

a



Calidad inferior a la que establece la norma

Las ocho muestras superan los defectos admitidos para la categoría comercial que declaran, pero los consumidores apenas apreciaron esos defectos en la cata

SE HAN ANALIZADO ocho muestras de aceitunas rellenas de anchoa que pertenecen a las tres categorías comerciales existentes en este producto y que salían desde los 2,54 euros el kilo de Como hasta los 5,27 euros el kilo de El Torreón. El relleno de anchoa supone de media un 6% del producto y el tamaño de las aceitunas (también influye el peso del propio relleno, distinto en cada muestra) varía desde las 234 unidades por kilo hasta las 318 unidades por kilo.

En la elaboración de este producto se utilizan aceitunas, agua, sal, masa de relleno de anchoas (anchoas trituradas con estabilizante –alginato sódico o E-401– para evitar su disgregación), ácido láctico o E-270, ácido cítrico o E-330, ácido ascórbico o E-300 y otros aditivos autorizados, como glutamato monosódico o E-621, un saborizante.

Su nutriente mayoritario es la grasa (16%), pero esta grasa puede considerarse saludable porque lo es su relación entre gra-

sa insaturada y saturada. Apenas tienen proteínas (en torno al 1%), tampoco abundan los hidratos de carbono (cerca del 3%) y su aporte calórico no es excesivo: unas 160 calorías cada cien gramos. Pero tienen mucha sal, el 3% del producto: quien consume cien gramos (unas 27 unidades) de aceitunas con anchoa, ha ingerido ya la mitad de la cantidad máxima diaria de sal recomendada.

Por su abundante grasa insaturada (la más saludable), su consumo puede ser interesante en situaciones de exceso de colesterol y de triglicéridos en sangre. Sin embargo, su riqueza en sodio (sal) desaconseja que las consuman quienes padecen hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca o retención de líquidos. Las personas alérgicas al pescado, por la presencia de anchoa, también deben evitarlas. Y en caso de exceso de peso, se aconseja tomarlas sólo ocasionalmente, debido a su considerable aporte energético.

Dos problemas

El estudio ha identificado dos irregularidades. En principio, la más relevante es que la categoría real de las ocho muestras (que iba desde la máxima, Extra, hasta Segunda, la peor) es, en todas, inferior a la anunciada en su etiqueta al no ajustarse a las tolerancias de defectos (se han detectado defectos de textura, de epidermis, frutos rotos y frutos vacíos con relleno incompleto) fijadas por la norma para cada categoría.

Tres de las cinco muestras que indican Extra no son siquiera Segunda, una es Primera y otra Segunda; de las dos que se dicen Primera, una es Segunda y la otra no llega a Segunda. Y la última, que dice ser Estándar (equivale a Segunda), tampoco llega a Segunda. Pero hay un matiz importante: las exigencias (porcentaje de defectos admitidos) que establece la norma para cada categoría comercial de aceitunas son tan estrictas que, al parecer, resultan casi imposibles de cumplir para el sector

aceitunero. De todos modos, difícilmente puede explicarse que Ybarra, La Española y Carbonell (que se declaran Extra), debido a los defectos de calidad que acumulan, no sean siquiera Segunda. Conclusión: o la norma está muy alejada de la realidad del producto y exige lo que no puede conseguirse con los actuales sistemas de producción, o los procesos de elaboración de las aceitunas rellenas no son tan eficaces como debieran.

La otra irregularidad es que sólo Como y La Española cumplen la norma de etiquetado. Las demás no incluyen denominación de venta, peso neto y escurrido y marcado de fechas en el mismo campo visual, o no informan sobre el porcentaje de anchoa que tienen sus aceitunas rellenas.

Pero también ha habido cosas positivas: se ha comprobado -mediante análisis del ADN- que todas las muestras utilizan anchoas como materia prima de la pasta de relleno. En Carbonell, esta pasta tiene >

