

Qué es cocinar

La acción: cocinar
El resultado: cocina

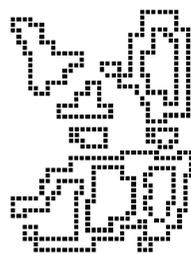
Bullipedia



Qué es cocinar

La acción: cocinar

El resultado: cocina



Bullipedia

elBullifoundation, Fundació Privada

Patronos 2019

Ferran Adrià, Albert Adrià, Marta Sala, Isabel Pérez
y Ernest Laporte

Y siempre está con nosotros Juli Soler

Ángeles 2019

Telefónica, Lavazza, CaixaBank, Grifols

Qué es cocinar

La acción: cocinar. El resultado: cocina

Primera edición: julio de 2019

Responsable de la edición

Bullipedia

Corrección de estilo y supervisión

Cillero & de Motta

Diseño y maquetación

dosgrapas

Impresión

Liberdúplex, S.L.U

ISBN

978-84-09-12631-6

Depósito Legal

B 16820-2019

Impreso en España

© elBullifoundation, Fundació Privada

Cala Montjoi s/n, 17480 Roses
www.elbullifoundation.com

Reservados todos los derechos. Ninguna de las partes de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida por ningún medio sin permiso del editor.

© Fotografías

Todas las imágenes, dibujos y obras que ilustran este libro son de elBullifoundation, Fundació Privada, si no se especifica lo contrario.

Menciones de los autores y entidades, cuya generosa colaboración agradecemos, se especificarán en las páginas finales del libro.

Esta obra recopila el conocimiento conectado necesario para responder a la pregunta de qué es cocinar. Existen cientos de maneras de llevar a cabo esta acción, porque la cocina es una realidad enorme y compleja. Este libro es una propuesta en sí mismo, una llamada a huir de los dogmas, un proyecto para ampliar nuestro horizonte de comprensión y de toma de decisiones a la hora de decidir qué y cómo cocinar. Es una invitación, una visión basada en la investigación que cuestiona por completo el *statu quo*, lo que dábamos por hecho, a partir de la cual el lector será capaz de decidir cuál es su forma de entender qué es cocinar.



Prólogo

Este es el inicio de todo. El inicio de Sapiens, del Sapiens de la restauración gastronómica y de la Bullipedia. Una simple pregunta, ¿qué es cocinar?, es el punto de partida.

El proyecto comenzó en 2012 y partió de la idea de que responder al interrogante planteado nos permitiría entender mejor la propia cocina y tener un conocimiento más profundo de la misma, lo cual nos conduciría a crear de otra manera. Oriol Castro, Eduard Xatruch, Mateu Casañas y José María Pinto figuran en el inicio de esta aventura, que supuso una primera revisión y consulta de todo lo que se había escrito sobre la cuestión que queríamos resolver. A pesar del gran número de publicaciones cuya temática está relacionada con el hecho de cocinar o con la propia cocina, no encontramos referencias que respondieran directamente a nuestra pregunta, tan sencilla en apariencia.

Vimos que para comprender qué es cocinar y qué es la cocina debíamos analizar, paralelamente, el origen, tanto del acto de cocinar como de sus resultados, y su posterior evolución. Solo así podríamos decodificar el ADN de la cocina, conocer sus genes, para llegar a contextualizarla en el día a día del restaurante gastronómico. Había términos que nos obligaban a replantearlo todo una y otra vez –cocinar, elaboraciones, productos elaborados, crear, reproducir, servir, preelaborar, comer, beber, degustar, vivir una experiencia– y que, asociados a la consideración imprescindible de la perspectiva histórica, nos permitieron generar el marco de trabajo idóneo para tener una visión conectada del conocimiento. Iniciamos, entonces, el proyecto sobre el origen de la cocina y su evolución.

Con Eugeni de Diego dimos un paso más. Profesionales de diferentes disciplinas se

sumaron al proyecto y lograron enriquecerlo desde la experiencia que necesitábamos para dar respuesta a las numerosas cuestiones que iban surgiendo. Más adelante, relevando a Eugeni, Gabriel Bartra tomó la batuta como director de contenidos de la Bullipedia y empezamos a tener una visión global de los aspectos que necesitábamos analizar para comprender la cocina, incluyendo otros puntos de vista, como el científico, el artístico, el creativo o el social.

Se incorporó entonces al proyecto Claudia González, periodista gastronómica que ha trabajado como creadora de contenidos hasta la clausura del mismo. Para dar forma y cerrar este volumen se apoyó en toda la investigación realizada hasta su llegada, terminando de comprender qué es cocinar y elaborando el discurso que articula hoy este libro.

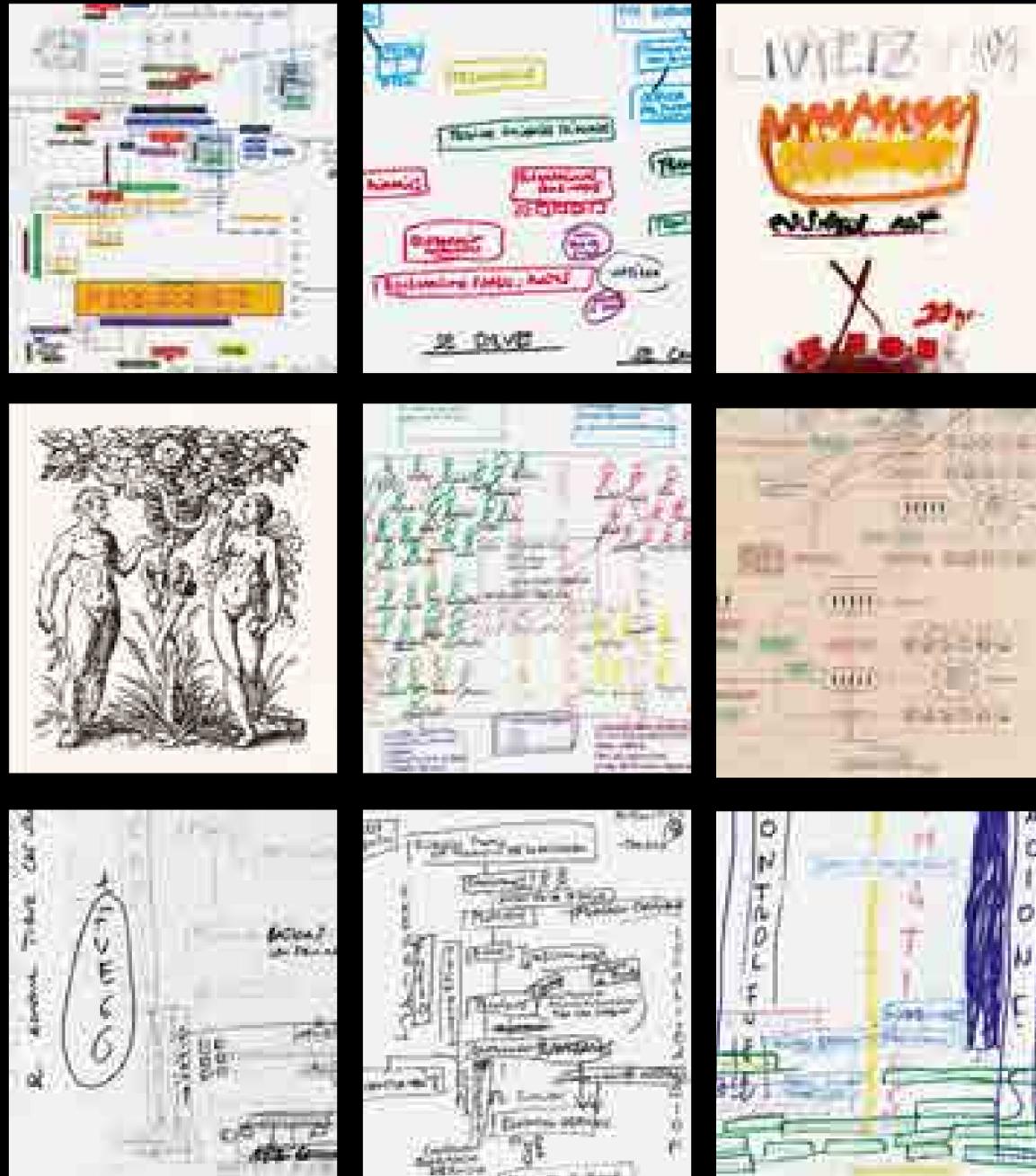
El contenido recogido en las páginas que el lector tiene en sus manos es la base sobre la que cualquier cocinero podría desarrollar su trabajo, pues abarca un amplio abanico de conceptos y visiones que, en conjunto, responden a la pregunta que da título a la obra. Dicho esto, podríamos considerarla como la continuación de *Los secretos de El Bulli*, una referencia para reflexionar sobre el proceso creativo en la cocina.

Gracias a todos los bullinianos con los que en el Bulli restaurante, a lo largo de los años, nos cuestionamos qué es cocinar y su resultado, la cocina.

Ferran Adrià



ÍNDICE



INTRODUCCIÓN

SAPIENS DE LA COCINA

20

CAPÍTULO 1

PARTIMOS DE COMPRENDER ASPECTOS LÉXICO-SEMÁNTICOS

48

CAPÍTULO 2

LA GÉNESIS DE LA COCINA

62

CAPÍTULO 3

¿QUÉ HACE EL SER HUMANO CUANDO COCINA? ¿PARA QUÉ LO HACE?

