

GHEE CALDES D'ESTRACH

Alimento, medicina y placer

El ghee es un alimento valioso para la salud, citado hace más de 3.000 años en los libros ayurvédicos (India). Esta receta se ha vestido del pueblo donde se está elaborando en Catalunya y ha adoptado su nombre: Ghee Caldes d'Estrac. El Ghee Caldes d'Estrac es un producto con certificación ecológica, 100% artesanal, ecológico, elaborado por el Espai de Silenci (www.espaidelsilenci.com) de Caldes d'Estrac (Barcelona) en Cocció (un obrador de BCN), con toda la energía de la meditación. Sandra Campos está al frente de esta nueva empresa de alimentación ecológica y estará exponiendo en BioCultura BCN. P. Bolaño charló con ella.

Foto: EcoArchivo



Sandra Campos, una infatigable luchadora en pro de la alimentación ecológica y un mundo sostenible

Sandra Campos nos dice: “Es un proyecto familiar que hemos desarrollado a través de estos años con mi hija, buscando, como emprendedora que soy, alternativas para plantarle cara a la crisis económica que en general nos ha tocado a todos y poder desarrollar un modelo de empresa que para mí fuera virtuoso en todos sus aspectos. Es una empresa respetuosa con el medio ambiente que dona una parte de sus beneficios anuales a una ONG. Trabajamos en el cuidado del medio ambiente, elaboramos un producto de proximidad, todo se puede reutilizar. Nuestro producto, Ghee Caldes d'Estrac, es completamente saludable para quien lo compra y lo consume, es 100% artesanal y cuenta con la certificación ecológica del CCPAE”.

-¿Cómo se consume el ghee?

-El ghee se utiliza a la hora de preparar nuestros alimentos para freír, hornear, untar, cocinar... Se puede utilizar, en general, en lugar de la mantequilla, el aceite y/o allí donde pongamos cualquier tipo de grasa, tanto en platos dulces como salados. Con el Ghee Caldes d'Estrac no habría necesidad de ponerle otra grasa al plato. Máximo... una cucharadita pequeña al día por persona.

LAS PROPIEDADES

-¿Puedes explicar qué es este producto y, muy concisamente, cuáles son sus propiedades gastronómicas y terapéuticas?

-Aunque está hecho 100% a base de mantequilla, en este caso ecológica, sus propiedades son diferentes a las de ésta, debido a que

mediante un proceso artesanal se han eliminado prácticamente todas las proteínas de la leche, las toxinas y el agua. El ghee es la grasa pura que ha perdido todas las impurezas de la mantequilla, y por ello algunos, en Occidente, lo llaman mantequilla clarificada. El ayurveda en sus textos nos dice que este alimento a nivel interno ayuda a: aliviar el dolor de cabeza, revitalizarnos, ayudar a controlar el colesterol dañino, favorecer y potenciar la memoria, ayudar a aliviar los trastornos digestivos como la gastritis, las úlceras, estreñimiento... Equilibra el sistema nervioso, ayuda a depurar los intestinos, es un antioxidante natural, sana los procesos infecciosos y febriles, lubrica las articulaciones...

-¿También tiene efectos cosméticos?

-Si se aplica como una crema sobre la piel en pequeñas cantidades que resulten cómodas, según el ayurveda, a nivel externo... ayuda a: resolver desórdenes en la piel, eccemas, erupciones cutáneas, se puede utilizar como mascarilla facial, para aliviar alergias y quemaduras...

-¿Nos puedes hablar del proceso/aventura al que acabas de lanzarte poniendo en el mercado el Ghee Caldes d'Estrac?

-Han sido varios años de constancia. Los primeros cinco practicando la receta que, aunque parece fácil, tiene sus secretos. Mientras, en la familia íbamos consumiendo el producto, para asegurarnos de sus virtudes. Luego vinieron dos años desarrollando el producto hasta obtener la certificación ecológica.

“La distribución se va a llevar a cabo directamente y por nuestro portal virtual. Para España tengo una distribuidora interesada con quien contacté en la pasada BioCultura de Barcelona. Esto para mí es muy importante. Yo, sobre todo, quiero encargarme de la producción”

EL PÚBLICO

-¿Crees que el público español conoce este producto?

-El mundo “bio” y el sector ecológico sí conoce este producto en un alto porcentaje. Las personas que no tienen este tipo de prácticas saludables... no.

-¿Cómo va a ser la distribución? ¿Qué tienes pensado?

-Se va a llevar a cabo directamente y por nuestro portal virtual. Para España tengo una distribuidora interesada con quien contacté en la pasada BioCultura de Barcelona. Esto para mí es muy importante. Yo, sobre todo, quiero encargarme de la producción.



Cocció, el obrador barcelonés donde se elabora el Ghee Caldes d'Estrac

-¿Por qué le has puesto el nombre también de la población en la que vives?

-Al colocar en el mercado el Ghee Caldes d'Estrac también estamos ayudando a impulsar la marca de nuestro pueblo Caldes d'Estrac, donde hacemos la bioferia Aigua Calida, que en el 2019 llegará a su tercera edición.

LA ELABORACIÓN

-¿Nos puedes explicar el proceso de elaboración?

-Mediante un proceso artesanal se le quitan a la mantequilla todos los elementos lácteos, el agua y los tóxicos hasta que queda la grasa pura. El colesterol bueno que necesitan las células...

-¿Qué público piensas que va a consumir el Ghee Caldes d'Estrac?

-Quienes deseen cuidar de su salud.

-¿Cómo ves el sector ecológico en la actualidad en el estado español?

-Creciendo y mucho más organizado y profesional que en sus principios...

-¿Cómo te imaginas esta empresa dentro de cinco años? ¿Qué crees que va a pasar con esta aventura?

-Me veo vendiendo Ghee Caldes d'Estrac por toda Europa.

P. Bolaño

ESPAI DE SILENCI TERAPIAS Y "SLOW LIFE"

-En otro orden de cosas, ¿qué es el Espai de Silenci de Caldes d'Estrac?

-El "Espai del Silenci" es un lugar para disfrutar de la relajación, a través de diferentes terapias naturales y prácticas como la meditación, el reiki... que iremos anunciando a través de nuestro blog... y el disfrute de la naturaleza a través de un turismo responsable y "slow life", pleno de magia y leyenda. Si lo desea, puede venir a romper con la rutina y el estrés mediante nuestras terapias, talleres y propuestas de turismo responsable. "L'Espai del Silenci" está ubicado en Caldes d'Estrac, pequeña villa medieval frente al mar Mediterráneo (provincia de Barcelona), donde puede venir a relajarse y descansar en armonía con la naturaleza, viviendo y experimentando algunas prácticas de "slow life", en un entorno natural y saludable de mar, montaña, aguas termales, gastronomía mediterránea, la cultura del lugar, los deportes de mar y de montaña y aprender a utilizar en su alimentación diaria nuestro producto estrella... el Ghee Caldes d'Estrac. Todo eso y otras sencillas prácticas saludables y muy responsables y respetuosas con el medio ambiente #espaidelsilenci

MÁS INFO TOMA NOTA

Tel. 609 54 89 44
info@espaidelsilenci.com



Foto: EcoArchivo

El Ghee Caldes d'Estrac, un producto catalán con receta ayurvédica milenaria