Nueces de California

GUÍA SOBRE LA INDUSTRIA

PARA PROFESIONALES

California WALNUTS®

Nueces de California

www.nuecesdecaliforniaprofesionales.com

HISTORIA
EL FRUTO SECO REAL

Las nueces, el alimento procedente del árbol más antiguo conocido por el hombre, tienen una rica historia que se remonta a miles de años. Los romanos llamaron a las nueces *Juglans regia*, "la bellota real de Júpiter". Los inicios de la historia indican que las nueces inglesas procedían de la antigua Persia, donde éstas se reservaban para la realeza. Por tanto, las nueces acostumbran a ser reconocidas como "las nueces persas".

Las nueces se comercializaron en Asia y Oriente Medio a través de la Ruta de la Seda. Caravanas y caravanas transportaron nueces hasta tierras lejanas y, con el tiempo, hicieron lo mismo mediante el comercio marítimo, extendiendo la popularidad global de este producto. Las marinas mercantes inglesas trajeron consigo nueces para comercializar en puertos de todo el mundo. A pesar de que Inglaterra nunca cultivó nueces para fines comerciales, a éstas se las llegó a conocer como "nueces inglesas".

Hoy en día el comercio de frutos secos es un negocio consolidado, ordenado y estructurado, y las Nueces de California son reconocidas alrededor del mundo como un fruto seco delicioso y de máxima calidad.

ORIGEN CALIFORNIANO

La nuez fue cultivada por primera vez en California por los padres franciscanos a finales de 1700. A diferencia de las nueces actuales, aquellas variedades, conocidas como "nueces de las misiones", tenían un tamaño más pequeño y una cáscara más dura. Poco a poco las plantaciones de nogales fueron floreciendo en zonas climáticas de California más parecidas al clima Mediterráneo.

INDUSTRIA DE LAS NUECES DE CALIFORNIA

Las primeras siembras comerciales tuvieron lugar en 1867 cuando Joseph Sexton, un horticultor y jardinero de Goleta, municipio del condado de Santa Bárbara, plantó "nueces inglesas".

Durante varios años, las nueces fueron predominantemente plantadas en las regiones sureñas de California. A Luther Burbank se le atribuye la primera investigación centrada en el cultivo de la nuez de California, y muchas de las variedades mejoradas presentes hoy en día proceden de aquellas primeras plantaciones.

