

Los expertos señalan en el III FORO DE LA TRENZA que la investigación en pastelería permitirá utilizar nuevos productos para ampliar y hacer más atractiva la oferta

Usar ingredientes que antes no existían o conocer mejor y aprovechar al máximo cualidades de las materias primas son las nuevas tendencias

Personalizar los postres a las características de cada persona es otro de los objetivos de futuro para permitir a personas con problemas de salud acceder a una repostería y pastelería vistosa y de calidad

(Zaragoza, 17 de mayo de 2018).- Nuevos ingredientes, mayor conocimiento de las cualidades de las materias primas y una mayor personalización de los postres son las nuevas tendencias de la pastelería. Así lo afirmaron los expertos que participaron en el III FORO DE LA TRENZA, que se celebró del 17 al 19 de mayo en Zaragoza y Almudévar, y que ha estado organizado por Pastelería Tolosana y TrenzArte. Estas tres jornadas de debate y aprendizaje sirvieron para dar a conocer el trabajo que se desarrolla día a día en la Panadería y Pastelería Tolosana y para vislumbrar por dónde avanzan las tendencias gastronómicas y, más en concreto, el futuro de la repostería y pastelería.

El III FORO DE LA TRENZA comenzó con unas palabras de Jesús Tolosana, director de Pastelería Tolosana, en las que afirmó que "la industria agroalimentaria tiene mucho camino por delante para recorrer" y animó a andar ese trayecto "juntas todas las empresas porque así será más fructífero".

Jesús Tolosana recordó que el FORO DE LA TRENZA, que tiene carácter bienal y comenzó su andadura en 2014, fecha en la que se celebraba el vigésimo aniversario de la concesión de la C Marca de Calidad a la Trenza de Almudévar por parte del Gobierno de Aragón, pretende acercar a todos los públicos "conocimiento e innovación y, a la vez, crear una cultura y reconocimiento a los productos de una calidad diferenciada". El director de Pastelería Tolosana señaló que "nuestra pasión, que también es nuestro oficio, se encuentra en un escenario de continuo cambio" y, por eso, añadió que "abrazar las vanguardias es uno de los retos de la pastelería, pero sin perder la esencia, es decir, elaborar creaciones singulares que muestren la riqueza de cada lugar".

En este sentido, el director general de Alimentación y Fomento Alimentario del Gobierno de Aragón, Enrique García Novales, apuntó que "la economía agroalimentaria fija población en el territorio y Pastelería Tolosana lo hace en Almudévar cada día".

CONVERSACIÓN "LOS SECRETOS DE LOS POSTRES SANOS Y SALUDABLES"

Tras las presentaciones del III FORO DE LA TRENZA llegó la esperada conversación titulada "Los secretos de los postres sanos y saludables" entre las pasteleras y divulgadoras Betina Montagne y Alma Obregón.

BETINA MONTAGNE nació en Caracas (Venezuela) y comenzó su formación en el Centro de Capacitación Profesional de Alta Cocina. Después se marchó a Nueva York para estudiar y trabajar en un importante obrador bakery neoyorquino. Tras cinco años, regresó a Caracas como la chef pastelera ejecutiva del grupo gastronómico Il Grillo, que además de poseer siete restaurantes en el país, también tiene presencia en Costa Rica y Panamá. Después de algo más de cuatro viajó a Barcelona y completó su especialización en la Escuela de Pastelería Espai Sucre (Barcelona), especializada en pastelería de restaurante. Desde ahí inició su recorrido por obradores como los de Oriol Balaguer, Montse Estruch , Hotel Art, The Trendy Cake y su propio proyecto, el primer bakery americano en Barcelona.

Actualmente, trabaja como profesora especialista en Pastelería Anglosajona (americana) en la escuela Espai Sucre y cuenta con una asesoría para los interesados en trabajar con postres americanos.

Con más de 20 años de experiencia en el mercado, es también especialista en pastelería para diabéticos y celíacos. De hecho, es la chef pastelera para Europa para la marca de Harinas Gluten Free Harina P.A.N, y se encarga de realizar el I+D sobre recetas de pastelería actual libre de gluten, ofrece ponencias y demostraciones sobre la nueva pastelería moderna gluten free.

