

# VOCES



**Charlas en la mesa**  
CAIUS APICUS Crítico de gastronomía

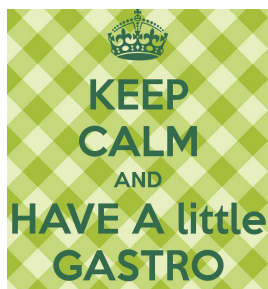
## No todo es 'gastro'

Decir, a estas alturas, que la gastronomía está de moda es una obviedad; todo está impregnado de gastronomía o de lo que la mayoría de la gente entiende por tal. Hoy la gastronomía es lo que los expertos en márketing llaman un consumible, algo que se consume, es decir, que se compra. Y no. Es lo malo que tiene cuando lo que se pone de moda es una palabra, y no el concepto al que debería responder.

La gastronomía, para mí, es un conjunto de conocimientos interdisciplinarios adquiridos tanto por la vía empírica como por la teórica. Gastronomía no es comer cualquier cosa y que te guste. Es saber por qué te gusta en todos los sentidos. Gastronomía es cocina, vinos y mesa, sí; pero es historia, es geografía, es sociología, es antropología, ¿es literatura? Pero hoy todo es gastronomía. Y no es verdad. ¿Libros gastronómicos, blogs gastronómicos, programas gastronómicos? No es cierto. Pongan ustedes, en vez de «gastronómicos», «de cocina» y se acercarán más a la realidad. Un programa en el que se hace una receta ante la cámara, y nada más, es un programa de cocina. Lo mismo los recetarios, por muy ilustres que sean. En algunos de ellos hay, claro que hay, gastronomía; pero los mejores libros gastronómicos no son precisamente recetarios: véanse 'La casa de Lúculo', de Julio Camba, 'La cocina cristiana de Occidente', de Álvaro Cunqueiro, 'Las recetas de Pickwick' y 'Nuevas recetas de Pickwick' (no se llamen a engaño por su título), de Néstor Luján...

Sucede que, como todo lo que está de moda, la gastronomía vende. Así que hay un montón de ciudadanos dispuestos a aprovecharlo. Al paso que vamos, la palabra gastronomía perderá todo su valor. Ahora todo es 'gastro', viejo refrán español: dime de qué presumes y te diré de qué careces.

'Gastrobares' por tabernas más o menos ilustradas, 'gastrotapas' por tapas más complicadas que las tradicionales, mercados 'gastronómicos' (¡pues claro!, en los mercados siempre hubo gastronomía) ¡hasta, oh cielos, 'gastrocoaching'!



Incluso he visto anunciarse, en uno de esos mercados, un 'personal eating trainer'. Esto no es gastronomía: es márketing. Gastronomía no es sólo comer, sino disfrutar de lo que se come, que requiere comprender lo que se come, qué nos cuenta, qué historias tiene. Me interesa mucho más lo que un plato o un ingrediente concreto lleva dentro que la «filosofía» (otra que tal) del cocinero. Estoy con Bertrand Russell y con Cunqueiro: cuanto más se sabe de algo, más gusta, más se disfruta, porque al placer sensorial se une el intelectual. Y quien no comprenda esto, renuncie a graduarse de gastrónomo. Investigar y saber para disfrutar.

Hay más cosas, pero dejémoslo así, porque hay otro tema 'gastronómico' que quisiera tocar: los concursos televisivos para cocineros. Cada cual es muy dueño de pagar el precio que estime conveniente para tener sus momentos de gloria, pero sólo si ese «cada cual» es plenamente responsable de sus actos. Un niño no lo es. Nuestra sociedad tiende a sobreprotegerlos, a veces hasta niveles absurdos. Se nos dan instrucciones previniéndonos de los peligros que corren en la cocina: que si los fuegos, que si los mangos de las sartenes hacia dentro, que si los cuchillos fuera de su alcance... Todo para que a algún genio se le ocurra poner a chiquillos de 10 o 12 años a cocinar ante las cámaras con fuego que quema, cuchillos que cortan...

A ese genio le han seguido cientos de imitadores, con el apoyo entusiasta de unos padres que pretenden que su hijo se convierta en un Ferran Adrià que los saque de trabajar. Bueno, pues para mí esta situación equivale a que en televisión, o en familia, se aliente a los niños a viajar en coche sin cinturón de seguridad.