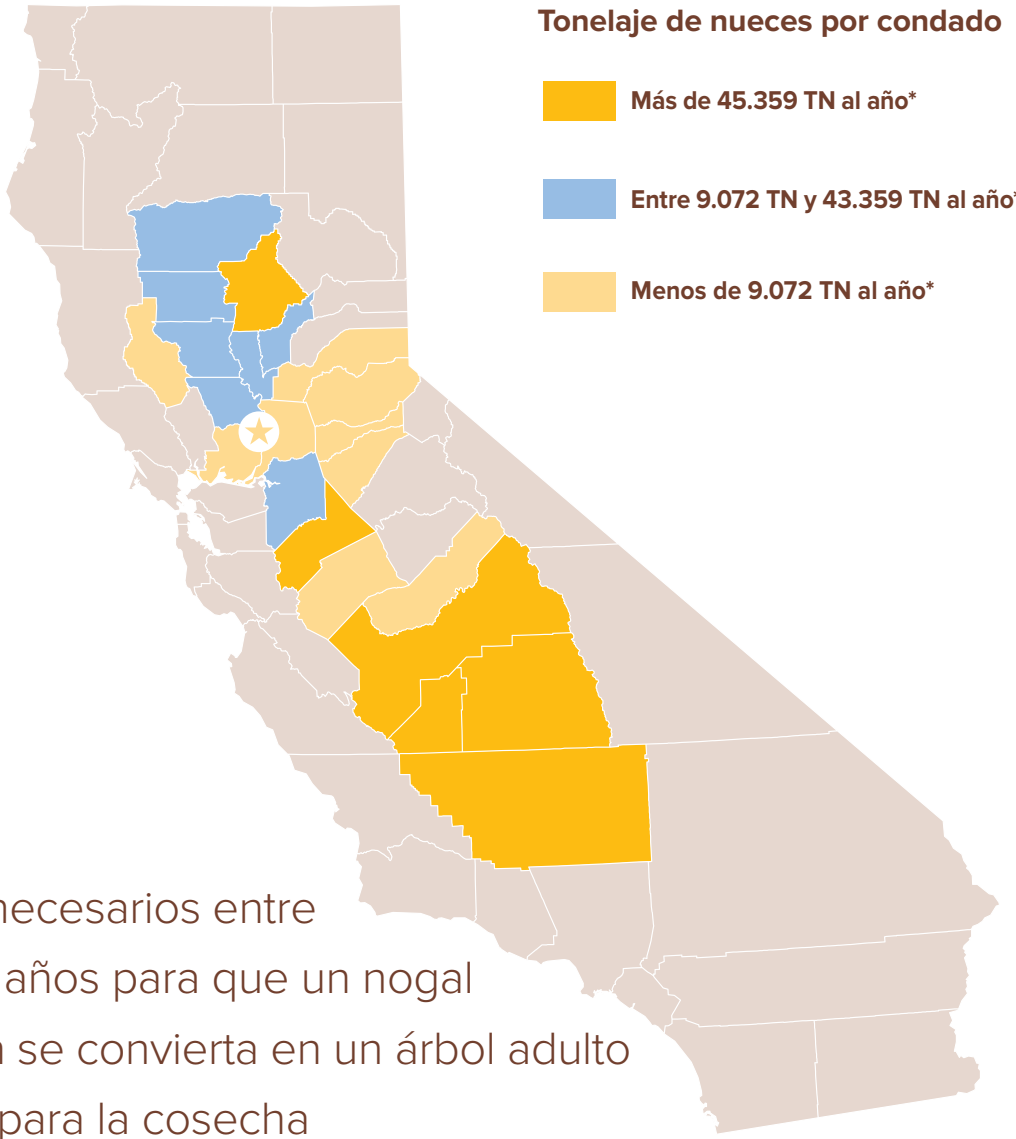
Unos 70 años después de la primera siembra de Sexton, el centro de producción de Nueces de California se desplazó al norte, hacia el área del Valle Central, en uno de los traslados hortícolas más impresionantes de la historia. Mejores áreas de cultivo, un sistema de irrigación perfeccionado y mejores métodos de control de plagas dieron lugar a mayores cosechas, las cuales aumentaron gradualmente año tras año.

Almacenamiento
Para prolongar el período de conservación y mantener su frescura y sabor distintivo, es aconsejable almacenar las nueces a baja humedad (entre un 55% y un 65% de humedad relativa) y temperatura (entre 2 °C y 5 °C) en un ambiente libre de olores. Las nueces se conservan mejor cuanto más alejadas están de la humedad y de la luz, dentro del frigorífico o del congelador en bolsas de plástico o contenedores cerrados herméticamente.

¿DE DÓNDE VIENEN LAS NUECES DE CALIFORNIA?

- Más del 99% de las nueces cultivadas en los Estados Unidos provienen de las 153.780 hectáreas de plantaciones de nogal ubicadas en California.
- El Valle Central de California es la principal región productora de nueces de todo el estado, con un clima templado y unos suelos profundos y fértiles que brindan las condiciones óptimas para el cultivo.
- Existen más de 4.500 cultivadores de Nueces de California, y la mayoría de las granjas son propiedad y están gestionadas por familias que se han dedicado al negocio de las nueces durante varias generaciones.
  La producción de nueces requiere compromiso y paciencia, y a nuestros agricultores les apasiona cultivar y cosechar nueces que cumplen con los más altos estándares de calidad y excelencia.

¿DÓNDE SE CULTIVAN LAS NUECES?



Son necesarios entre 4 y 5 años para que un nogal joven se convierta en un árbol adulto apto para la cosecha

(*) Toneladas expresadas en Toneladas Métricas

ORIGEN + CULTIVO

LA COSECHA DE LA NUEZ

La cosecha comienza a principios de septiembre, cuando las cáscaras verdes exteriores empiezan a resquebrajarse, y se extiende hasta mediados de noviembre.

COSECHA
Agitadores mecánicos zarandean enérgicamente cada árbol y miles de nueces caen al suelo.

RECOLECCIÓN
Las nueces son entonces cuidadosamente dispuestas en filas para permitir su recogida a las máquinas cosechadoras.

PROCESAMIENTO
Una vez recolectadas, un descascarillador quita la cáscara verde exterior y las nueces se limpian y se secan para proteger su calidad durante el almacenamiento.