ALMA OBREGÓN es licenciada en Comunicación Audiovisual y pedagoga del violín, pero decidió abandonar esas aficiones por su debilidad por la repostería. Autodidacta en sus inicios, completó su formación con cursos en Europa y Estados Unidos y obtuvo el título de chef pastelera por Le Cordon Bleu.

Su pasión son los cupcakes y, de hecho, es la autora del libro "Cupcake Perfecto", que es el libro sobre este postre más vendido en España, y presentó tres temporadas del programa "Cupcakes Maniacs" en la cadena de televisión Divinity. Actualmente cuenta con su propio programa en Canal Cocina, que lleva por nombre "Dulces con Alma".

Recientemente ha inaugurado su bakery en Madrid, Cookies and Dreams by Alma" e imparte cursos en su escuela "Alma's Cupcakes". Por último, ha reunido una gran parte de sus recetas de postres saludables en el libro "Repostería Sana para Ser Feliz".

La conversación que mantuvieron Betina Montagne y Alma Obregón, y que moderó la periodista Elisa Plumed, incidió en el decisivo papel de la investigación. Betina Montagne explicó que "tecnología alimentaria para poder elaborar una pastelería bonita, sana y saludable". De hecho, aseguró que "la

industria ha ido avanzando a pasos agigantados, investigando en materias primas, para alimentarnos mejor". Por eso afirmó que se empiezan a usar ingredientes "que antes para nosotros no existían" y aseguró que "con escasos cambios podemos alimentarnos mejor".

Esta idea la desarrolló al apuntar que "hasta ahora los celíacos, diabéticos y personas con otras intolerancias sólo tenían postres feos y, además, eran escasos, había menos variedad. Mientras que los que no tienen esos problemas pueden acceder a una mayor variedad y los postres son más bonitos, más vistosos".

En este sentido, Alma Obregón se preguntó "porqué en un cumple, los niños celíacos y diabéticos sólo tienen una galleta fea y dura y los demás comen una tarta muy bonita y atractiva". Obregón explicó que ella apuesta por "los alimentos más naturales posible, por volver a la base, a la materia prima más sencilla y básica" y, por eso, criticó que en las etiquetas de los productos aparezcan ingredientes, nombres, "que no se entienden, que hay que saber qué significan".

Pero ambas, Betina Montagne y Alma Obregón defendieron conocer las cualidades y características de los productos sustitutivos para celíacos, diabéticos y personas con intolerancias para no provocar más problemas de salud. Montagne explicó: "Para la diabetes no vale sólo con cambiar el azúcar. Los azúcares estables son los polioles. Existen tres azúcares sustitutos que sirven y son estables para hornear y congelar, pero a los nutricionistas no les gusta porque no cumplen con las cantidades de ingesta de azúcar que necesitan los diabéticos. Los diabéticos tenemos que entender el grado de dulzor de todos los ingredientes -frutas, harinas...- para añadir lo mínimo posible. Y, si aprovechamos y realizamos lo que hay ahí., estaremos actuando correctamente para nuestra salud. Esa será la tendencia a nivel mundial en el futuro".

Montagne apeló también al conocimiento de los consumidores. "Hay que incidir en el nivel de conciencia e investigación porque no es sólo que el azúcar engorda, porque las harinas también engordan. Por eso, hay que entender qué significa la celiaquía y la diabetes. No hay magia. Hay que conocer e investigar".

Alma Obregón, defensora de obtener y aprovechar al máximo posible las características de las materias primas, afirmó que suele utilizar fruta para sustituir otros productos, "como un huevo". Y añadió que "el postre hay que personalizarlo a cada caso, si el nivel de intolerancia es alto, pero al final siempre se encuentra el postre adecuado para cada persona".

Betina Montagne respaldó esta teoría reclamó que se aprenda a utilizar cada ingrediente. Por ejemplo, explicó que la fécula hay que hidratarla más, pero que son sólo pequeños cambios. "No vale sólo cambiar el ingrediente, hay que saberlo utilizar en el horno, o para congelar".