86

CAPÍTULO 4

MILLONES DE PERSONAS COCINAN CADA DÍA: NO EXISTE UN PERFIL ÚNICO DE COCINERO

128

CAPÍTULO 5

UNA VISIÓN CIENTÍFICA Y SISTÉMICA DE LA COCINA

156

CAPÍTULO 6

RECURSOS DE LA COCINA A LOS QUE DEDICAMOS UNA EXPLICACIÓN EXTENSA

200

CAPÍTULO 7

¿QUÉ SE COCINA Y CÓMO SE COCINA?

244

CAPÍTULO 8

COMPENDIDO LO ANTERIOR, COCINAR PUEDE CARGARSE DE SIGNIFICADOS

342

CAPÍTULO 9

COMO ACCIÓN QUE SE REPITE EN EL TIEMPO, COCINAR GENERA CONSECUENCIAS

432

CRÉDITOS Y AGRADECIMIENTOS

460



INTRODUCCIÓN

Este apartado introduce Sapiens como metodología y la Bullipedia como enciclopedia gastronómica, de la que forma parte este volumen. Además, contextualiza el público al que se dirige la obra, la aplicación de Sapiens en la misma, su conexión con la restauración gastronómica y su intención de aportar un avance en la construcción de la teoría de la cocina.

CAPÍTULO 1

48

PARTIMOS DE COMPRENDER ASPECTOS LÉXICO-SEMÁNTICOS

Definición de términos principales. Para entrar en materia, empezaremos por las definiciones de los conceptos que articulan el discurso de este libro, entre los que se encuentran —evidentemente— «cocinar» y «cocina», para los que aportaremos nuestra definición en clave Sapiens.

Definición de términos relacionados. Seguiremos con aquellos términos que son imprescindibles y que se desprenden de los anteriores, como «alimentación» o «gastronomía». Se introducirán, además, las diferencias entre «comer» y «beber», y entre elaboraciones con uso de «comida» y con uso de «bebida».

CAPÍTULO 2

62

LA GÉNESIS DE LA COCINA

¿Cocinar es mejorar la naturaleza? La naturaleza no es mejor ni peor en sí misma, lo que hace el ser humano al cocinar es mejorar para él aquello que toma de la naturaleza, transformando los productos para hacerlos comestibles o más digeribles.

Sin que el ser humano intervenga, la naturaleza cocina. Por sí misma, la naturaleza «elabora», es decir, cocina, porque en ella se dan procesos que transforman la materia de sus productos (madurándolos, secándolos, fermentándolos, etc.).

Los animales no cocinan: cocinar es algo que caracteriza al ser humano. El ser humano superó el instinto que guía al animal cuando busca alimento con el objetivo único de sobrevivir. Así, cocinar pasó a ser una actividad propia que no comparte con ninguna otra especie.

Sin actitud y voluntad, no hay punto de partida de la cocina. El ser humano parte de una actitud y una voluntad que suponen una conciencia implícita de estar transformando productos con el objetivo de mejorarlos.

El primer motivo de cocinar es hacer comestibles los productos, pero ¿hay alguna otra explicación de por qué cocinamos? Como seres humanos, cocinamos con una actitud y voluntad y lo hacemos, esencialmente, porque podemos, a diferencia de los animales. Esta acción ha facilitado nuestra alimentación desde el Paleolítico, pero, después, ha evolucionado de miles de formas diferentes, con múltiples significados y motivaciones.

¿Cómo se explica qué es cocinar? Cocinar es una acción que aglutina diferentes aspectos, que varían en función de las prioridades y decisiones del cocinero,

así como del contexto en el que cocina. El «cómo» se cocina nos proporciona valiosa información para explicar qué es cocinar en función de cuándo, quién, dónde, por qué y para qué se lleva a cabo esa acción. Solo si conocemos el proceso culinario podremos analizar qué se cocina y entender que esa acción genera diferentes consecuencias e interpretaciones.

El ser humano cocina para alimentarse, la gran diferencia es que también lo hace para disfrutar, guiado por el hedonismo. Además de para nutrir su cuerpo y alimentarse, el ser humano ha sabido emplear productos, técnicas y herramientas que van más allá de la mera supervivencia y hacen de la cocina un vehículo para el hedonismo, para disfrutar con la degustación. Las diferencias entre estos dos propósitos de la cocina se tratan a fondo en este capítulo.

¿QUÉ HACE EL SER HUMANO CUANDO COCINA? ¿PARA QUÉ LO HACE?

Elaborar, transformar, combinar, mezclar, preparar, ensamblar, procesar: ¡todo es cocinar! ¿Cuántas acciones a las que nos referimos con otros verbos distintos de «cocinar» implican lo mismo? Como veremos al analizar sus definiciones, hay acciones, como transformar, combinar, ensamblar o producir, que, al realizarlas, implican que se está cocinando.

Para crear algo culinariamente nuevo: ¡hay que cocinarlo! Nos preguntaremos aquí sobre las situaciones en las que se cocina para crear y sobre la posibilidad de crear cocinando. Plantearemos la opción de la creación tanto en la cocina profesional como en la amateur, considerando en ambas la voluntad y la variación de recursos disponibles.

¿Qué supone hacer cocina creativa? ¿Qué implica ser innovador en cocina? Todas las elaboraciones se crearon en algún momento y la cocina es creativa desde sus inicios, pero en la actualidad este concepto tiene otro matiz. Observamos que hay cocineros que llevan a cabo una cocina que puede calificarse como creativa. Este atributo lleva asociado el hecho de aportar algo inédito, bien al proceso, bien a la elaboración que se emplata y degusta. Además, la cocina puede ser innovadora, si quien crea logra rentabilizar el valor de lo creado, es decir, consigue con ello un beneficio.

Antes de elaborar los productos se preparan para ser cocinados: ¿estaríamos empezando a cocinar cuando preelaboramos? Preelaborar es la etapa previa a la elaboración que permite que esta suceda. Cuando se preelabora, se acondicionan y preparan productos para que puedan realizarse en ellos otras transformaciones, aplicando

técnicas que se denominan específicamente «de preelaboración», incluidas en este apartado.

Cuando cocinamos una elaboración que ya existe... ¿la estamos reproduciendo o recreando? En la inmensa mayoría de las ocasiones en las que se cocina, se está reproduciendo una elaboración, resultado al que se llega tras una previa preelaboración y un posterior emplatado, que forman parte del proceso culinario de reproducción.

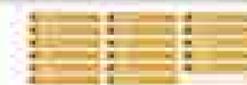
Al emplatar se finaliza el proceso de elaboración. Nos encontramos de nuevo en el límite porque... ¿cocinamos cuando emplatamos? Dedicaremos un apartado al emplatado, que puede ser colectivo o individual, como parte última de un proceso por el que la elaboración pasa a considerarse emplata y lista para degustar, si no requiere de transformaciones adicionales.

Si la intención no es hacer un uso inmediato de las elaboraciones después de cocinarlas, ¿cambia la forma en que se cocina? Entre los usos posibles de la cocina

está la conservación, cuyo objetivo específico es que las elaboraciones no perezcan de inmediato si no se consumen una vez cocinadas, para lo que se aplican técnicas y/o se emplean herramientas que permiten la conservación en el corto, medio y largo plazo.

¿Es todo lo anterior difícil de llevar a cabo? ¿Es complejo cocinar? Cocinar puede ser fácil o difícil en función de las técnicas que el cocinero decida emplear y del conocimiento que posea de las mismas. La complejidad de una cocina, por otra parte, no depende de las técnicas utilizadas, sino de las elaboraciones intermedias que requiere una elaboración que se degusta.

Todo lo que se elabora está cocinado, pues ha pasado por un proceso de elaboración. Entonces, ¿por qué esta confusión entre lo crudo y lo no crudo? Las elaboraciones, como resultado de las transformaciones realizadas al cocinar, pueden encontrarse crudas, no crudas o medio crudas, pero, si han pasado por un proceso de elaboración, estarán cocinadas.



MILLONES DE PERSONAS COCINAN CADA DÍA: NO EXISTE UN PERFIL ÚNICO DE COCINERO

El cocinero como ser humano. El cocinero es un ser humano y, como tal, posee un cuerpo, una mente y un espíritu. Trataremos aquí el papel y la relevancia de cada uno de estos tres elementos trasladados a la esfera culinaria.

Cocinar con el cuerpo, cocinar con la mente, cocinar con el espíritu. Plantearemos ahora las opciones de cocinar físicamente, empleando el cuerpo para llevar a cabo acciones; mentalmente, a nivel de ideas previas a la acción y durante la misma; y espiritualmente, cuando lo que guía la cocina va más allá de lo anterior y se sitúa en un plano que supera la realidad física y mental.

Cocinar la teoría mediante la práctica. Cocinar es una acción, es decir, es una cuestión eminentemente práctica. Pero existe una teoría de la cocina y en la cocina, que ha hecho evolucionar su parte práctica y es imprescindible si se quiere mejorar en la misma.

¿Es cocinero todo el que cocina? ¿Solo elabora el cocinero? La figura del cocinero puede adoptar diferentes perfiles, tanto en el ámbito doméstico como en el de la restauración. Expondremos aquí la idea de que no solo cocina el actor «cocinero», amateur o profesional, puesto que hay procesos de elaboración que terminan fuera de la cocina y son realizados por otros actores (personal de sala, el cliente o comensal, etc.).