CLASIFICACIÓN
Tras su descascarillado, limpieza y secado, las nueces se transportan a la planta de envasado, donde se clasifican según sus variables de consumo: con cáscara o sin ella.

NUECES CON CÁSCARA
Tras el secado, se procede al calibrado de la nuez con cáscara. Las nueces con cáscara se clasifican como jumbo, grande, mediana o baby según las normas del USDA. Al concluir este proceso, las nueces ya están listas para ser distribuidas, para que los consumidores de todo el mundo disfruten abriéndolas y puedan saborear la deliciosa nuez que hay en su interior.

CRIBA Y SEPARACIÓN POR TAMAÑOS
Las nueces salen del almacén según sea necesario y se envían al departamento de descascarillado, donde se abren mecánicamente. Los granos se clasifican según tamaños para pasar posteriormente por clasificadores electrónicos de grados de color de la nuez. Una vez clasificados ya están listos para el envasado.

Al concluir este proceso, las nueces ya están listas para ser distribuidas o almacenadas para su posterior consumo.

BUENAS PRÁCTICAS

Los cultivadores de nueces trabajan para conseguir un producto seguro y saludable siguiendo los más estrictos estándares de Buenas Prácticas Agrícolas, las cuales cumplen con las exigentes regulaciones de seguridad de producto establecidas por el *Acta de Modernización de Seguridad Alimentaria* (FSMA, en inglés).

Del mismo modo, a lo largo del proceso de descascarillado se siguen rigurosamente las *Buenas Prácticas de Producción* establecidas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, en inglés) bajo los controles preventivos de la FSMA. Específicamente, las nueces peladas son sometidas a controles rigurosos de inspección de calidad por parte de cada procesador y comprobadas de nuevo por la Alianza de Seguridad Alimentaria (DFA, en inglés) de California. Una vez que superan las inspecciones, cada número de lote es certificado para confirmar su conformidad con los estándares establecidos por la USDA. Estas prácticas aseguran que las nueces se obtienen bajo las condiciones más limpias de producción. Así las Nueces de California superan los más altos estándares de calidad y seguridad alimentaria del mundo.

SOSTENIBILIDAD

La sostenibilidad es uno de los aspectos más importantes para la industria de las Nueces de California y el *California Walnut Board* ha apoyado estas crecientes prácticas gracias a un programa de investigación aplicado a la producción durante más de 20 años. El Programa de Sostenibilidad de Nueces de California se enfoca en la gestión integral de las plagas, la eficiencia energética, la calidad del agua y del aire, la eficiencia de los nutrientes y la seguridad alimentaria. El programa es económicamente viable para los cultivadores de nueces y sigue prácticas de responsabilidad medioambiental y social, mejorando la calidad de vida de los agricultores, vecinos y consumidores. El *California Walnut Board* está comprometido en mantener la inversión en investigación para ayudar a la industria a seguir elevando el listón de la sostenibilidad.

CULTIVO DE NUECES

En 2020 el *California Walnut Board* ha celebrado el 25 aniversario de la donación al Fondo de Investigación en el Cultivo de Nueces de California, el cual fue establecido en 1995 para asegurar la continuidad del programa de cultivo de nueces en la Universidad de California en Davis.

Aunque la donación se realizó en 1995, el *California Walnut Board* está asociado con el programa de cultivo de nueces desde 1970, dando como resultado la aparición de nuevas y numerosas variedades de nueces.

Estas variedades han sido desarrolladas a través de métodos tradicionales de cultivo aplicados a la calidad de la nuez, alto rendimiento y resistencia óptima a las enfermedades. Ninguna variedad ha sido modificada genéticamente.

Alianzas en investigación a largo plazo como estas son vitales para avanzar en la comprensión de las nueces y, permitir así, el desarrollo y el lanzamiento de nuevas variedades que no sólo prosperen en California, sino que contribuyan a satisfacer la creciente demanda en todo el mundo".

SIN GLUTEN

SIN SODIO

SIN COLESTEROL

La Unión Europea reconoce las propiedades saludables de las nueces y afirma que: “Un puñado de nueces (30 g) al día contribuye a mejorar la elasticidad de los vasos sanguíneos”.

