

Conservación de alimentos sin electricidad: salazón, ahumado y deshidratación

Autor: EA4IPV

Fecha: 21/03/2026

Categoría: Alimentación

Etiquetas: Sin etiquetas

Conservación de alimentos sin electricidad

La conservación de alimentos es crucial en supervivencia prolongada: permite almacenar excedentes de caza, pesca o recolección para períodos de escasez. Estos métodos han sido usados por la humanidad durante miles de años antes de la refrigeración, y siguen siendo plenamente válidos.

Principio común

Todos los métodos de conservación tradicionales funcionan eliminando las condiciones que necesitan las bacterias para proliferar: agua, temperatura moderada y oxígeno. Reducir cualquiera de estos factores inhibe el crecimiento microbiano.

1. Salazón

La sal (cloruro de sodio) conserva los alimentos mediante deshidratación osmótica: extrae el agua de las células del alimento y de las bacterias, creando un entorno inhóspito para los microorganismos.

Salazón seca

Corta la carne o el pescado en tiras finas (máximo 1-2 cm de grosor).

Cubre completamente cada pieza con sal gruesa. Usa una proporción de aproximadamente 1 parte de sal por 3-4 partes de carne en peso.

Apila las piezas alternando capas de sal y carne en un recipiente no metálico o sobre una superficie limpia.

Coloca un peso encima para facilitar la extracción de líquido.

Después de 24-72 horas (dependiendo del grosor), retira el exceso de sal y cuelga las piezas a secar en un lugar ventilado y protegido de insectos.

Salmuera (salazón húmeda)

Prepara una solución saturada de sal: disuelve sal en agua hasta que ya no se disuelva más (aproximadamente 350 g de sal por litro de agua).

Prueba del huevo: La salmuera está suficientemente concentrada cuando un huevo crudo flota en ella.

Sumerge las piezas de carne o pescado completamente en la salmuera.

Mantén en lugar fresco durante 3-7 días para piezas pequeñas, hasta varias semanas para piezas grandes.

Duración de conservación

La carne bien salada y seca puede conservarse semanas a meses en clima fresco y seco. En clima cálido y húmedo, la duración se reduce. El bacalao en salazón y el jamón curado son ejemplos de alimentos que se conservan durante meses o años con este método.

2. Ahumado

El humo de madera contiene compuestos antimicrobianos y antioxidantes (fenoles, formaldehído, ácido acético) que, combinados con el calor y la deshidratación, conservan los alimentos.

Ahumado en caliente

Temperatura: 60-80°C. Cocina y ahúma simultáneamente.

Duración: 2-8 horas dependiendo del grosor.

Resultado: Alimento cocido, con sabor ahumado. Conservación limitada: 3-7 días sin refrigeración.

Método improvisado: Construye un trípode sobre una fogata de brasas (no llamas), cuelga la carne a 50-70 cm sobre las brasas, cúbrelo con ramas verdes de hoja ancha para retener el humo.

Ahumado en frío

Temperatura: 15-30°C. No cocina el alimento.

Duración: 12-48 horas o más.

Resultado: Alimento crudo pero conservado. Duración: semanas a meses.

Método improvisado: Construye una cámara de ahumado separada de la fuente de fuego mediante un túnel de 1-2 metros. El humo se enfría al recorrer el túnel antes de llegar al alimento. La cámara puede ser un agujero en el suelo cubierto con ramas, o una estructura de madera y lona.

Maderas recomendadas para ahumar

MaderaSaborIdeal para

RobleFuerte, intensoCarne roja, caza

HayaMedio, equilibradoPescado, cerdo

Manzano, cerezoDulce, suaveAves, pescado

AlisoDelicadoSalmón, trucha

Nunca uses coníferas (pino, abeto, ciprés) para ahumar alimentos. La resina produce humo con sabor desagradable y contiene compuestos potencialmente tóxicos.

3. Deshidratación

Eliminar el agua del alimento hasta un contenido de humedad inferior al 15% impide la proliferación bacteriana.

Deshidratación solar

Corta el alimento en tiras o rodajas finas (3-5 mm).

Coloca sobre una superficie limpia elevada (rejilla improvisada de ramas) con buena circulación de aire y exposición solar directa.

Protege de insectos con una tela fina o malla si es posible.

Voltea las piezas cada 4-6 horas.

Tiempo: 1-3 días en clima cálido y seco. Más en clima húmedo.

Charqui (jerky)

La técnica más conocida de deshidratación de carne, originaria de los pueblos andinos (del quechua ch'arki):

Retira toda la grasa visible de la carne (la grasa se enrancia rápidamente).

Corta en tiras de 3-5 mm de grosor, siguiendo la fibra de la carne.

Opcional pero recomendable: marina en sal durante unas horas antes de secar.

Seca al sol, al viento, o sobre una fogata de bajo calor.

El charqui bien hecho es quebradizo (no flexible) y puede conservarse meses.

Frutas y vegetales

Cortar en rodajas finas y secar al sol. Manzanas, bayas, setas y hierbas aromáticas se deshidratan especialmente bien.

Las setas silvestres comestibles deshidratadas se conservan durante meses y rehidratan fácilmente en agua caliente.

Combinación de métodos

Los métodos se potencian entre sí:

Salazón + secado: El método más fiable. Salar primero, luego secar al aire o sol. Es el principio del tasajo, la cecina y el bacalao seco.

Salazón + ahumado: El más sabroso. Salar, luego ahumar en frío o caliente. Principio del salmón ahumado, el jamón de la Selva Negra.

Los tres combinados: Salar, secar parcialmente, luego ahumar. Máxima conservación y sabor.

Regla de seguridad: Si el alimento conservado muestra moho, mal olor, textura viscosa o sabor agrio inesperado, descártalo. La intoxicación alimentaria en supervivencia, lejos de atención médica, puede ser mortal.