El cocinero profesional: cocinar como opción laboral. La cocina, además de ser una acción que implica un proceso y genera un resultado, es un ámbito profesional en el que hacer carrera. Primero fue una acción, después una actividad y, con el paso del tiempo, pasó a considerarse un oficio y profesión, con todo lo que ello implica: un campo de conocimiento teórico que se pone en práctica a cambio de una remuneración.



La capacidad sensorperceptiva, la llave maestra para cocinar. Es una capacidad imprescindible para cocinar, puesto que nos permite recibir estímulos del medio que nos rodea. En el ámbito culinario, puede llegar a desarrollarse como un talento que hace que el cocinero pueda anticiparse a lo que sentirá el comensal o cliente al degustar las elaboraciones que ha cocinado.

¿Quién ha cocinado todo lo que adquirimos ya elaborado? A veces, compramos comida y bebida que otra persona ha cocinado en un proceso de producción que se da en la industria y que tiene como resultado un producto elaborado. Este puede convertirse en elaboración intermedia, si se emplea en un proceso de elaboración en casa o en el restaurante, o en elaboración que se degusta, cuando se emplatada o encopa y no necesita de otras transformaciones adicionales.

Cuando quien come también cocina, ¿podemos hablar de un comensal cocinero? Un comensal puede también cocinar, cuando influye en el proceso de elaboración tomando decisiones, aplicando técnicas, combinando elaboraciones intermedias, emplatando, etc.; lo que nos demuestra que el proceso de reproducción no siempre termina en la cocina y muchas veces está casi en el límite de la degustación.



UNA VISIÓN CIENTÍFICA Y SISTÉMICA DE LA COCINA

Cocinar con técnica, cocinar con método y cocinar con tecnología. Cocinar puede comprenderse como una técnica, de la que el cocinero se sirve para obtener resultados; como un método, dado que sigue un procedimiento ordenado para obtener un resultado concreto; y como una tecnología, que, sumada a la técnica, permite desarrollar nuevos procesos y métodos de elaboración/producción (sobre todo en la industria alimentaria).

La técnica culinaria, el método culinario y la tecnología culinaria de la mermelada de fresa. Ejemplificamos la explicación anterior con una elaboración concreta: la mermelada de fresa.

Cocinar desde el prisma científico. La visión objetiva de la ciencia nos ofrece información valiosa sobre los productos y las técnicas culinarias, ya que puede explicar sus composiciones y reacciones. Desde este prisma, plantearemos cocinar como una hipótesis, cuando no existe una certidumbre sobre el resultado que se conseguirá; como una teoría, cuando dicha hipótesis puede confirmarse; y como un axioma, cuando existe una certidumbre evidente del resultado que se obtendrá.

Lo que ocurre mientras cocinamos puede explicarse con ciencia. Llegamos a la visión científica de la cocina, que la explica como un proceso científico que combina reacciones físicas, químicas y biológicas.

El huevo frito con ciencia. Ejemplificaremos lo anterior con la explicación de todas las reacciones que se dan en la elaboración de un huevo frito y que evidencian que podemos explicar este proceso de elaboración con ciencia.

Cocinar es experimentar con alimentos, aunque no es hacer ciencia. En ningún caso cocinar es hacer ciencia, aunque la cocina esté repleta de reacciones y procesos que pueden explicarse desde una perspectiva científica.

Cocinar con actitud científica, cocinar con método científico. Si el cocinero recurre al conocimiento científico de un experto para asesorarse, puede haber actitud científica en la cocina. Existe también un paralelismo entre el orden del método científico y el del método culinario, enfocados ambos a la obtención de resultados.

Comprender cocinar como un proceso. Podemos hablar de proceso culinario ya que, mientras cocinamos, estamos solapando fases que cubren tareas distintas, en las que se emplean recursos y que, en conjunto, permiten obtener un resultado.

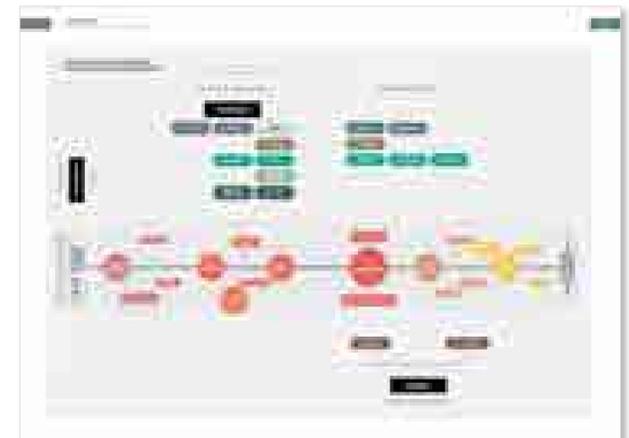
Fases del proceso de reproducción en el restaurante gastronómico. El proceso de reproducción de las elaboraciones que pasan a formar parte de la oferta gastronómica sigue una serie de fases (imprescindibles todas ellas) que hacen posible que los clientes puedan degustar en el restaurante gastronómico.

Representación gráfica de cocinar: el diagrama de flujo de un proceso de reproducción. El proceso culinario puede representarse a través de un diagrama de flujo, que recoge la sucesión de fases, con los hechos y operaciones necesarios para alcanzar el resultado esperado.

Los recursos son imprescindibles para cocinar: ¡sin recursos, no hay proceso! Para que los procesos funcionen, son necesarios los recursos, sean gastronómicos o no. Nos referimos a los productos que se emplean para cocinar, tanto los comestibles como las herramientas y las técnicas necesarias para transformarlos, entre otros.

Sistemas y subsistemas: la complejidad de conectar la cocina con el restaurante. La suma de las fases del proceso que permite la reproducción en el restaurante y el contexto en que se encuentran los recursos requeridos para poder implementarse forman un sistema: el sistema de reproducción del restaurante gastronómico.

El sistema para degustar: un sistema para comer y beber. Para poder degustar, tanto en el ámbito doméstico como en el restaurante (en el que se vive una experiencia), también se necesita una concatenación de fases y una disposición de recursos que, en este caso, están centrados en hacer posibles las acciones de comer y beber.



RECURSOS DE LA COCINA A LOS QUE DEDICAMOS UNA EXPLICACIÓN EXTENSA

Los productos comestibles: el punto de partida de la ecuación culinaria. Nos referiremos ahora a los productos comestibles que empleamos para cocinar, entendidos como el recurso primero e imprescindible sin el que ninguno de los demás tiene aplicación posible, los que dan comienzo a la ecuación culinaria. Para una mejor comprensión, observaremos qué tipos de productos comestibles existen y realizaremos una clasificación básica de los mismos.

¿Qué necesitas si puedes imaginar cómo cocinar un producto? ¡La herramienta que te permita hacerlo! Fue la invención y el diseño de una herramienta lo que permitió, por primera vez, observar el producto disponible y transformarlo. Desde entonces, las herramientas han continuado evolucionando como recursos, se han hecho imprescindibles y han aumentado en número y variedad en paralelo a la propia cocina.

Sin técnica no hay producto ni herramienta que valga: la técnica es un recurso imprescindible para cocinar. Todo lo anterior no tendría sentido ni podría llamarse «cocinar» si no hubiese una técnica que, aplicada con una herramienta sobre un producto, terminase de hacer posible la ecuación culinaria. Existen miles de técnicas, tantas como elaboraciones. Nos centraremos aquí en comprenderlas mejor como recursos de la cocina.

Más allá del fuego y del calor, para cocinar necesitamos energía. Para cocinar, de la manera que sea, es necesaria la energía, que proviene de distintas fuentes y se presenta de diferentes formas. Hay muchas maneras de cocinar y todas ellas

requieren energía. Es importante no cometer el error de asociar la energía solo con el calor y el calor solo con la cocción de los alimentos. El abanico de posibilidades es muy amplio.

¿Qué fuentes de energía se emplean para cocinar? Nos centramos en todas las fuentes posibles de energía que conocemos, analizando su presencia en la cocina.

¿Qué formas de energía se emplean para cocinar? Completaremos el tema de la energía analizando las maneras en las que esta se manifiesta (muchas veces transformada) y cómo el cocinero la emplea para elaborar o producir.

El tiempo que empleamos cocinando es un recurso necesario, pero también una magnitud que ordena la cocina. El tiempo tiene un papel bifronte en la cocina: es absolutamente necesario como indicador, pero también como recurso. En función de la hora del día (indicador), se cocinan unas

elaboraciones u otras, pero también, según el tiempo del que se disponga para cocinar (recurso), se toma la decisión de qué y cómo cocinarlo.

Cocinar en el ámbito privado y cocinar en el ámbito público: semejanzas y diferencias entre los dos grandes escenarios de la cocina. La consideración del «dónde» como factor que puede marcar diferencias sustanciales entre una cocina y otra nos lleva a hablar de dos grandes esferas, la del ámbito privado (la original y primigenia de la cocina) y la del ámbito público (dentro del cual se enmarca la restauración gastronómica).

Al emplear el término «cocina» podemos referirnos también a un espacio o una máquina.

Además de todas las posibles definiciones de «cocina» consideradas hasta ahora, en el marco de los recursos y contemplando el espacio como uno de ellos, trataremos «la cocina como espacio» dentro de una casa o un restaurante, en el que encontraremos «la cocina como máquina», como herramienta que empleamos para cocinar.



¿QUÉ SE COCINA Y CÓMO SE COCINA?