PAUTAS DIETÉTICAS

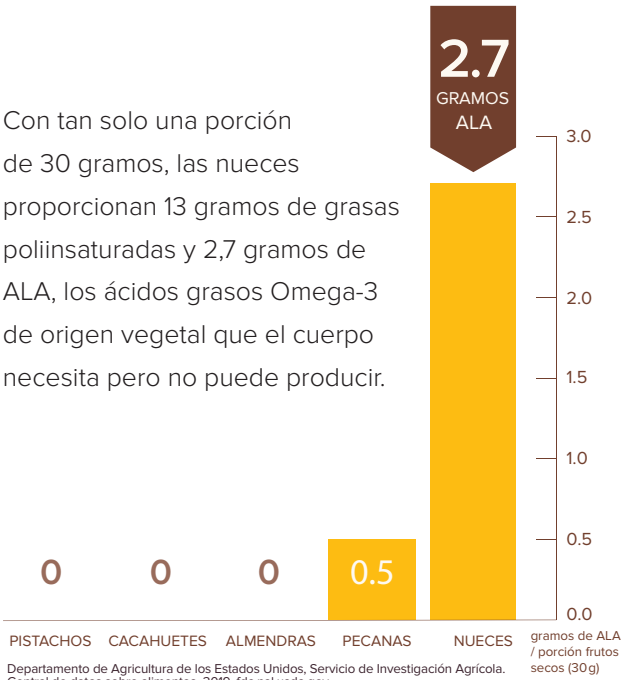
Las nueces son un ingrediente estrella en la dieta mediterránea. Asimismo, su perfil nutricional único hace que seguir las recomendaciones de las guías dietéticas –españolas[1] y americanas[2]– sea fácil y delicioso. Las pautas dietéticas fomentan un patrón de alimentación saludable que hace hincapié en alimentos vegetales altamente nutritivos e incluye una variedad de fuentes de proteínas, entre las que se encuentran los frutos secos, legumbres y semillas, mariscos, carnes magras y aves de corral, pescado y huevos.

NUTRICIÓN

El ÚNICO FRUTO SECO

con un contenido significativo de Omega-3, ácido alfa-linolénico (ALA).

Con tan solo una porción de 30 gramos, las nueces proporcionan 13 gramos de grasas poliinsaturadas y 2,7 gramos de ALA, los ácidos grasos Omega-3 de origen vegetal que el cuerpo necesita pero no puede producir.



Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Servicio de Investigación Agrícola. Central de datos sobre alimentos, 2019. fdc.nal.usda.gov

Valor Nutricional

Porción diaria	30 gramos
Calorías	**196**
	Ingesta diaria recomendada
Grasas totales	19,6g
Grasas saturadas	1,8g
Grasas trans	0mg
Grasas poliinsaturadas	14,2g
Grasas monoinsaturadas	2,7g
Colesterol	0mg
Sodio	0mg
Carbohidratos totales	4,1g
Fibra dietética	2g
Total azúcares	0,8g
Azúcares añadidos	0g
Proteínas	4,6g
Vitamina D	0mg
Calcio	29,4g
Hierro	0,9mg
Potasio	132mg

Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Servicio de Investigación Agrícola. Central de datos sobre alimentos, 2019. fdc.nal.usda.gov

[1] Guías alimentarias para la población española. Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). Diciembre 2016.

[2] U.S. Department of Health and Human Services and U.S. Department of Agriculture. 2015-2020 Dietary Guidelines for Americans. 8th Edition. December 2015. Available at http://health.gov/ dietaryguidelines/2015/guidelines/

La principal razón por la que los españoles consumen nueces es porque las consideran una adición saludable a su dieta. Más de 6 de cada 10 españoles están de acuerdo en que las nueces son una fuente barata de obtener las proteínas que el cuerpo necesita además de aportar otros muchos beneficios para la salud.[1]

INVESTIGACIÓN EN SALUD

Las tendencias[2] globales de consumo indican que:

- Los consumidores vuelven a lo básico
- Los atributos más deseables son los alimentos frescos y naturales
- El 80% consume alimentos para prevenir problemas de salud como la obesidad, la diabetes, el colesterol alto y la hipertensión

Desde 1990, la *California Walnut Commission* ha invertido más de 20 millones de dólares en la investigación en nutrición:

- 30 años de investigación científica
- Más de 190 artículos publicados
- 55 instituciones y universidades
- 10 países (EE. UU., Canadá, España, Alemania, Reino Unido, Israel, Japón, China, Corea del Sur y Australia)

Las áreas de interés para nuevos estudios son las siguientes:

