

POSI

MAG

*Marisol
González*

BELLEZA
RESPLANDECIENTE



GOURMET

ERES LO QUE COMES

CONOCE (Y PRUEBA) LA CARNE ORGÁNICA
GOURMET DE LA CAÑADA DE LA VIRGEN

POR STAFF POST MAG FOTOS: CORTESÍA Y TOMADAS
CON MOTOROLA ONE FUSION +



Sophia trabajó para varias empresas y gobiernos en sus programas de rescate de ecosistemas medioambientales. Con esa experiencia ganada, continua el proyecto que inició su madre. “Llegó a México y compró el terreno, son cinco mil hectáreas con una zona arqueológica que tiene una pirámide, misma que se donó al INAH para su conservación”, relata.

En un principio, la Cañada de la Virgen planteó un choque de dos necesidades. Por un lado, cómo criar y manejar el ganado de manera responsable y por el otro, cómo cuidar el medio ambiente.

“Fue cuando descubrimos las investigaciones de Allan Savory (naturalista y ganadero que plantea un método alternativo para la gestión de los ecosistemas con el uso del ganado). Él notó que, si se quita el pastoreo libre del ganado en un ecosistema, este empeora. Pero si se les permitía vivir y moverse libres, este se regeneraba”.

Explica que, tomando esto como modelo y tras realizar estudios en la reserva, se dieron cuenta que, si querían vacas sanas, no bastaba con

poner atención al pasto que se comen, sino la tierra y los minerales que lo hacen crecer.

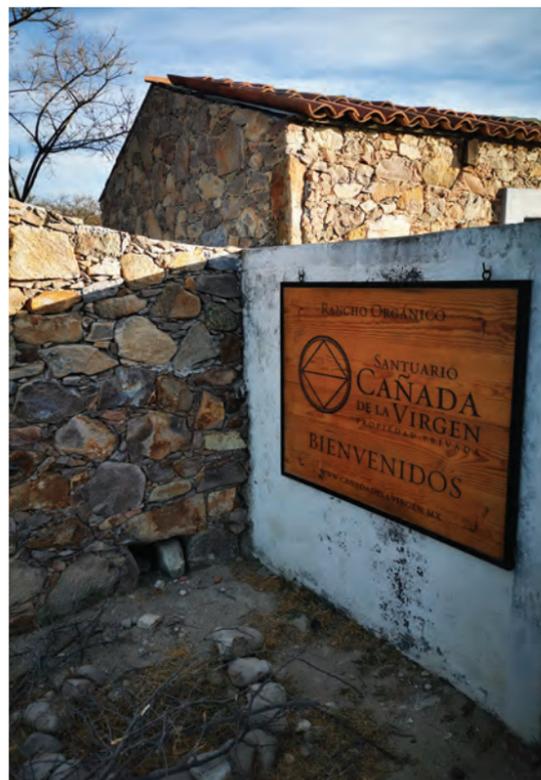
“Si la tierra no tiene los minerales necesarios, ni la vaca, ni la carne, lo va a tener. Esto es ganadería regenerativa. Queríamos rescatar los ecosistemas de Guanajuato y al mismo tiempo, con un buen manejo regenerativo y holístico del ganado, cumplir con dos metas: rescatar la reserva natural y obtener un ganado sano que produzca carne sana”.

Y aunque lo sostenible está en boga, Sophia deja en claro que hay una gran diferencia entre sostenible y regenerativo. “Para nosotros, regenerar es dar vida y mejorar. Con lo sostenible, mantienes algo en el mismo estado. En una ganadería industrializada, sus planes no van más allá de cinco años. Con una ganadería regenerativa, siempre piensas en mejorar”.

CARNE: EL PROBLEMA

Una práctica común en todo el mundo, es ver gente comprar kilos de carne en el supermercado para una parrillada de fin de semana. Pero, para Diego Martínez Conde, Médico y especialista en Medicina y Nutrición Funcional y colaborador de la cañada de la Virgen, eso es lo peor que podrías hacer.

“A la carne de ganado feedlot (industrializada y de animales que engordan en corral), le ponen hormonas para que crezca rápido y le



Hoy, más que nunca, hay una extensa variedad de opciones para comer. Comida italiana, tradicional, vegano, cortes de carne o cualquier otra opción, es algo relativamente fácil de encontrar en la CDMX.

Sin embargo, cuando se trata de comida orgánica y regenerativa, no surge nunca opción. O casi. La Cañada de la Virgen nace para cambiar eso al ofrecer carne orgánica y productos varios como cápsulas, que no contienen químicos ni conservadores. Es decir, solo carne sana y nada más.

En una reserva natural de 5 mil hectáreas de extensión, y protegida a nivel federal, crían ganado de manera regenerativa y donde siempre toman en cuenta que, en la naturaleza, todo está conectado.