Hemos visto algunos condicionantes a la hora de cocinar, pero hay muchos más. Partiendo de la misma base (producto, técnica, herramienta), la acción de cocinar puede darse de miles de maneras posibles, en función de criterios muy variados, entre los que seleccionaremos una serie para mostrar esta evidencia en los casos en los que hay una voluntad específica que guía al cocinero y que trataremos en las páginas siguientes.

Comprender y clasificar los tipos de cocina es complejo, pero no es imposible si se plantea de la manera adecuada. A lo largo de toda su historia, en el ámbito culinario se han generado tipos de cocina muy distintos a medida que se han ido añadiendo determinadas peculiaridades. Si los tipos de cocina responden a la pregunta de cómo se ha cocinado, lo fundamental sería saber qué criterios podemos emplear para ordenarlos mejor y clasificarlos. Así, seremos capaces de analizarlos en función de la característica o características fundamentales que los hayan generado.

Un ejemplo de categorías y de tipos de cocina, en este caso, según el «número de bocados necesarios para degustar la elaboración». Dedicaremos este apartado a mostrar un ejemplo de clasificación que se obtiene tras aplicar un criterio concreto. Esto nos permitirá centrarnos exclusivamente en la característica que este produzca en la cocina, que quedará estructurada en categorías a partir de las cuales podremos generar conocimiento.

Reflexiones sobre algunos tipos de cocina. Algunos tipos de cocina poseen nombres propios que son muy conocidos, a los que se asocian una serie de característi-

cas concretas, que han calado en el ideario colectivo y se emplean en la sociedad. En este apartado le haremos preguntas directas a la cocina para descubrir que, incluso si creemos saber qué es la «cocina popular», es primordial contextualizarla en base a ciertos criterios para conocer mejor qué define cada tipo de cocina.

Proponemos varios criterios principales para descubrir tipos de cocina de un cocinero o restaurante. Como ocurre en cualquier entrevista, la clave para obtener la mejor información es hacer al entrevistado las preguntas más pertinentes. Siendo, en este caso, la cocina la que tiene que responder a las mismas, plantearemos los que consideramos los criterios principales (las preguntas), que nos permitirán reconocer de la forma más clara posible los diversos tipos de cocina.

¿Y si aplicáramos los mismos criterios para contextualizar diferentes elaboraciones? Acabamos de tratar la cuestión de las elaboraciones como unidades con características propias. Bien, pues ahora trataremos de contextualizarlas con los mismos criterios básicos planteados para analizar los tipos de cocina.

Las elaboraciones viajan en el contexto culinario, trasvasándose de unos tipos de cocina a otros y traspasando las fronteras que las definían en su origen. Es curioso observar cómo muchos aspectos que caracterizaron una elaboración en el momento en que fue creada pueden variar, si cambia el contexto en el que esta se elabora y consume. Las elaboraciones pueden crearse asociadas a un tipo de cocina concreto, pero son susceptibles de adaptarse a otros. Planteamos tres ejemplos muy significativos de elaboraciones en los que esta movilidad (o ausencia de la misma) queda perfectamente reflejada.

Observamos las elaboraciones como resultados: ¿cuáles son sus características?, ¿en base a qué podemos definir las?, ¿cómo sabemos si son un snack, un plato o un cóctel? Las elaboraciones son el resultado de un sistema en el que se dan procesos y se emplean recursos, conjunto del que muchas veces adquieren y heredan características. Sin embargo, por sí mismas, como resultados, las elaboraciones también poseen rasgos propios, que en muchos casos nos han permitido tipificarlas.

Cuando la estructura de la oferta o propuesta gastronómica marca qué, cuánto y cómo se cocina: cocinar a la carta, para un menú, para un buffet... La estructura en la que se organizan las elaboraciones (en una carta, en un menú degustación, en un buffet) deja un margen de decisión determinado al cocinero sobre lo que va a cocinar y al comensal o cliente sobre lo que va a degustar. Además, la estructura de la oferta tiene un gran impacto en las características que se asociarán al sistema, al proceso, a los recursos y a las elaboraciones resultantes, pues habrán de darse de acuerdo con la misma.

Cocinar por encargo. Esta cocina funciona bajo demanda concreta del cliente; es decir, el cocinero conoce de antemano cuántas elaboraciones o conjuntos de elaboraciones ha de preparar, así como el momento en el que el cliente las requiere.

Entonces, ¿cuántos tipos de cocina podemos encontrar en un restaurante gastronómico? Un restaurante gastronómico puede definirse por un tipo de cocina, muy marcado, si hay una característica o un conjunto de ellas que representan el concepto de ese establecimiento. Pero un mismo restaurante puede admitir en su cocina matices y características de diferentes tipos, como se comprueba si analizamos casos concretos aplicando criterios diferentes.

El cocinero puede desarrollar un estilo propio y llegar a ser influyente. Si se une a otros cocineros de estilos similares, pueden originar un movimiento de cocina. Un estilo de cocina es una consecuencia, generada cuando el cocinero tiene una forma personal y marcada de hacer y entender la cocina, y es capaz de reflejarla en sus resultados. Un movimiento surge de la suma de estilos personales similares que se basan en una misma filosofía y van en una misma dirección.

Por su parte, las tendencias, las modas y las novedades en cocina son factores que se manifiestan en las formas de consumo, están presentes durante un tiempo y tienen su reflejo en los procesos y los resultados culinarios.

remos este apartado a concretar las diferencias entre ellas, en función de que sean intermedias, emplatadas o que se degustan. Esto nos permitirá hablar de la composición, íntimamente ligada a las mismas.

¿Es la misma persona quien elabora un café y un entrecot?

¿Un vino y una sardina? ¿Un pan y una cerveza? ¿Son todos cocineros? La diferenciación entre los usos de la comida y la bebida como elaboraciones ha favorecido que existan profesionales que solo elaboran comida o solo bebida, siendo este criterio uno de los que más cocineros superespecializados ha generado, adquiriendo una importancia trascendental en el panorama de la restauración gastronómica actual.

decoración en cocina, que puede ser una parte comestible de la elaboración o tratarse de un mero adorno de la misma.

Cocinar respetando el protagonismo de un producto principal en la elaboración que se degusta: la cocina de producto. El concepto acuñado como «cocina de producto» hace alusión a dos cuestiones muy concretas, sobre las que se cimienta su filosofía: el nivel de elaboración del producto (nunca demasiado elaborado) y el protagonismo de un producto sobre los demás en la elaboración que se degusta (presencia de un principal determinante, que puede ir acompañado de otros).

El concepto acuñado como «cocina de producto» hace alusión a dos cuestiones muy concretas, sobre las que se cimienta su filosofía: el nivel de elaboración del producto (nunca demasiado elaborado) y el protagonismo de un producto sobre los demás en la elaboración que se degusta (presencia de un principal determinante, que puede ir acompañado de otros).

¿Qué es en realidad lo «natural» en cocina? Algunas aclaraciones básicas. La «cocina natural» es otro concepto creado con unas implicaciones concretas en el ideario colectivo. Por definición, sería natural toda cocina que emplease productos naturales (no artificiales), cuestión extraordinariamente compleja, que trataremos en este apartado y que nos permitirá abrir un debate sobre qué es «natural».

La «cocina natural» es otro concepto creado con unas implicaciones concretas en el ideario colectivo. Por definición, sería natural toda cocina que emplease productos naturales (no artificiales), cuestión extraordinariamente compleja, que trataremos en este apartado y que nos permitirá abrir un debate sobre qué es «natural».

Servir sigue al acto de cocinar: actores, tipos y tiempos del servicio. La labor que desarrollan los profesionales que forman parte del servicio es fundamental para la cocina. Hablaremos de los tipos de servicio y de su papel en el restaurante, y los analizaremos a lo largo de su historia, ya que, en paralelo a la cocina, han ido evolucionando y cambiando de contexto para convertirse hoy en un imprescindible de la restauración gastronómica.

La labor que desarrollan los profesionales que forman parte del servicio es fundamental para la cocina. Hablaremos de los tipos de servicio y de su papel en el restaurante, y los analizaremos a lo largo de su historia, ya que, en paralelo a la cocina, han ido evolucionando y cambiando de contexto para convertirse hoy en un imprescindible de la restauración gastronómica.

¿Cocinamos de todo o cocinamos algo en concreto? No todos los cocineros cocinan todo tipo de elaboraciones o emplean cualquier técnica. La cuestión de la especialización es esencial si hablamos de cocinar, puesto que ha generado caminos profesionales diferenciados y superconcretos para muchos cocineros, a los que se califica en base a la elaboración en la que son expertos.

No todas las elaboraciones son iguales ni cumplen la misma función. Aunque podemos generalizar diciendo que los resultados de cocinar son elaboraciones, dedica-

El sabor como generador de dos universos culinarios: el mundo dulce y el salado. El gusto básico predominante, dulce o salado, ha llevado a hablar de dos universos de elaboraciones diferentes. Esta división no solo marca momentos distintos en una misma degustación, sino que además ha provocado que existan cocineros altamente especializados, tanto en el mundo dulce como en el salado.

¿Se cocinan elementos decorativos? ¿Se comen las decoraciones? Muy ligados a la cocina del mundo dulce, aunque no únicamente, hay expertos en la



CAPÍTULO 8

COMPRENDIDO LO ANTERIOR, COCINAR PUEDE CARGARSE DE SIGNIFICADOS

La cocina se construye como un lenguaje. Partiendo de significados mínimos (producto, técnica, herramienta) a partir de los cuales se generan otras unidades superiores (elaboraciones) que pueden llegar a articular un discurso (menú), veremos que la cocina se construye como un lenguaje.