● **Seis de cada diez personas abandonan la 'Operación bikini'.** De las personas que la acaban, el 70% recupera «pronto» los kilos perdidos. El especialista en Psicología de Hospital Quirón Torrevieja Miguel Sánchez Barredo recuerda que es «fundamental» que la «puesta a punto» para el verano «no se convierta en una contrarreloj angustiosa donde se pretenda tomar atajos para tener de la noche a la mañana un cuerpo perfecto».



Desde La Merced ALUMNOS DE 2º DE DIRECCIÓN DE COCINA

## Cosas de cocina

Los alumnos de 2º de Dirección de Cocina del Centro Integrado de Formación Profesional (CIFP) de La Merced han preparado hoy para los lectores unos consejos que ellos aplican con éxito en los fogones de su escuela.

### La dichosa sal en los guisos

Sin entrar en mucho detalle, acostumbrado a ver cocinar a los padres, siempre se había creído que la sal había que echarla al principio. Durante el sofrito puede que tuviera algo de sentido para que las verduras suelten al medio su jugo, pero durante la cocción del pollo conejo o carne es mejor esperar al final para que no ceda líquido al medio y quede más jugosa. En los estofados cuando se pretende que el jugo de las carnes se ceda al medio se debe sazonar antes.

### Cocinar a la sal

Siempre que vaya a hacer un pescado a la sal (cubriéndolo completamente de sal y metiéndolo al horno) para que quede más jugoso es mejor que humedezca la sal con agua o claras de huevo, así se crea una capa mas impermeable que evita que se evaporen los jugos del pescado. También es aconsejable que el pescado esté entero y sin abrir ya que así absorberá la sal precisa y no más.

### Un poco de sal a dulce

En pastelería un poco de sal al batir yemas, además de potenciar el sabor final de las masas, tanto dulces co-

mo saladas, también añade esponjosidad y facilitan el batido. En salsas como la mahonesa, holandesa, etc... es aconsejable echar la sal al principio en el huevo para facilitar su emulsión.

### Recomendaciones con el aceite caliente

Si va a añadir vinagre, vino u otro líquido acuoso al aceite, siempre es mejor que se enfríe primero. Pero si tiene prisa y la cantidad de líquido supera por bastante a la de aceite puede verterlo, hágalo siempre de golpe y con decisión ya que facilita que el aceite enfríe rápidamente sin darle tiempo a que reaccionen.

### Y a la hora de freír...

A la hora de freír en abundante aceite, es aconsejable que esté muy caliente para que se selle primero la superficie y no pierda jugo tanto en crudos como rebozados enharinados o las famosas croquetas. Pero más importante aún es que haya suficiente para cubrir entero el producto. Aunque pueda parecer lo contrario evita que se empapen mucho en grasa, puesto que se llan antes de que penetre la grasa.

### El remojo de las legumbres

Pues para quitarnos de la duda, las legumbres en general se ponen en remojo en agua fría sin sal. Excepto los garbanzos que se ponen en agua templada con sal para evitar que se desprenda la piel durante el cocinado. Las lentejas no hace falta ponerlas en remojo el día de antes.



LUIS ÁNGEL TEJEDOR

GLOSARIO OFRECIDO POR EL DEPARTAMENTO DE INGLÉS

### Cuando hay que elegir carne en una carta en inglés...

- **'Beef'**  
Terнера
- **'Beef cheek'**  
Carrillera de ternera
- **'Acorn-fed ibérico cured loin'**  
Lomo ibérico de bellota
- **'Boneless chop'**  
Chuleta deshuesada
- **'Beef jaw stewed in its juices'**  
Carrillera de ternera guisada en su jugo
- **'Beef burger'**  
Hamburguesa de buey
- **'Cured ham'**  
Jamón Serrano
- **'Baked'**  
Al horno

● **La flor más antigua del mundo** podría haberse encontrado en el noreste de China, un espécimen que dataría del período Jurásico, unos 162 millones de años atrás. El hallazgo aparece publicado en la 'Historical Biology'. El fósil de

'*Euanthus panii*', una flor completa, no se ajusta a las teorías actuales sobre la evolución de las plantas: «La historia de las angiospermas es mucho más extensa de lo que habíamos supuesto», indican los investigadores.