En todas las muestras el relleno tenía pasta de anchoa y no otros productos



ACEITUNAS RELLENAS DE ANCHOA

MARCA DENOMINACIÓN	EL SERPIS "Aceitunas manzanilla rellenas de anchoa"	YBARRA "Aceitunas rellenas de anchoa"	OLIVAX "Aceitunas rellenas de anchoa"	EL TORREÓN "Aceitunas rellenas de anchoa"	CARBONELL "Aceitunas rellenas de anchoa del Cantábrico"	LA ESPAÑOLA "Aceitunas rellenas de anchoa"	MAESTRANZA "Olivas rellenas de anchoa"	COMO "Aceitunas rellenas de anchoa"
Precio (euros/kilo de aceitunas)	4,96	4,57	3,18	5,27	4,77	5,12	4,46	2,54
Categoría teórica ¹	Extra	Extra	Primera	Primera	Extra	Extra	Extra	Estándar
Categoría real	Primera	Inferior a Segunda	Inferior a Segunda	Segunda	Inferior a Segunda	Inferior a Segunda	Segunda	Inferior a Segunda
Etiquetado	Incorrecto	Incorrecto	Incorrecto	Incorrecto	Incorrecto	Correcto	Incorrecto	Correcto
Peso neto (g) ²	352	349	301	302	347	358	364	306
Peso escurrido (g) ³	153	150	129	142	156	171	147	133
Unidades/kilo ⁴	298	277	314	308	234	235	308	318
Defectos (%) ⁵								
Textura	1,8	7,7	10,4	6,4	11	7	5,3	4,3
Epidermis sin afectar a la pulpa	3,5	3,4	11,9	3,7	2,7	2,5	5,3	13,7
Epidermis afectando a la pulpa	3,1	1,9	11,9	3,2	4,1	4,5	2,7	9,4
Pedúnculos	0	0,5	0	0,5	0,5	0,5	0	0,5
Frutos rotos	0,4	4,8	6,9	4,6	6,4	6,5	1,8	1,4
Vacías o con relleno incompleto	4	4,3	3,5	2,7	2,7	9	6,6	4,3
Materias extrañas	0	0	0	0	0	0	0	0
Suma de defectos	12,8	22,6	44,6	21,1	27,4	30	21,7	33,6
Humedad (%)	77,5	77,1	77,9	73,4	77,1	77,2	75,4	74,3
Proteína (%)	1,3	0,7	1	1	1	0,8	0,8	1,4
Grasa (%)	15,7	14,5	14,8	17,2	14,7	14,5	17,1	18,3
Hidratos de Carbono (%)	3	4,1	2,9	4,4	3,4	3,1	3,7	2,5
Valor calórico (Kcal/100 g)	158,5	149,7	148,8	176,4	149,9	146,1	171,9	180,3
Sal en las aceitunas (%) ⁶	1,9	3	2,8	3,3	3,3	3,9	2,4	2,9
Especie de anchoa (7)	Engraulis ringens	Engraulis spp.	Engraulis spp.	Engraulis encrasicolus	Engraulis spp.	Engraulis spp.	Engraulis spp.	Engraulis spp.
Cata (1 a 9)	6,6	6,9	5,9	6,4	6,8	6,0	5,2	4,8

(1) Categoría: Categoría Extra (la más alta), Categoría Primera (intermedia) y Categoría Segunda o Estándar (la peor) (2) Peso neto: el peso de las aceitunas más el del agua. (3) Peso neto escurrido: peso de las aceitunas (4) Unidades/kilo: las unidades de aceitunas rellenas que entran en un kilo. Es un valor diferente al calibre de las aceitunas (5) Defectos: porcentaje de cada uno de los defectos detectados en las aceitunas. (6) Sal en aceitunas: contenido de sal, en gramos, que aportan 100 gramos de aceitunas. La máxima cantidad diaria recomendada es de 6 gramos. (7) Engraulis spp se refiere al género anchoa, sin especificar especie, porque en el relleno hay una mezcla de diversas especies. **Todos los valores expresados en negrita incumplen la normativa.**

La calidad, los defectos y la norma

Las aceitunas de mesa pueden pertenecer a tres categorías: Extra (la máxima), Primera, I, o Selecta (intermedia) y Segunda, II, o Estándar.

Estas categorías se relacionan con la mayor o menor presencia de defectos en los frutos, que pueden ser de textura, de la epidermis sin afectar a la pulpa o afectando a la pulpa, pedúnculos (rabillo adherido a la aceituna), frutos rotos, aceitunas sin relleno, frutos con relleno incompleto o con defectos de relleno y materias extrañas. La norma establece para cada categoría un máximo de cada uno de estos defectos.

Pero aun cumpliendo con los porcentajes de cada uno de los defectos,

una lata de aceitunas puede incumplir la norma, porque ésta añade un límite máximo para la suma de todos los defectos: un 12% para la categoría Extra, un 17% para Primera y un 22% para Segunda.

Atendiendo a los requisitos que fija la norma (muy estricta, quizá demasiado) y a los resultados obtenidos por las ocho muestras, ninguna pertenece a la categoría que indica su etiquetado.

Las aceitunas rellenas El Serpis, que anuncian categoría Extra pero en realidad son Primera (las únicas que alcanzan esta categoría), son las que más se acercan a su calidad teórica.