Un léxico para la comprensión de la cocina y la gastronomía.

En el marco del lenguaje humano, cuyo origen y evolución consideraremos en este apartado, descubriremos que existe un léxico, una terminología propia del ámbito culinario, que además puede ser gastronómico, empleado para designar cada parte concreta o abstracta implicada en la acción de cocinar.

Del lenguaje a las matemáticas.

Desde una visión matemática, plantearemos el álgebra como una forma de codificar la cocina. También incluiremos aquí la idea de cocinar como una fórmula culinaria, analizando sus resultados como composiciones acompañadas de instrucciones para su elaboración.

La receta como un algoritmo. En este punto, cocinar se explicará entendiendo las recetas como algoritmos, en cuanto que reúnen la información necesaria sobre los productos, las técnicas y las herramientas que se requieren para una elaboración concreta.

Categorías taxonómicas para una receta digital. En el extenso mundo de los recetarios no existe un consenso sobre las categorías en los productos, las técnicas y las herramientas que se emplean, ni tampoco en la forma en que se denomina cada elaboración obtenida. En la actualidad y teniendo en cuenta el cambio de concepto que

supone el mundo digital, proponemos una serie de categorías que ayudarían a crear consenso en los enunciados de las recetas digitales.

¿Existe una filosofía que sostiene las decisiones que toma el cocinero? Al introducir la filosofía ligada a la cocina, haremos alusión a la forma de pensar del cocinero trasladada al proceso culinario y a

gestionar recursos e, inevitablemente, hacer un consumo de los mismos. Plantearemos ahora si, en la cocina, se puede tener un grado u otro de responsabilidad que oriente decisiones de compra de productos y maneras de elaborarlos, así como en fases posteriores, como en la gestión de residuos generados, por ejemplo.



sus resultados, que le harán tomar unas decisiones u otras, y que, en conjunto, nos aportará información clave del cocinero como individuo.

Las creencias religiosas también entran en la cocina. Las creencias religiosas han sido, históricamente, uno de los mayores condicionantes de la cocina, ya que establecen determinadas restricciones y prescripciones que los fieles (cocineros y comensales) trasladan a sus hábitos culinarios y de consumo de productos, y que pueden llegar a interferir más allá del proceso culinario, tanto en el abastecimiento como en la degustación.

Puesto que la forma en que cocinamos es la forma en que consumimos, ¿podemos ser cocineros responsables?, ¿en qué se traduce la responsabilidad en cocina? Cocinar supone

Es fácil imaginar una cocina de la salud para la alimentación, pero ¿existe la opción de realizar una cocina para la salud y para el hedonismo? Expondremos la cuestión de la salud desde el prisma de la cocina para la alimentación, a la que se asocia siempre en un primer momento, y desde el de la cocina para el hedonismo, en el que cada vez tiene más cabida.

La salud como factor a considerar en la cocina va ligada a la medicina y la farmacia. A nivel histórico, la idea de que determinadas elaboraciones pueden sanar o ayudar a recuperarse al individuo de una dolencia determinada nos llevará a plantear el papel que desempeñan la medicina y la farmacia imbricadas en la cocina.

Podemos expresarnos a través de la cocina. El cocinero puede expresarse a través de las elabo-

raciones que son resultado de la cocina, como un escritor o un actor pueden hacerlo a través de un libro o una obra de teatro, respectivamente. La decisión sobre qué mensaje envía y cuál es la filosofía que subyace detrás del mismo es una cuestión personal.

¡La máxima expresión de la cocina es el amor! De entre todos los sentimientos que la cocina puede llegar a expresar, el amor es su máximo exponente. Cocinar desde el cariño hacia otras personas y volcar todo ese sentimiento en el proceso y sus resultados es un gesto de generosidad absoluto, en el que se recogen vínculos emocionales muy potentes.

En muchas ocasiones, el motivo que nos lleva a cocinar es socializar con otros seres humanos mientras comemos. Uno de los usos de la cocina es puramente social, dado que cocinamos para comer acompañados o comemos lo que otros cocinan (en casa o en el restaurante), convirtiendo la degustación en un momento que supera la intención alimenticia para centrarse en las relaciones sociales y en el que pueden generarse importantes vínculos.

La sociología y la antropología nos ayudan a comprender la cocina. La sociología y la antropología son ciencias dedicadas al estudio del ser humano, tanto a nivel individual como en el marco de una sociedad. Como disciplinas que generan conocimiento, las consideramos potenciales asesoras de nuestra disciplina y creemos que pueden ayudar a explicar la relevancia de la cocina en la vida de cada individuo y cada sociedad.

Al cocinar, diseñamos con alimentos. Desvirtuaremos aquí el significado del diseño referido a los objetos para trasladarlo a las elaboraciones que se van a degustar, que se diseñan en términos prácticos, empleando los productos en el proceso de elaboración, pero cuyo diseño comenzó mucho antes, en la mente del cocinero que las cocina y que parte de ideas concretas.

La cocina puede formar parte de un espectáculo. Cocinar puede convertirse en un espectáculo o integrarse en él cuando se acompaña de rituales que hacen sublime esta acción o la degustación de sus resultados, cobrando entonces un significado relacionado con el entretenimiento.

Abrimos el debate: ¿podemos considerar la cocina un arte?, ¿al cocinero un artista?, ¿la creación culinaria una obra? Si la cocina es o puede considerarse arte es un debate que viene de largo y que retomaremos en este apartado, comparando al cocinero con el artista y a las elaboraciones con

el mundo y, en cuanto que ha llegado al ámbito de la universidad, es también una disciplina universitaria. Cuestionaremos si podemos considerarla una disciplina científica y justificaremos nuestra respuesta basándonos en la producción de conocimiento.

Cocinar también puede tener un fin divulgativo, cuando se cocina para comunicar, para formar o compartir conocimiento con otros. Entre todos los usos de la cocina, cuando se cocina para enseñar, para acompañar un discurso en una conferencia o con otro motivo relacionado con la comunicación



las obras de arte. En el arte, como en la cocina, hay un proceso creativo y también de reproducción, pues puede residir en el mismo un virtuosismo extraordinario, y hay un resultado que tiene unas características y puede emplearse para plasmar un mensaje, al igual que ocurre en la cocina.

Cocinar como disciplina académica, universitaria y científica. Aunque en construcción y desarrollo, la cocina es ya una disciplina académica, estudiada en centros de formación de todo

y no con la degustación de las elaboraciones en sí mismas, encontramos también el de comunicar.

La cocina como motor de producción editorial y audiovisual en todos sus formatos. Ligado al propósito anterior, observaremos que lo culinario tiene una presencia importante en el mundo editorial y audiovisual como generador de contenidos. La cocina, como temática, se da en multitud de versiones, en formatos para leer, escuchar y visualizar.

La cocina como generadora de cultura y espejo de identidad.

Como parte cotidiana de la vida del ser humano desde tiempos prehistóricos, la cocina está enraizada en las formas de entender el entorno y relacionarse con él. De acuerdo con ellas, ha pasado a formar parte de una cultura local, regional, nacional, etc., que, en cada lugar del mundo, se configura de una determinada manera y en la que tiene un enorme peso simbólico y litúrgico.

Cuántos fuimos, cuántos somos y cuántos seremos: una visión de la cocina desde la demografía. La consideración de que el conocimiento demográfico de las poblaciones humanas nos ayudaría a comprender mejor su realidad culinaria queda desarrollada en este apartado, en el que nos preguntaremos por factores como las migraciones.

La consideración del lugar geográfico: ¿qué varía si alteramos el punto de la tierra en el que se cocina, se come y se bebe? Uno de los principales motores de generación de características de una cocina ha sido, históricamente, el

lugar del mundo en el que se lleva a cabo, determinante en muchos aspectos para conocer por qué se cocina aplicando una determinada técnica o empleando un producto en concreto, por ejemplo.

Cocina endémica. Si por endémico entendemos propio de un lugar, consideraremos la posibilidad de que se lleve a cabo una cocina así calificada, arraigada en sus raíces a nivel de territorio.

Cocina oriental, cocina occidental: las dos grandes culturas gastronómicas. Aunque este volumen esté centrado en la restauración gastronómica occidental, no podemos dejar de considerar la realidad geopolítica que conforma el binomio Oriente-Occidente y que trasladaremos al arte culinario.

Sobre ciencia política y cocina: cómo el sistema político de un territorio puede tener un fuerte impacto en las formas de cocinar y degustar. Otra de las disciplinas menos asociadas a la cocina, pero que ayuda a explicar muchos de sus resultados y comportamientos, es la ciencia política. Desde esta pers-

pectiva, esbozaremos una breve pincelada sobre el hecho culinario, considerando que pueda verse condicionado o asegurado, más o menos influenciado, por un sistema y orden político determinados.

¿Cuántos sectores económicos caben en un plato o en un vaso? Una reflexión sobre el impacto de la cocina como actividad económica. Para ser una realidad, algo posible, la cocina requiere de los tres sectores económicos tradicionales. Del sector primario de la agricultura, la ganadería y la pesca, la cocina toma el producto no elaborado; en el sector secundario se encuentra la industria alimentaria, que lo transforma y distribuye; y, en el terciario, o servicios, encontramos la hostelería (ligada al turismo) en la que se encuentra la restauración en todas sus versiones.