25%

● **Los embalses** deberían aumentar un 25% su capacidad para poder hacer frente al cambio climático, según el presidente de la Federación de Comunidades de Regantes, que recuerda que las precipitaciones se reducirán en un 30% en los próximos 50 años y aumentará el consumo de agua por el incremento de dos grados de la temperatura.

La Soria encontrada **MANUEL MELENDO** Historiador

## En Semana Santa

EN EL SANTO ENTIERRO DE CRISTO PROCESIONA UN LIGNUM CRUCIS QUE ESTÁ EN SORIA DESDE 1522

Sabían que la cofradía del Santo Entierro de Cristo procesiona un Lignum Crucis que está en Soria desde 1522? Son ocho las cofradías que recorren la ciudad a lo largo de los días de la Semana Santa, y es la única de Castilla y León que sigue en perfecto orden cronológico La Pasión, siendo una de las razones de su declaración como de Interés Turístico Regional, en el año 2008.

Estos actos religiosos comienzan el Domingo de Ramos, con la procesión de la Borriquilla, organizada por la cofradía de la Entrada de Jesús en Jerusalén. El Paso es de 1960, y es una imagen de Jesús subido en un borrico, con una Palma y bendiciendo. La cofradía carece de banda propia de tambores y cornetas, por lo que desfilan con La Borriquilla los tambores de la cofradía del Santo Entierro y las Cornetas de la cofradía de las Caídas de Jesús. Es una cofradía de carácter infantil, ya que la mayoría de los que van con el paso son niños.

La cofradía de la Flagelación es la protagonista de las tardes del Lunes Santo y del Martes Santo. El Lunes por la tarde procesiona por

las calles de la parroquia del Espino, rezando el Vía Crucis, con una imagen del siglo XVI de un Cristo atado a la columna, que perteneció al gremio de los zapateros. La cofradía del Santo Entierro lo cedió a la de la Flagelación, cuando se cumplían 50 años de su constitución, para hacer este Vía Crucis. La imagen es portada a hombros.

La noche del martes, la cofradía de La Flagelación, sale a la calle junto a la cofradía de La Oración en el Huerto. La cofradía de la Flagelación fundada en 1954, lleva la imagen del Cristo atado a la columna que salió en el Vía Crucis, además de un grupo escultórico de la Escuela de Olot, La Flagelación de 1951. Parten de la iglesia de Nuestra Señora del Espino y bajan por la calle Caballeros al encuentro con el paso de La Oración en el Huerto, que antiguamente procesionaba la tarde del lunes. El paso es la imagen de Jesús en el Huerto de los Olivos, y porta todos los años una palmera natural traída de Elche. Salen de la iglesia de Nuestra Señora del Carmen, encontrándose con la Flagelación en la plaza de Mariano Granados, siguiendo juntos hasta San Pedro.



Procesión de El Encuentro en la plaza Mayor de Soria. MARIO TEJEDOR

El miércoles la procesión la organiza la cofradía del Ecce Homo, cuyo paso es del siglo XVII. Parten de Santo Domingo y hacen un Vía Crucis por el Paseo de los Álamos hasta la ermita de San Saturio.

La tarde del Jueves Santo la cofradía de Las Caídas de Jesús, procesiona una imagen del siglo XIX

de un Cristo caído bajo el peso de la cruz, haciendo otro Vía Crucis que parte desde la colegiata de San Pedro. La noche de este día la cofradía de la Virgen de la Soledad, inicia una emocionante y solemne procesión denominada 'del Silencio' desde la ermita de la Soledad en el parque, con la propia Virgen de la Soledad y el Cristo del Humi-

lladero. Ya en la mañana del Viernes Santo, la cofradía de las Siete Palabras tiene su inicio desde la iglesia del Salvador, con dos pasos, la Exaltación de la Cruz, portado a hombros y el Cristo de los Flores, haciendo un recorrido con siete paradas, donde se predica sobre las Palabras de Jesús en la Cruz hasta la colegiata de San Pedro. La tarde de este día, parte desde San Pedro la procesión general del Santo Entierro, dirigida por la cofradía del mismo nombre, la más antigua de la ciudad, y que data de 1887. Su paso titular es un Cristo Yacente del Siglo XVII, portado en una urna de cristal, a hombros de los hermanos de la cofradía, así como un trono con un 'Lignum Crucis', que está en la ciudad desde 1522. El orden de la procesión es el mismo que ha llevado a lo largo de estos días, cerrando el desfile la Virgen de la Soledad. Al llegar a la plaza de Mariano Granados, tras recibir a la Virgen con el himno nacional, se canta la Salve, volviendo cada cofradía a su templo por el camino más corto.