• además de *Engraulis encrasicolus* (especie propia, entre otras zonas, del Mar Cantábrico), otras especies de anchoa (si bien en menor cantidad), lo que contradice su etiqueta, que indica "reellenas de anchoa del Cantábrico". Esta circunstancia podría deberse a una mezcla accidental en el proceso de elaboración de la pasta de relleno.

• En la cata destacaron Ybarra (la mejor, con 6,9 pts), Carbonell y El Serpis, ambas por encima de 6,5 puntos. Ninguna de estas tres muestras está en el grupo de las baratas. La peor calificación fue para Como (4,8 pts), la muestra más barata, por "poco sabor a anchoa", por "pequeñas" y, en menor medida, por "duras".

• La mejor relación calidad-precio corresponde a El Serpis (que sale a casi 5 euros el kilo, es la única con una categoría real de Primera y la que menos sal contiene), si bien Ybarra también es una buena opción: sale a 4,57 euros el kilo y fue la mejor en la cata, aunque su categoría real sea inferior y no llegue siquiera a Segunda. Para quien desee gastar menos,

Olivax (sale a 3,18 euros el kilo) es una alternativa interesante.

Más grasa que cualquier otro nutriente

Se determinó el peso neto (agua más aceitunas) y el peso neto escurrido (sólo aceitunas) real de las latas, comprobándose que en ninguna había defectos significativos de peso. También se cuantificaron las unidades que entran en un kilo de peso, que va desde las 234 aceitunas por kilo de Carbonell y La Española hasta las 314 y 318 aceitunas de Olivax y Como. Un menor número de aceitunas rellenas por kilo puede indicar que éstas son de mayor tamaño pero también que tienen mayor cantidad de relleno.

El componente mayoritario de las aceitunas rellenas con anchoa es el agua, que, con una proporción similar entre marcas, supone en torno al 76% del producto.

El nutriente mayoritario es la grasa (promedio, 16%), en la que predominan los

UNA POR UNA, OCHO MUESTRAS DE ACEITUNAS CON ANCHOA

EL SERPIS

"Aceitunas manzanilla rellenas de anchoa"

Salen a 4,96 euros el kilo



→ La mejor relación calidad-precio.

Incumple la norma de etiquetado. Porcentaje de defectos de calidad ligeramente superior al permitido para la Categoría Extra que indica su etiqueta. Categoría real: Primera. Las de menos sal (1,9%). Relleno: anchoa *Engraulis ringens* (origen chileno o peruano).

En cata, 6,6 puntos: recibe alabanzas por su sabor "rico", por "jugosas", "ni duras ni blandas", por su tamaño y por el "sabor que deja". Se les critica su "poco sabor a anchoa" y por "salada" y "sabor fuerte".

YBARRA

"Aceitunas rellenas de anchoa"

Salen a 4,57 euros el kilo



✿ Otra buena opción.

Incumple la norma de etiquetado. A pesar de indicar categoría Extra, supera el porcentaje de defectos admitido incluso para la categoría Segunda. Relleno: mezcla de varias especies de anchoa.

En cata, las mejores: 6,9 puntos: Elogiadas por "sabor a anchoa", "tamaño" y por el "sabor que dejan", reciben algunas críticas por "blandas".

OLIVAX

"Aceitunas rellenas de anchoa"

Salen a 3,18 euros el kilo, las segundas más baratas



Incumple la normativa de etiquetado. El mayor porcentaje global de defectos de calidad: dice ser Categoría Primera pero no es siquiera Segunda. Relleno: mezcla de varias especies de anchoa.

En cata, 5,9 puntos: alabadas por su "sabor", son criticadas por "poco sabor a anchoa", "salada", "blanda" y "color oscuro".

EL TORREÓN

"Aceitunas rellenas de anchoa"

Salen a 5,27 euros el kilo, son las más caras



Incumple la norma de etiquetado. Porcentaje de defectos de calidad superior al permitido para la categoría Primera que anuncia. Categoría real: Segunda. Las únicas que utilizan exclusivamente anchoas *Engraulis encrasicolus* (propias, entre otras zonas, del mar Cantábrico).

En cata, 6,4 puntos: se elogia su "sabor a anchoa" y se critica que sean "pequeñas".

ácidos grasos insaturados sobre los saturados, por lo que el perfil lipídico de estas aceitunas con anchoa es saludable. Además, apenas tiene colesterol: su insignificante aporte procede de la anchoa.

Las aceitunas con mayor contenido en grasa total fueron las de Como, con un 18,3%, seguidas de El Torreón y Maestranza, con poco más de un 17%. Las menos grasas fueron Ybarra y La Española, ambas con un 14,5%.

Los hidratos de carbono representan una media del 3,5% del producto y varían desde el 2,9% de Olivax hasta el 4,4% de El Torreón.