CAPÍTULO 9

432

COMO ACCIÓN QUE SE REPITE EN EL TIEMPO, COCINAR GENERA CONSECUENCIAS

Por qué comprender la historia de la cocina es comprender la historia de la humanidad: un viaje que narra la evolución del ser humano a partir del hecho culinario. Trataremos la historia de la cocina desde diferentes perspectivas. En primer lugar, realizaremos un análisis de las especies de *Homo* que cocinaron en la Prehistoria y de las antiguas civilizaciones de Occidente y el Mediterráneo. Se sumarán a esto tres enfoques distintos del tiempo histórico: el de las edades de la historia universal, reconocidas por la

propia disciplina, las que estableceremos para la restauración gastronómica en Sapiens, que se ajustan a los tiempos de la propia cocina, y un tercero, que las valorará en función de cuándo aparecieron (antigüedad, modernidad, etc.).

- Las especies de *Homo*.
- Las antiguas civilizaciones de Occidente y el Mediterráneo.
- Las edades de la historia universal.
- Por antigüedad, según su aparición.
- La tradición vs. lo clásico.
- Las épocas históricas de la restauración gastronómica de Sapiens.





Sapiens
linking knowledge

SAPIENS APLICADO A LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA EN OCCIDENTE

Sapiens es una metodología desarrollada con el objetivo de conectar conocimiento. Su procedimiento ordenado hace posible la comprensión de cualquier objeto de estudio que se analice empleándola, tratando cada realidad por aspectos. Esto supone que Sapiens es aplicable a una marca, a una profesión o a una actividad de un ámbito, disciplina o sector concretos.

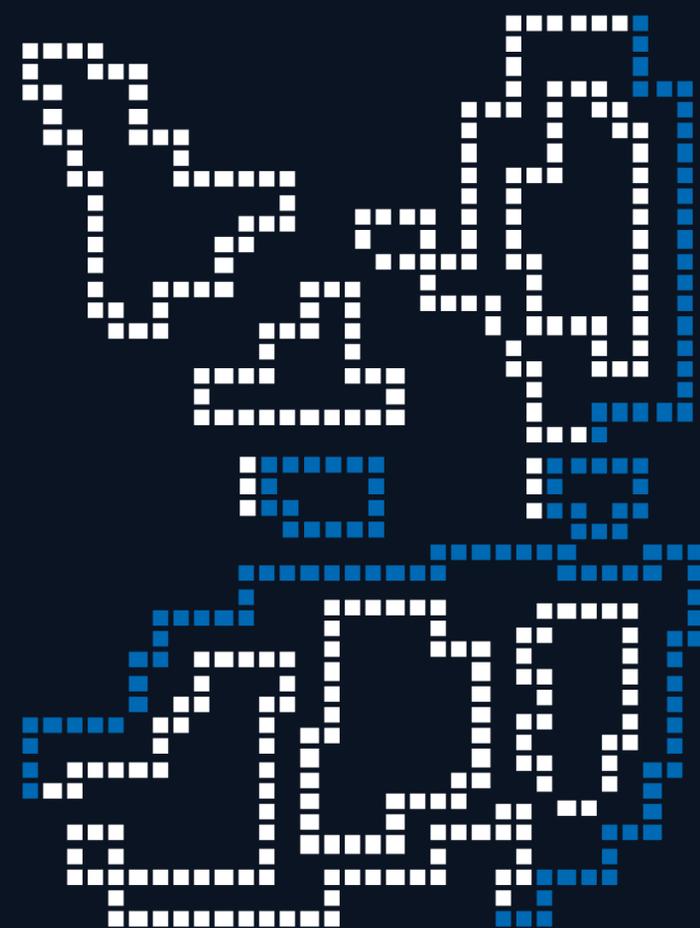
En la Bullipedia se aplica Sapiens a la restauración gastronómica, foco de nuestra atención y eje de la misma. El primer paso supone un cuestionamiento del *statu quo* que se guía por la búsqueda de matices, de «grises» que sean detectables entre el blanco y el negro de las cuestiones absolutas. Esta opción es posible a través de un enfoque multidisciplinar que permite generar sinergias y tener una visión holística de la restauración gastronómica.

Así, se observa esta realidad como un todo que es susceptible de ser analizado por partes, cuya consideración permitirá una mejor comprensión del conjunto. Para ello, la investigación realizada se basa en el rigor y el fundamento, y huye del discurso dogmático. La metodología Sapiens tiene una visión y actitud científica que se materializa en el estudio empírico, que bebe de principios, fundamentos y teorías de referencia.

Puesto que los recursos y el tiempo necesarios para analizar la gastronomía en su totalidad serían inabarcables, se delimita el objeto de estudio centrándolo en la restauración gastronómica en Occidente.

Como modelo para la comprensión, Sapiens analiza la realidad empleando un pensamiento sistémico, desde el que se plantea el funcionamiento e interacción entre diversos sistemas, que incluyen procesos y recursos muy variados y generan consecuencias, resultados de una disciplina a lo largo de un tiempo determinado. En el caso de la restauración gastronómica occidental hablamos de una materia que tiene unos doscientos cuarenta años de vida, y cuya comprensión requiere de una contextualización histórica.

Sapiens elige el conocimiento esencial y lo conecta para poder entender y ser más eficaces y eficientes en los resultados, motivar la creatividad y, en este caso, comprender para innovar e innovar para comprender en el restaurante gastronómico.



Bullipedia

LA BULLIPEDIA: LA ENCICLOPEDIA DE LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA

La Bullipedia es uno de los principales proyectos de elBullifoundation y tiene como objetivo agrupar, generar y ordenar los contenidos que nos van a permitir crear una enciclopedia de la restauración gastronómica.

Los contenidos se presentarán a través de una plataforma multiformato: libros, aplicaciones móviles, exposiciones y/o másteres.

La Bullipedia se estructura a partir de Sapiens, un método que permite recopilar, seleccionar y organizar el conocimiento mínimo necesario para comprender cualquier disciplina; en el caso que nos ocupa, la restauración gastronómica en el mundo occidental. Sapiens quiere conectar el conocimiento que aportan diversas disciplinas, de ahí que la Bullipedia cuente con un equipo de redacción multidisciplinar.

Gran parte del proyecto tiene la voluntad de ofrecer un conocimiento transversal y práctico para todos los profesionales que pertenecen al ámbito de la restauración gastronómica: profesionales de sala, profesionales de cocina y personal de gestión o administración.

La Bullipedia también desarrolla proyectos especializados destinados a profesionales con un ámbito de actuación concreto (creativos, gestores, sumilleres o bartenders) que necesitan un contenido más técnico y para los que hemos generado uno más específico.

Los diversos formatos de presentación y toda la investigación persiguen un mismo objetivo: generar y difundir el Sapiens de la restauración gastronómica.

Los formatos de la Bullipedia

LIBROS

LA SÍNTESIS, LO ESENCIAL

El libro es el formato básico de la Bullipedia porque permite difundir el conocimiento. Pero presenta un gran reto: sintetizar, recopilar y validar el contenido, un ejercicio de conceptualización para crear una obra que concentre el conocimiento esencial de cada disciplina.

Los libros forman parte de un mosaico y, como tal, sus piezas nos ayudarán a comprender una parte del ámbito de la restauración gastronómica. El formato impreso permite plasmar el contenido de una manera pragmática, generar un discurso cercano y presentar un trabajo con vocación artística.

La Bullipedia genera obras que tienen entidad propia, específicas y especializadas, y otras que forman parte de una colección transversal que inciden en una comprensión más holística de los distintos temas.



APPS

LAS ESPECIALIZACIONES



El formato digital permite difundir y conectar (mediante *links*) un volumen de información que físicamente resultaría imposible de plasmar en un libro. Las nuevas tecnologías posibilitan la planificación de toda una serie de aplicaciones (*apps*) relacionadas con el contenido de la Bullipedia. Estas *apps* se están programando para todo tipo de soportes – dispositivos móviles, *tablets*, *smartphones* y ordenadores – y permiten tanto acceder de manera fácil a la información de la Bullipedia, como ofrecer diferentes utilidades que favorecen la comprensión del ámbito de estudio.

En muchas ocasiones, la Bullipedia genera contenidos que por sus características, volumen y conceptualización solo se pueden consultar a través de la plataforma digital (web y *apps* principalmente).

MÁSTERES/MOOCs

COMPARTIR CON LA EDUCACIÓN



La Bullipedia pretende tener un papel relevante en el ámbito académico y afianzar la gastronomía como disciplina y campo abierto a la investigación.

El conocimiento generado nace con vocación de poder ser utilizado en estudios de grado, másteres y doctorados. También ofrece el contenido como fuente de conocimiento y estudio para cualquier universidad o escuela que tenga como objetivo profesionalizar la disciplina gastronómica a través del conocimiento.

Asimismo, desarrollamos con especial dedicación cursos *online* –MOOC– puesto que su papel es cada día más relevante en el panorama académico.

EXPOSICIONES

UNA DIMENSIÓN DIFERENTE



Uno de los formatos más atractivos de la Bullipedia son las exposiciones. Estas permiten una potente interacción entre el visitante y el contenido. Adentrarse en un recorrido interactivo concebido para mostrar y desarrollar su contenido facilita su comprensión y estimula el diálogo.

Las exposiciones son también herramientas de trabajo que permiten visualizar y plasmar los avances y contenidos de cualquier proyecto para hacer su seguimiento y auditarlo.