- **Salud del corazón**
- **Peso y composición corporal**
- **Salud ósea**
- **Cáncer**
- **Salud cognitiva**
- **Diabetes**
- **Salud intestinal**
- **Síndrome metabólico**
- **Salud reproductiva**
- **Composición de nutrientes y bioactivos**
- **Metodología de la investigación**
- **Sueño**
- **Modelización de la alimentación**

[1] Rose Research Attitude & Usage Study 2020
[2] The Nielsen Company 2015 We Are What We Eat: Healthy Eating Trends Around the World. Accessed at www.nielsen.com

TAMAÑO Y COLOR

EJEMPLOS

Ejemplo #1 Light

Ejemplo #2 Light

Ejemplo #3 Light/Light Amber

Ejemplo #4 Light

Ejemplo #5 Light/Light Amber

Ejemplo #6 Light

Ejemplo #7 Light/Light Amber

Ejemplo #8 Light

Ejemplo #9

Ejemplo #10 Diced

Ejemplo #11

Ejemplo #12 Diced

Ejemplo #13

Ejemplo #14

Ejemplo #15

TAMAÑO Y COLOR

GRÁFICOS E INFORMACIÓN

Tamaños de las nueces

Las Nueces de California peladas están disponibles en una amplia variedad de tamaños y colores. Las descripciones y tamaños en los que se clasifican se basan en los estándares de calidad de la USDA para nueces peladas. Son las que tienen el título en color **amarillo**. Con el título en color **naranja** encontrarás algunas categorías que se utilizan como ingrediente en la industria de la alimentación. Las medidas aquí expuestas son sólo una referencia. Para más información, consulta a tu proveedor de Nueces de California.

MITADES

Descripción: Lote con más del 85% de granos partidos por la mitad; el resto pueden ser nueces partidas en ¾.

Tolerancias de tamaño de la USDA: Menos del 5% puede ser más pequeño que las nueces partidas a ¾, de las cuales no más de 1% puede pasar a través de un círculo de 6,35 milímetros de diámetro. *Consultar la Tabla 3 y el Ejemplo 1.*

PIEZAS Y MITADES

Descripción: Lote con al menos un 20% de granos partidos por la mitad.

Tolerancias de tamaño de la USDA: Menos del 18% debe poder pasar por un agujero redondo de 9,53 milímetros, de los cuales máximo un 3% puede pasar a través de un agujero de 6,35 milímetros y un 1% o menos puede pasar por un agujero redondo de 3,18 milímetros. *Ver la Tabla 3 y referirse a los Ejemplos 2 y 3.*

PIEZAS

Descripción: Los granos del lote no pueden pasar a través de una abertura redonda de 9,53 milímetros.

Tolerancias de tamaño de la USDA: Menos del 25% debe poder pasar por un agujero redondo de 9,53 milímetros. De este porcentaje máximo un 5% puede pasar a través de un agujero de 6,35 milímetros y un 1% o menos puede pasar por un agujero de 3,18 milímetros. *Ver la Tabla 3 y referirse a los Ejemplos 4, 5, 6 y 7.*

PIEZAS MEDIANAS

Aunque no estén incluidas en el estándar de tolerancia USDA, las piezas medianas son un tamaño muy utilizado en la industria de la alimentación. El 98% o más deben pasar por un agujero de 12,7 milímetros. No más del 3% pasaría a través de una abertura de 6,35 milímetros y un 1% o menos puede pasar por un agujero de 3,18 milímetros.
Consultar los Ejemplos 8 y 9.

PIEZAS PEQUEÑAS

Descripción: Los granos del lote pueden pasar por un agujero de 9,53 milímetros, pero no pueden pasar por un círculo de 3,18 milímetros.

Tolerancias de tamaño de la USDA: El 10% no pasa a través de una abertura de 9,53 milímetros y el 2% pasa a través de un círculo de 3,18 milímetros. *Consultar la Tabla 3 y consultar los Ejemplos 11, 12 y 14.*

DOBLE PICADO

Los formatos más pequeños de Nueces de California (cortada dos veces en dados) se presentan en diferentes consistencias que van desde una gruesa harina a un polvo fino. La harina de nuez se puede utilizar en pasteles, integrándose dentro de las masas y en los compuestos de nueces. También se pueden incorporar molidas a las pastas y a los rellenos, e incluso utilizarse como un agente espesante en las salsas. *Consultar el Ejemplo 15.*