Las proteínas, por su parte, son el nutriente menos importante: suponen sólo el 1%, a pesar de la presencia de la anchoa en la pasta de relleno. El contenido proteico varió desde el 0,7% de Ybarra hasta el 1,4% de Como.

El valor calórico de estas aceitunas rellenas, unas 160 calorías cada gramo, de media, puede considerarse moderado.

Por otra parte, cien gramos de aceitunas (unas 27 unidades) aportan unos 3 gramos de sal, la mitad de la máxima cantidad diaria recomendable. En las muestras estudiadas, la proporción de sal varió mucho: desde menos del 2% en El Serpis (que anuncia en su etiquetado que aporta “un 35% menos de sal”) hasta el casi 4% de La Española.

Las aceitunas son fundamentalmente frutos grasos y salados, pero aportan también otras sustancias de interés dietético y nutricional: fibra, vitaminas, minerales y sustancias antioxidantes.

El contenido de fibra se sitúa en 3 gramos por cada 100 gramos de porción comestible. Respecto a su contenido mineral contienen, entre otros, potasio, calcio, magnesio, hierro, fósforo y yodo. En cuanto a vitaminas, aportan -en pequeñas cantidades- vitaminas del grupo B y liposolubles como la pro-vitamina A y E, siendo estas dos últimas de acción antioxidante. ◀

Se han analizado ocho muestras de aceitunas rellenas de anchoa de las tres categorías comerciales, que salían desde los 2,54 euros el kilo de Como hasta los 5,27 euros el kilo de El Torreón. El relleno de anchoa supone de media un 6% del peso del producto.

Sólo Como y La Española, cumplen la norma de etiquetado.

El nutriente mayoritario es la grasa (16%), pero la relación entre grasa insaturada y saturada es saludable. El aporte calórico no es excesivo: 160 calorías cada cien gramos.

Tienen mucha sal, el 3% del producto.

Quienes tienen exceso de peso, hipertensión, insuficiencia cardiaca o retención de líquidos deben moderar o evitar el consumo de aceitunas.

La categoría real es, en todos los casos, inferior a la anunciada, al no ajustarse a las estrictas tolerancias de defectos fijadas por la norma.

El análisis de ADN efectuado a la pasta de relleno reveló que todas utilizan anchoas como materia prima del relleno.

En la cata destacaron Ybarra (las mejores, con 6,9 pts), Carbonell y El Serpis.

La mejor relación calidad-precio es El Serpis, si bien Ybarra es una buena opción. Para quien prefiera no gastar mucho, Olivax es una alternativa interesante.



CARBONELL

“Aceitunas rellenas de anchoa del Cantábrico”

Salen a 4,77 euros el kilo



Incumple la norma de etiquetado. Dice ser Categoría Extra pero, por sus defectos de calidad, no es siquiera Segunda.

El relleno no es 100% anchoa *Engraulis encrasicolus*, (especie del mar Cantábrico), a pesar de que en su etiqueta indica “rellenas de anchoa del Cantábrico”. Podría deberse a una mezcla accidental en el proceso de elaboración de la pasta.

En cata, 6,8 puntos, las segundas mejores: elogiadas por “sabor a anchoa”, “tamaño” y “sabor que dejan”, reciben algunas críticas por “blandas”.

LA ESPAÑOLA

“Aceitunas rellenas de anchoa”

Salen a 5,12 euros el kilo, las segundas más caras



No corresponde a la Categoría Extra anunciada, y supera el porcentaje de defectos permitido para Segunda, la menor categoría comercial. Las de más sal (3,9%). Relleno: una mezcla de varias especies de anchoa.

En cata, 6 puntos: elogiada por su sabor y tamaño, se le critica por “poco sabor a anchoa”, por “salada”, por “color oscuro” y, en menor medida, por “blanda”.

MAESTRANZA

“Olivas rellenas de anchoa”

Salen a 4,46 euros el kilo



Incumple la norma de etiquetado. Porcentaje de defectos superior al permitido para la categoría Extra que indica. Categoría real: Segunda. Relleno: mezcla de varias especies de anchoa.

En cata, 5,2 puntos: Criticadas por “poco sabor a anchoa”, por ser “pequeñas” y, ya en menor medida, por “duras”.

COMO

“Aceitunas rellenas de anchoa”

Salen a 2,54 euros el kilo, las más baratas



Supera el porcentaje de defectos permitido para la Categoría Segunda anunciada, que es la mínima. Relleno: mezcla de varias especies de anchoa. En cata, las peores: 4,8 puntos. Criticadas por “poco sabor a anchoa”, por “pequeñas” y, en menor medida, por “duras”.