GANADERÍA REGENERATIVA

En general, en la industria ganadera hay un proceso estandarizado e industrializado donde se engorda a las vacas y se les envía al rastro para ser sacrificadas empleando procesos poco higiénicos y que pueden caer en la crueldad animal, de acuerdo a Sophia Trapp, Directora Ejecutiva de Cañada de La Virgen.

“Ahí, por miedo a las bacterias, echan cloro en la carne y en general es muy sucia. En esas condiciones, la carne cruda es muy frágil y se puede contaminar muy fácil y rápido”, señala.





ponen antibióticos porque se va a enfermar. Todo eso, es lo que comes, especialmente la grasa y el hígado. La carne 'feedlotera' es muy venenosa porque, en el cuerpo de la vaca, la rejilla de la coladera, es el hígado. Ahí se concentra todo lo malo que le ponen al animal. Pero debo aclarar, no es malo comer la grasa de los animales, al contrario, así se desarrolló la especie humana. Lo que es malo, es el proceso industrial. Por ello, cuando inviertes en un producto de Cañada de la Virgen, tienes la certeza de que es carne sana", asegura Diego Martínez.

El especialista indica que de donde obtenemos los humanos más nutrientes es de las vísceras de los animales. "Por eso nuestras abuelas decían que hay que comer hígado. También está el riñón, páncreas, mollejas, sesos, criadillas, ubre, tripa, buche, nene-pil, etc. En México hay una cultura enorme de ese consumo, y cuando el animal es salvaje y come lo que debe comer, sí es nutritivo. En cualquier lugar del mundo que se mida, la carne de un animal de ganadería regenerativa, en comparación a una ganadería orgánica, tendrá más vitaminas hipo solubles como la A, E y K así como omega 3, que es un ácido

graso esencial y que está en las membranas de todas nuestras células", subraya.

CARNE: LA MEDICINA

Antes, en la Cañada de la Virgen solo criaban y vendían las reses. Pero un día, Sophia quiso ver a dónde iban sus reses. No soportó verlas cómo las encontró.

"Las vacas que nacen y crecen en libre pastoreo, son distintas a las de feedlot. No pude verlas así, en las condiciones que estaban esperando ser sacrificadas. Decidí hacerme responsable de ellas hasta el final y acordamos con un rastro un nuevo proceso sin estrés, ni contaminación. Todo con mucho respeto a ellas".

A raíz de esa mala experiencia, también iniciaron su propio centro de procesamiento, totalmente certificado, que cuenta con cinco carniceros que utilizan distintas técnicas y herramientas como luz UV. De esa manera, pueden controlar cada detalle y garantizar totalmente su producto.

"Estar aquí es como un safari. Yo nunca sé dónde están mis vacas, solo las veo cuatro veces al año porque son de libre pastoreo, no son de corral. Actualmente tenemos 800 cabezas de ganado en la reserva", dice Sophia y agrega: "Cuando vienen a la Cañada, todos piensan que necesitan la misma cantidad de carne, pero no así. La nuestra es muy densa porque no tiene agua, ni sal, ni clenbuterol, que hace que se hinche la carne. Con nosotros no hay nada, solo carne. Con 100gr, no necesitas más, te sientes bien".

Además de la carne libre de granos, hormonas, antibióticos, conservadores y otros químicos, la cañada de la Virgen ofrece, con la misma calidad, tiras de carne de res seca 30 días (Beef Jerky), y cápsulas de hígado de res 100% liofilizado para optimizar la preservación de los nutrientes.

"De donde obtenemos más nutrientes de los animales, es en las vísceras". Afortunadamente está la opción de las cápsulas para quienes no las comen.

"Mucho de nuestros clientes nos decían, quiero mejorar mi alimentación, pero no me gustan las vísceras ni el hígado, ¿qué puedo hacer? Por eso hicimos las cápsulas, no solo para quienes no lo comen, sino para cuando viajas, por ejemplo. Es lo que necesitas para mantener tu cuerpo sano. Es importante entender la diferencia entre una comida que se hizo con mucho cuidado, con mucho amor, esfuerzo y profesionalismo. Es lo opuesto a lo procesado, barato y de lo que solo se cuidó los costos. Ahora es más importante que nunca comer bien y nutritivo", concluye Sophia.

Sin duda, tenemos que estar muy conscientes de nuestra alimentación, pues estamos comiendo todo lo que antes ingirió la vaca. Y es que, como asegura el doctor Diego, "el mejor producto es el que tiene menos ingredientes. Si buscas res, debe decir en los ingredientes: res. Nada más. No debe tener sal, ni azúcar, ni conservadores".

Si el animal comió algo no alineado con su naturaleza, es lo que terminarás comiendo. Nunca fue tan cierto lo de que eres lo que comes. Y aquí, está la medicina.

Más información en canadadelavirgen.mx

