

## **EL PESCADO EN LATA Y EN ACEITE.**

El pescado, como es sabido, es un alimento que puede alterarse por la acción de enzimas y bacterias. Los tratamientos térmicos, debido a que inactivan unas y destruyen otras, permiten que pueda conservarse de forma prolongada; pero para ello, el tratamiento térmico debe realizarse a unas temperaturas y tiempos adecuados y en recipientes herméticamente cerrados.

La utilización de aceite en la fabricación de conservas de pescado siguió de cerca las primeras realizaciones industriales de la «appertización» en las primeras décadas del siglo XIX, gracias al descubrimiento de Nicolas Appert. La preparación de conservas esterilizadas de pescado en aceite, se iniciaron en Nantes en 1823 por Joseph Colin, y se desarrollaron rápidamente a lo largo de la costa atlántica, extendiéndose a España y Portugal. La innovación de Colin, fue el punto de partida para una verdadera renovación en la transformación industrial de los productos de la pesca en forma de conservas esterilizadas preparadas en aceite. En España, el enlatado de pescado es un proceso de conservación muy popular, que permite conservar este alimento períodos prolongados de tiempo logrando así estabilizar los importantes excedentes del mismo y además conseguir un importante valor de mercado.

Durante el proceso de enlatado de pescado, existen una serie de etapas que van desde la limpieza y preparación hasta el almacenamiento a temperaturas ambiente. En esta última etapa del proceso de enlatado, el almacenamiento, es donde realmente tiene lugar el proceso de maduración. El pescado ya enlatado puede sufrir dos tipos de alteraciones: de origen químico o de origen bacteriano. Las transformaciones químicas en el propio alimento, son consecuencia de la interacción entre los propios componentes del pescado, los de la salsa añadida y los del contenedor. La contaminación bacteriana tiene su origen en un insuficiente tratamiento térmico o en un cerrado defectuoso.

Todas las elaboraciones de pescado enlatado son muy aconsejables desde el punto de vista nutritivo. Entre ellas destacan las enlatadas en aceite de oliva, ya que unen a las cualidades positivas de los ácidos grasos poliinsaturados  $\omega$ -3, el hecho de que aportan una cantidad importante de ácido oleico procedente del aceite de cobertura, lo que las hace especialmente idóneas en la prevención de las enfermedades cardiovasculares.

Gregorio Varela  
Presidente  
Fundación Española de la Nutrición (FEN)