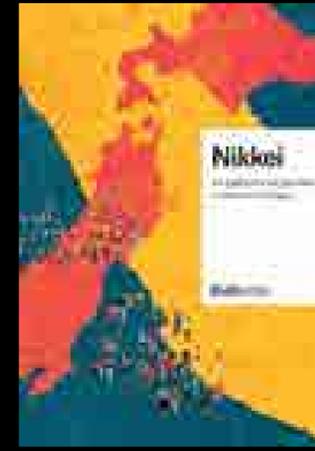
SEARCHING

NUOVA HERRAMIENTA DE APRENDIZAJE



El *Searching* es una herramienta digital que motiva el aprendizaje, un nuevo modelo de presentación de la información que la plasma y la asocia para fomentar la autoeducación.

Centrada en la conexión de conceptos, permite adquirir conocimiento a través de la navegación y de manera casi inconsciente e intuitiva.



¿Cómo hemos aplicado Sapiens en este libro?

Como punto de partida, hemos definido el objeto de estudio, concretado en la acción de cocinar y en su resultado, la cocina, y hemos puesto el foco de atención en la restauración gastronómica de Occidente. Con esta premisa, Sapiens ha elaborado una respuesta a la pregunta que da título a este libro basada en el análisis de diferentes aspectos.

1. Hemos empezado por el aspecto léxico-semántico, cuyo objetivo es contextualizar nuestro objeto de estudio desde la comprensión de los términos. Y es que nada más comenzar esta aproximación se hace evidente que las definiciones recogidas en los diccionarios para «cocinar» y «cocina» no abarcan ni describen la realidad total que estos vocablos representan, pues hay muchos matices que conviene explorar. Se incluyen aquí los conceptos que complementan al objeto de estudio, como son comida y bebida (resultados de cocinar) o gastronomía y hedonismo (que se dan en este ámbito de la cocina, como consecuencia de la acción que tratamos). Todos ellos son necesarios en la restauración gastronómica, pues su existencia depende del hecho de cocinar y representan sus resultados. También hemos analizado las acciones que no se denominan cocinar, pero que suponen hacerlo. De este modo, hablaremos de la cocina en un contexto siempre conectado, que nos permitirá comprenderla de manera holística. Este aspecto léxico-semántico se encuentra presente de forma transversal en todo el libro, ya que continuaremos sumando conceptos a medida que avancemos en el mismo. En ocasiones, veremos que los términos de los que partimos tienen más de una acepción. También descubriremos que no hay definiciones estandarizadas para conceptos que sí existen y se utilizan, o que las que hay están desactualizadas o admiten nuevas puntualizaciones, debido a cambios generados por el paso del tiempo. Ante estas situaciones, cuestionaremos el *statu quo* o plantearemos nuestras propias definiciones Sapiens.

2. A continuación, hemos tratado un aspecto comparativo que aborda la cocina y la acción de cocinar analizando los límites que las definen. Para ello, hemos considerado que tanto la propia naturaleza como los animales realizan transformaciones en productos. Desde esta perspectiva, podremos comprender por qué, a pesar de lo anterior, el ser humano es el único ser vivo que cocina, ya que parte de una voluntad de mejora del producto disponible que le diferencia del resto. El ser humano inventó la cocina porque tenía una intencionalidad y una actitud de hacer mejor o más comestible aquello con lo que iba a alimentarse. Este aspecto también nos permitirá analizar la frontera que separa la alimentación sin cocina, la que realizan los animales, de la que sí implica cocina con la intención consciente de mejorar lo que se va a comer y beber, llevando esta acción a sus límites para poder comprender mejor esta diferencia.

3. En tercer lugar, hemos observado la realidad que nos ocupa desde el aspecto sistémico. Esto nos ha permitido reconocer una taxonomía y unas categorías en el restaurante gastronómico, que afectan tanto a su sistema general de organización y funcionamiento, como al experiencial. Desde esta perspectiva, hemos planteado cocinar como una acción que genera un sistema (que incluye subsistemas), en el que se realizan procesos (y subprocesos) compuestos por fases, que cuenta con unos líderes y precisa una serie recursos. En función de los recursos disponibles (algunos de los cuales, como las técnicas de cocina, el tiempo o la energía, se tratan en detalle), el sistema generará uno u otro resultado. Estos resultados de cocinar son las elaboraciones comida y bebida que un comensal o cliente degusta y que, como el conjunto del proceso y el sistema, tienen unas características concretas que nos

aportan información sobre la cocina que las reprodujo o creó. Aquí no podemos ser muy reduccionistas puesto que cada uno de estos apartados podría desarrollarse y ser un libro en sí mismo.

4. El aspecto clasificatorio tiene en cuenta todos los elementos anteriores y los analiza con el objetivo de identificar características que definan cómo es ese sistema, ese proceso, los recursos, las tareas y las elaboraciones, su resultado final. Lo que identifica esta visión de Sapiens es que, en función de una serie de condicionantes (miles, a lo largo de la historia) que se dan cada vez que el ser humano cocina, las características resultantes son distintas. Tomando como criterio estos condicionantes, podríamos generar clasificaciones para comprender la cocina a través de diferentes categorías y tipos, cada uno de los cuales nos mostraría una parte (por ejemplo, un tipo de cocina caliente) de la compleja realidad que trabajamos («la cocina», «cocinar» en su totalidad). Nos encontraríamos aquí con un diálogo entre dos aspectos, uno sistémico y otro reduccionista y de especialización. Como indicamos mientras desarrollamos este aspecto, este libro no contempla una clasificación de la cocina y de la comida en una tipología, pues este sería otro proyecto en sí mismo. Lo que sí detecta este prisma de vocación clasificatoria es que la cocina, a diferencia de casi todas las disciplinas que han acompañado al ser humano durante siglos, no ha sido ordenada ni clasificada y, por tanto, no está categorizada ni tipificada de manera oficial pues nadie se ha enfrentado todavía a este laborioso y complicado cometido.

5. Le sigue un aspecto contextualizador, dedicado a observar cómo otras disciplinas se imbrican en la cocina o suceden, interactúan, mientras se está cocinando. De este modo podemos explicar desde sus correspondientes perspectivas qué ocurre a diferentes niveles mientras se lleva a cabo el proceso culinario. Entender cómo el lenguaje, las matemáticas o la física y la química ocurren en la cocina nos ayuda a contextualizarla, a saber más de la realidad que observamos, a verla con «los ojos» de otras fuentes de conocimiento.

6. Todos los aspectos anteriores nos han permitido conocer la cocina como una realidad compleja, tomar conciencia de que explicarla supone incluir en este libro prismas que escapan a la ecuación convencional. La forma holística en que Sapiens quiere comprender el proceso culinario es la que impulsa la inclusión del siguiente aspecto, que podemos calificar como interpretativo. Hemos contextualizado el papel de la cocina en la sociedad y su impacto en la misma, así como el diálogo y sinergias con otros sectores. Y, para ello, hemos construido metáforas que nos permiten compararla con otras realidades, con otras disciplinas y ámbitos como el arte, la demografía, la geografía, el espectáculo...

7. En último lugar, puesto que la historia es una consecuencia de todo lo acontecido, hemos contextualizado la cocina desde la perspectiva de esta disciplina, entendiendo que podríamos emplearla para narrar una versión de la historia de la humanidad. Desde este aspecto histórico, se hace evidente que nuestro objeto de estudio es complejo y antiguo: el presente no es el único tiempo conocido ni el único que podemos analizar; para estudiar la cocina, es esencial remitirnos a su pasado, a todo lo que ya ha sucedido, a la suma de hechos que denominamos «historia» y que tantas veces da respuesta a aquellas cuestiones que nos remiten a una consecuencia, que se entienden como un resultado, que son un eslabón más en la cadena que explica «qué es cocinar».

Sapiens

UNA METODOLOGÍA PARA CONECTAR
CONOCIMIENTO A TRAVÉS DE UNA FORMA
DE PENSAMIENTO SISTÉMICO

DONDE APLICAMOS UNOS PRINCIPIOS
CON ACTITUD CIENTÍFICA

CUESTIONARSE EL STATU QUO

NO DOGMÁTICO

ORDEN Y MÁS ORDEN

EN UN CONTEXTO DIGITAL

MARCAMOS UNOS OBJETIVOS

¿QUÉ?

¿PARA QUÉ?

¿POR QUÉ?

DESARROLLAMOS
DIFERENTES ASPECTOS

NOS CENTRAMOS
EN UNA
ORGANIZACIÓN

ENTIDAD, INSTITUCIÓN
QUE TIENE UN
SUPRASISTEMA
GENERAL
DE ORGANIZACIÓN
Y FUNCIONAMIENTO

LÍDERES

CONDICIONANTES

PARA LOGRAR UN
RESULTADO,
PRODUCTO,
PROYECTO...