Para completar el ciclo de la Semana Santa, faltaba la procesión del Encuentro entre el Resucitado y su Madre. La imagen del Resucitado fue realizada en 2006 y la Virgen de la Alegría en 2008, siendo ambas del escultor vallisoletano Miguel Ángel Tapia. La primera procesión del Encuentro se produjo en 2007, siendo protagonista la Virgen de La Blanca, participando ya desde el 2008, la Virgen de la Alegría. Cuando se encuentran las dos imágenes en la plaza Mayor se le retira el velo de luto a la Virgen de la Alegría. Las imágenes son portadas a hombros por miembros de todas las cofradías.

### Es tiempo de...

● **Alergias.** Hay quien cree que el polen de las flores hace estornudar porque nos produce alergia. En realidad, estornudamos si el polen es muy excesivo (igual que lo hacemos con la pimienta, por ejemplo) o porque el perfume es muy intenso. Eso sucede con los tilos, cuyo aroma resulta tan fuerte que las narices más sensibles lo rechazan.



### A lo que hemos llegado...

Cuando un dron llama a su puerta

● **Amazon, la multinacional** estadounidense de comercio por internet ha iniciado esta semana en Miami las pruebas de entrega de paquetes con el uso de drones tras la autorización de la Administración Federal de Aviación (FAA) a la empresa para que avance en sus investigaciones. Este modelo de reparto con aviones no tripulados llega a una decena de áreas postales de Miami, en el sur de Florida, tras debutar en Nueva York y Baltimore. La FAA autorizó pruebas en el «mundo real» de estos dispositivos con certificado de piloto provado, en espacios abiertos, «a menos de 122 metros de altura y solamente durante el día». Las pruebas tienen como objetivo reducir a 30 minutos la distribución de paquetes, incluso a lugares de difícil acceso.

### Consumo responsable

## Carburante: entre todos es más barato

LA Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) aspira a obtener descuentos superiores a 8 céntimos por litro con su nueva plataforma de compra colectiva de carburante, que ha comenzado a captar interesados este pasado miércoles. «Un descuento de menos de 8 céntimos no es negociable», ha asegurado esta semana la portavoz de OCU, Ileana Izvernicanu, antes de precisar que el descuento no consistirá en un precio cerrado por litro. «Estamos negociando ya con proveedores para

presentar el proyecto y parece ser que hay buena acogida, no nos han cerrado las puertas», añadió. La plataforma aspira a obtener un descuento que se aplicará a través de una tarjeta de la que dispondrán los consumidores inscritos. Estos usuarios no estarán obligados a repostar en las gasolineras de la empresa ganadora y, en caso de no estar satisfechos con el descuento conseguido, podrán desligarse de la compra colectiva. Los interesados pueden inscribirse hasta el 12 de mayo en el portal 'www.quiero-

pagarmenosgasolina.org', con el objeto de que a finales de ese mes se dé a conocer el nombre de la empresa ganadora. La OCU precisa que no se espera un número mínimo de participantes, sino que negociarán con todos los que se sumen a la iniciativa. En el registro, el ciudadano solamente tendrá que indicar su nombre, su dirección de correo electrónico y su teléfono, además de alguna información adicional para que OCU pueda estimar el ahorro que le puede suponer sumarse a esta iniciativa (tipo

de gasolina, franja de kilómetros que recorre al año, gasto aproximado al mes en gasolina, código postal y empresas en las que más consume), según explicó el técnico de la OCU Miguel Ángel Pascual. Estos datos no se suministrarán a las empresas interesadas en la compra colectiva, según precisa la organización.

El descuento se aplicará durante al menos un año y no se aceptarán ofertas de repostajes limitados, sino ajustadas al consumo razonable de los usuarios. **OTR PRESS**