Por eso, Alma Obregón pidió que cuando se intenta hacer algo saludable "hay que hacerlo rico, no puede ser un ladrillo, que no se puede comer o tiene mala pinta". Obregón explicó: "El azúcar en un bizcocho hace que sea dulce, se dore, suba. Las cosas gluten free se desmigán con facilidad y hay que tenerlo en cuenta para añadir cosas, ingredientes, que aporten humedad, gomas o algo así, para evitar el excesivo desmigado. Tenemos muchas posibilidades de productos, sólo hay que saber utilizarlos".

Y añadió que "en la salud también es importante tener conciencia de la cantidad". "Hay personas que siguen recetas o dietas que no son sanas ni saludables, y eso son tendencias y hay que cuidar y vigilar las tendencias".

La diferencia de precios entre los productos para celíacos, diabéticos y otras intolerancias también salió a relucir durante la conversación. Betina Montagne afirmó que "una persona intolerante al gluten o diabético paga cuatro veces más" y, por eso, lanzó una petición al Gobierno para que ayude a igualar el coste de los ingredientes. "Así se asegurará que tienen a su alcance los ingredientes que necesitan para su salud", sentenció.

En cuanto al precio de los productos sustitutivos, Betina Montagne señaló que "el xylitol es carísimo, pero se usa poca cantidad". Apuntó más características de esos productos. "Los azúcares morenos tienen una carga importante de glucosa y, por eso, hay que utilizarlos en poca cantidad y sólo cuando son necesarios" y añadió "cuando yo utilizo polioles es porque necesito un bizcocho robusto".

Alma Obregón abogó, a la hora de buscar sustitutivos, por "cosas que se pueden encontrar algo fácilmente". "Hay que tener cuidado con los sustitutivos, a un bizcocho no le puedes poner la misma cantidad de sacarina que de azúcar porque es laxante", explicó. Obregón dijo que suele utilizar "aceite de coco porque es un gran aliado para galletas, porque da sabor muy rico y da una textura muy similar a la de una mousse".

Tras desgranar todas estas cuestiones llegó el **turno de preguntas**.

1.- La primera fue sobre el **papel de la educación**, desde niños.

Alma Obregón aseguró que hay mucha desinformación en los niños y padres y que hay que comenzar por la educación para los padres y afirmó que "la educación de los niños pasa porque estén con los padres en la cocina. Les cambiará la mentalidad".

Betina Montagne dijo que "la bollería industrial es veneno, pero si no la han probado desde pequeños no la echarán de menos".

2.- La segunda pregunta pidió conocer **las mieles que son sanas**

Alma Obregón contestó de forma muy directa: "La miel es sana si la miel de verdad, si no tiene ingredientes añadidos. Pero hay que vigilar la cantidad".

3.- La tercera pregunta quería descubrir si puede existir **contaminación entre productos sin gluten y con gluten en los obradores.**

Betina Montagne dijo que es preferible tener obradores separados si se hacen productos gluten free y con gluten. Porque si se hacen en el mismo obrador puede haber contaminaciones, incluso con una limpieza muy a fondo, puede haber laves contaminaciones solo con la ropa".

Por último, se abordaron en la conversación una serie de cuestiones que dejaron las siguientes declaraciones:

Alma Obregón: **"Si llega una celebración, lo que apetece es tomarse un dulce, un trozo de tarta, y no pasa nada si llevas una vida saludable el resto de los días. Ese es el camino"**.

"Es muy importante el día a día. Si los ingredientes son equilibrados - harinas integrales...- hace que en tu día a día te sientas mejor y cuando llegue el momento de tomar una tarta de chocolate no pase nada".

"El aceite de oliva tiene sabor, y el de girasol tiene mala fama porque aguanta peor el calor, pero se puede utilizar. El aceite de colza, a pesar de su mala fama, es muy usado, por ejemplo, en Alemania".

Betina Montagne: "No hay verdades absolutas en la cocina, pero es necesario respetar las recetas, porque hay que gente que es muy "creativa" en casa y, esa creatividad puede ser peligrosa".

"Los dulces son los que te dan la vida, sólo hay que consumirlos con conocimiento y en la cantidad idónea".