El huevo, fuente barata de proteínas y vitaminas, pero no al alcance de todos

Revista
Mientras la media en el mundo por consumo per cápita del huevo se sitúa en 9 kilos, los países en vías de desarrollo no llegan ni a la mitad

Cocidos, fritos, escalfados, rellenos, al horno, pasados por agua, crudos, revueltos, en tortilla, encurtidos, deshidratados, el huevo es un alimentos básico; pero no está al alcance de todos, mientras que en Europa y América el consumo es de 11 kilos por año, en África apenas superan los 2.

Cada cultura gastronómica adapta este alimento a sus gustos y costumbres, pero pese a ser uno de los alimentos básicos no es igual de accesible en todo el mundo.

Mientras la media en el mundo por consumo per cápita se sitúa en 9 kilos, los países en vías de desarrollo no llegan ni a la mitad, se sitúa en torno al 1,3 kilos, según los últimos datos de la FAO.

En algunos países africanos como Burundi, Ruanda, Chad o Niger, el consumo por persona no supera los 300 gramos al año, mientras que en otros como Japón, la cifra se dispara a los 19 kilogramos.

Los huevos más consumidos son los de gallina, seguidos de los de pato, oca, codorniz y más de lejos los de avestruz.

Evidentemente el tamaño es distinto y sus aportaciones a la dieta también, al igual que su precio.

Hay para todos los gustos, morenos y blancos, en función de la clase de gallina y hasta con doble yema en el caso de los más afortunados (debido a la doble ovulación de las aves).

Los hay de gallinas de corral, algunas viven en incluso en extensiones mucho más grandes (sobre todo en granjas de Estados Unidos), y de las que viven en jaulas, ahora en Europa, con más metros cuadrados.

Son las llamadas "gallinas felices", gracias a una norma de la Unión Europea para mejorar su bienestar con jaulas mayores y más cómodas, algo que ha servido para que los productores ganen en reputación y competitividad.

La adaptación a la norma trajo consigo un repunte de los precios del huevo, -hasta de un 50 %- ya que la oferta disminuyó como consecuencia lógica de una ley que pedía reducir el número de aves de puesta para conseguir el deseado bienestar animal.

Pero la balanza comercial del huevo tiende a reequilibrarse si se atiende al Índice de Precios al Consumo (IPC) publicado hoy, en el que se apunta que el precio de los huevos bajó un 3 % en su variación anual.

Y el sector, mientras tanto, se reinventa y ofrece diversificación en un producto sencillo.

Por haber, los hay hasta en "brick" de clara de huevo líquida pasteurizada, buena para aumentar la masa muscular, e incluso rebuscando en lugares como La Boquería se pueden adquirir botes de un litro de yemas pasteurizadas.

Su fisonomía ovalada ha sido usada por la industria de la alimentación para inventar huevos de Pascua, de chocolate, las yemas de Santa Teresa, o el deseado por los niños, huevo "Kinder", cuya venta está prohibida en Estados Unidos.

Fuera del negocio está el famoso huevo de Colón, con el que escenificó el significado del descubrimiento de América y el de lujo de Fabergé.

El Día Mundial del Huevo, es hoy una cita para celebrar sus propiedades vitamínicas y proteicas, su versatilidad en la cocina, su capacidad para ser fuente de ingresos de muchas familias que viven de este negocio y algo de lo que no todos los alimentos pueden presumir: su universalidad.

Efeagro