

La familia Rubio lleva más de 30 años haciendo pan. Pan perote, que habla de sus orígenes cuando se instaló en 1974 en Álora, pan candelal, piña, malagueña, viena, albardilla, pitufo, baguettina. Pero este año, allá por el mes de febrero, su director Juan Rubio se dio cuenta de que les faltaba algo. Sus visitas a las ferias italianas y alemanas le puso en la pista de que el futuro está en el pan ecológico. Sí, ese que se realiza con harina de trigo y centeno, que a su vez han sido cultivados sin pesticidas ni fertilizantes. Como se hacía a principios del siglo XX. A la anti-gua usanza.

Por ahora, el obrador El Mimbres sólo dedica un cinco por ciento de su producción al pan ecológico, pero sus miras están puestas en aumentarla progresivamente. «Ya para el año que viene esperamos que, de los 3.000 kilos de pan que elaboramos al día, entre un 10 y un 15 por ciento sea ecológico», puntualiza Juan Rubio, mientras inicia un pequeño paseo por las instalaciones de la fábrica para enseñarle a los visitantes cómo se hace un buen pan.

El trigo ecológico viene de Granada y el centeno de La Rioja. Salvador Vergara, el jefe de producción de pan precocido, supervisa el proceso. Primero, la harina se echa en un silo reservado para la producción ecológica, luego pasa a una línea de producción semiautomática, donde una máquina amasa el pan. Después, éste se va dividiendo al pasar por la cadena para convertirse en una baguette, baguettina o pitufos. Al final del proceso, Andrés Estébanez los retoca un poco. Y de ahí pasan a las cámaras de fermentación, donde las levaduras hacen lo propio a unos 28 grados de temperatura. «Aquí, dependiendo del producto está dos o tres horas fermentando», puntualiza Juan, que hace pasar a los visitantes -perfectamente ataviados con bata y gorro- a la sala, donde lo cierto es que, aunque el ambiente es denso, el olor alimenta.

«Cuando tiene el punto de fermentación es cuando se corta», indica Juan mientras que Anto-

Llevar treinta años de profesión a sus espaldas. Desde que en 1974 se instalaron en Álora. Ahora se suben al carro de la producción biológica y el pan perote es una de sus estrellas

## Migas sin aditivos

TEXTO: PILAR R. QUIRÓS / FOTOS: SALVADOR SALAS / MÁLAGA



**EL MIMBRE.** Antonio corta el pan junto a Juan Rubio.



**HARINA.** Se amasa.

nio Chaves le da tres cortes maestros a las baguettinas. Después, Juanma Carmona lo mete a hornear durante unos 15 minutos. Y de ahí, como éste es pan precocido pasa a un túnel de ultracongelación a menos de 40 grados. Y por último, Blanca Martín y Paqui Vergara se encargan de envasarlo. «Cada barra de pan ecológico va en una bolsa diferente, es decir se envasa de forma unitaria», reseña. Y en la producción ecológica, como no iba a ser menos, el pan perote (lugar donde nacieron) es una de sus estrellas.

Juan, que disfruta enseñando

su fábrica, puntualiza que, desgraciadamente, cada vez se consume menos pan en España, aunque la Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que las personas que siguen dietas de hidratos de carbono complejos (pan, pastas, arroz) especialmente los

**La OMS recomienda una dieta rica en hidratos de carbono complejos**

ricos en fibra (integrales) no sólo tienen menos riesgos de padecer obesidad, sino que padecen menos diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer.

De hecho, en España han bajado mucho los consumos (130 gramos por persona y día) mientras que en Alemania han aumentado (230 gramos). Sin embargo, este producto es un elemento esencial de la dieta mediterránea, esa que pregonan las autoridades sanitarias y que tiene como base el pan y el aceite. Ese pan, que ahora El Mimbres elabora sin aditivos. Natural.