PIEZAS PARA TOPPINGS "SIROPES"

AGUJERO CUADRADO	AGUJERO REDONDO
1/4 6,35 mm	20/64 7,94 mm

Típica medida de industria en diámetro *Referencia de Ejemplo 13 y 14*

AGUJERO CUADRADO	AGUJERO REDONDO
3/8 9.53 mm	28/64 11,11 mm

Típica medida de industria en diámetro *Referencia de Ejemplo 10*

COLORES DE LAS NUECES

Las Nueces de California presentan una amplia gama de tonos para cumplir con los requisitos específicos en cada producto. El espectro de colores de la nuez que presentamos (sólo para comparativas) ilustra esta amplia gama de colores disponibles.

Extra Light: La más clara y brillante. Un máximo de un 15% de las nueces pueden presentar un color más oscuro y de ellas, no más del 2% pueden ser más oscuras que las de la categoría Light.

Light: Variedad bastante clara, pero sin tanto brillo como la anterior. La nuez puede presentar, un máximo del 15% de las nueces pueden presentar un color más oscuro y de ellas, no más del 2% pueden ser más oscuras que las de la categoría Light Ámbar.

Light Ámbar: De tono más oscuro y sin demasiado brillo. Un máximo del 15% de las nueces pueden presentar un color más oscuro y de ellas, no más del 2% pueden ser más oscuras que las de la categoría Ámbar

Ámbar: Es la variedad más oscura y prácticamente no tiene brillo. Un máximo del 10% de las nueces pueden presentar un color más oscuro.

Rojo

La tabla de colores oficiales está disponible en: **DFA** 7710 Striker Avenue, Sacramento, CA 95834-1112
Tel: 916-561-5900 Fax: 916-561-5906 **www.dfaofcalifornia.com**

TABLA 3 USDA

Clasificación por tamaños	Tolerancia de tamaños				
	Más pequeños que 3/4 de la mitad	No pasan por un agujero redondo de 9,53 mm	Pasan por un agujero redondo de 9,53 mm	Pasan por un agujero redondo de 6,35 mm	Pasan por un agujero redondo de 3,18 mm
Mitades	5%			1% (incluido el 5%)	
Trozos y mitades*			18%	3% (incluido el 18%)	1% (incluido el 3%)
Pieza			25%	5% (incluido el 25%)	1% (incluido el 5%)
Trozos pequeños**		10%			2%

*Ninguna parte de la tolerancia debería ser utilizada para reducir el porcentaje requerido de mitades en un lote de "piezas y mitades".
**La tolerancia del 10% y 2% para la clasificación de "pequeñas piezas" se aplicará, respectivamente, a los tamaños máximos más pequeños o a los tamaños mínimos más grandes especificados.

Nota: Los estándares de la industria para tamaños de 2,23 mm son más rígidos que los de 3,18 mm.

Fuente: USDA, United States Standards for Grades of Shelled Walnuts (Junglans regia). Agricultural Marketing Service. Efectivo el 21 de septiembre de 2017. https://www.ams.usda.gov/sites/default/fi les/media/Shelled_Walnut_Standard%5B1%5D.pdf (Adobe Acrobat format).

NUECES DE CALIFORNIA
Representación comercial en España:
BBrand. The team behind the brand S.L. c/ Raset, 29 Planta baja (Local 4), 08021 Barcelona (España)
E-mail: **trade@nuecesdecaliforniaprofesionales.com**
www.nuecesdecaliforniaprofesionales.com

© Reservados los derechos.
Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, transmitida en ninguna forma o medio alguno, electrónico o mecánico, incluyendo las fotocopias, grabaciones o cualquier sistema de recuperación de almacenaje de información, sin permiso escrito del titular del copyright.

© California Walnut Commission 2021

Síguenos:

Visita nuestra web:

www.nuecesdecaliforniaprofesionales.com

California WALNUTS®

El ácido alfa-linolénico contribuye a mantener niveles normales de colesterol sanguíneo.

La ingesta mínima requerida para obtener el beneficio deseado es 2 g de ALA al día.

Una porción (30 g) de nueces contiene 2,7 gramos de ALA.

Se recomienda seguir una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.

Si usted tiene unas condiciones dietéticas especiales o padece alguna enfermedad debe consultar a un profesional de la salud.

RECONOCIDO POR LA FUNDACIÓN ESPAÑOLA DEL CORAZÓN ®