que su consumo deba ser moderado.
- Un paté presentó un estado microbiológico insatisfactorio.
- El precio tiene poco o nada que ver con la calidad gastronómica de estos patés: el más caro, Goiburu obtuvo sólo 6,2 puntos en la cata y dos de los tres mejores (7 ó más puntos) costaban la mitad que Goiburu.
- La mejor relación calidad-precio es Delicass (2.500 ptas el kilo, poca grasa aunque bastante saturada, nivel medio de proteína y uno de los mejores en la cata).