QUE ALGUIEN
VIVIRÁ EN EL
SUPRASISTEMA
EXPERIENCIAL

Y TODO ESTO TIENE
CONSECUENCIAS

TODO ESTO
PUEDE
RELACIONARSE
ENTRE SÍ

ESTOS SECTORES
ACTÚAN CON
LA NATURALEZA

ASPECTO
COMPARATIVO

ASPECTO
CLASIFICATORIO:
CATEGORÍAS
TAXONÓMICAS

ASPECTO
SISTÉMICO

ASPECTO HISTÓRICO:
EVOLUCIÓN A TRAVÉS
DE LA CREACIÓN Y
LA INNOVACIÓN

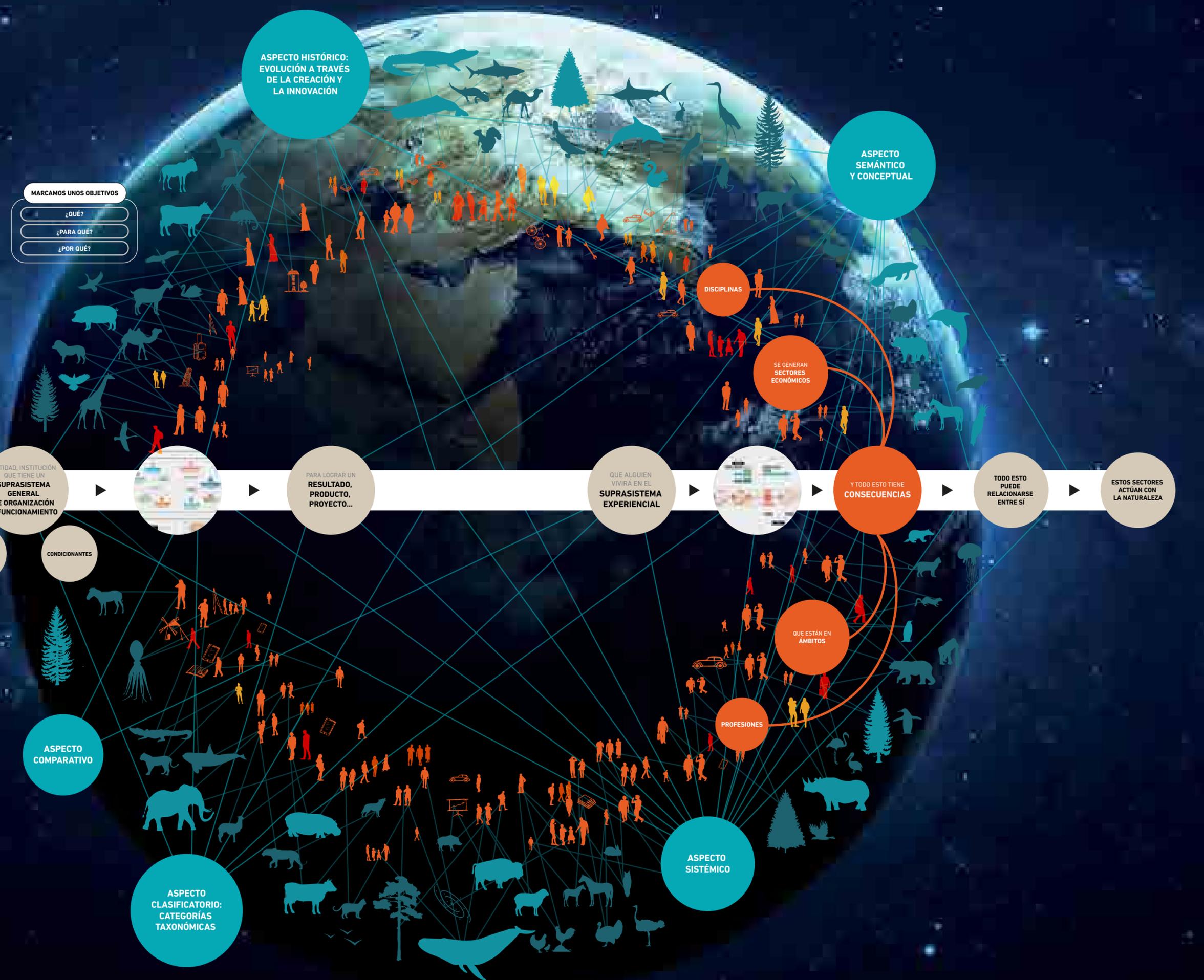
ASPECTO
SEMÁNTICO
Y CONCEPTUAL

DISCIPLINAS

SE GENERAN
SECTORES
ECONÓMICOS

QUE ESTÁN EN
ÁMBITOS

PROFESIONES



¿A quién se dirige esta obra?

En el marco de la Bullipedia, de la que forma parte, este es un libro especial que se dirige a un público muy amplio, profesional –por supuesto–, pero también amateur, pues todo lo que este volumen recoge no es ajeno a ningún ser humano que haya cocinado alguna vez o lo haga habitualmente.

- ▶ El cocinero profesional de la restauración gastronómica encontrará planteadas aquí numerosas cuestiones que apuntan directamente a la realidad del restaurante, desde el punto de vista culinario, pero no únicamente. En este sentido, se ofrece una visión completa del conjunto del sistema de organización en el que se engloba su actividad laboral y también numerosas referencias e información relativa al origen y la historia de la institución que hoy calificamos como «restaurante gastronómico». Conocer esta evolución y contemplar el restaurante más allá del espacio cocina es fundamental para poder avanzar de una forma creativa e innovadora, materializar la eficiencia en resultados que trascienden «lo cocinado», la comida y bebida que se elabora y/u ofrece en el mismo, e interconectar los conocimientos alrededor de la cocina.
- ▶ Los actores profesionales del servicio que se encargan del espacio que ocupan los clientes, del trato con los mismos y de atender sus necesidades mientras se encuentran en el restaurante, también encontrarán su labor plasmada en este libro. Como parte implicada en el proceso culinario, los actores de servicio representan el último eslabón de la cadena antes de llegar al cliente y se perfilan como potenciales cocineros cuando asumen responsabilidades distintas de las del estricto servicio de la mesa. Un actor de servicio puede finalizar una elaboración, además de informar, acompañar y asesorar al cliente, de comunicarle la oferta y de trasladar elaboraciones del espacio cocina al espacio sala. Es decir, remarcaremos la importancia de su presencia en la escena ligada al hecho de cocinar, además de servir lo cocinado y atender a quien degusta.
- ▶ Igualmente, incluimos, entre los profesionales a los que nos dirigimos, a todos los especialistas (sumilleres, cocteleros, barmans, pasteleros, panaderos, etc.) que trabajan en el ámbito del restaurante o en un espacio fuera del mismo, pero que cocinan o desarrollan su actividad laboral basados en un proceso culinario (de elaboración o producción de elaboraciones o productos elaborados). La consideración de la especialización como fórmula dentro de la cocina forma parte de esta obra y tiene una relevancia fundamental si queremos comprender la restauración gastronómica en la actualidad.
- ▶ La propia industria alimentaria, como cocinera productora a gran escala, así como los pequeños productores y los artesanos también son público objetivo. No se puede tratar de narrar qué es cocinar sin incluir en el argumento sus procesos de elaboración o producción, que dan respuestas complementarias a la pregunta que da título a este volumen.
- ▶ También puede ser interesante para todos los profesionales de la comunicación y del periodismo gastronómico, así como para aquellos que dentro de este sector se dedican a la crítica y crónica gastronómicas, que quieran ampliar conocimiento teórico o sumar perspectivas a su visión de la cocina y sus resultados. Encontrarán en él conocimiento ordenado que ayuda a comprender de manera holística la materia a la que se dedican.
- ▶ De manera destacada, esta obra se dirige a todos los estudiantes de cocina, ciencias culinarias y gastronómicas o cualquier otro tipo de formación teórica o práctica relativa a la cocina. Esperamos que sea un manual de cabecera al que recurrir a lo largo de su carrera y que contribuya al conjunto de su formación como profesionales.
- ▶ Para todos los formadores (profesores, tutores, mentores) del público objetivo descrito en el epígrafe anterior, este libro proporciona un importante recurso para la docencia, ya que aporta un esquema de conocimiento ordenado del que se pueden extraer cientos de debates, de cuestiones a plantear con la intención de ampliar horizontes y cultivar el pensamiento reflexivo y crítico de los futuros profesionales.
- ▶ En el ámbito amateur, este ejemplar se dirige al cocinero que quiere aprender y/o ampliar sus conocimientos. Su figura como actor cocinero también aparece reflejada en estas páginas, en reiteradas ocasiones, pudiendo identificar las diferencias entre la cocina que él o ella mismos realizan y la que sucede en escenarios profesionales (el restaurante, la industria, etc.).
- ▶ Por último, pero no menos importante, este volumen de la Bullipedia puede resultar de interés para el público general que quiera conocer este análisis que engloba actores, escenarios, recursos y tiempos de la cocina, en un recorrido completo sobre un acto tan común, tan frecuente, tan propio del ser humano, como es cocinar.



Cocinar es una acción que comienza a partir de un producto al que se le aplica una técnica con la ayuda de herramientas. Al resultado le llamamos elaboración. A partir de aquí, hay millones de posibilidades.

Esta es la génesis para que exista la restauración gastronómica, donde se crean, reproducen y degustan todas estas elaboraciones, y todo esto puede generar unas categorías taxonómicas.

En el marco del Sapiens de la restauración gastronómica, uno de los objetivos principales de nuestro trabajo es generar una serie de categorías taxonómicas.

Cada una de las categorías taxonómicas establecidas (recursos, elaboraciones intermedias, elaboraciones que se degustan, etc.) recoge un concepto fundamental que concreta una parte de la realidad observada. Así, cada una de ellas pasa a ser una referencia dentro del conjunto y posibilita un orden en el mismo.

En términos prácticos, debemos imaginarlas como «cajones», pues admiten la inclusión de subcategorías. Es decir, son susceptibles de incluir contenido que, en un rango inferior y en paralelo a ellas, continúa concretando la realidad analizada.

Estas subcategorías señalan un aspecto determinado, más acotado que aquel que describe «el cajón» en el que se alojan, pero del que siempre formarán parte. A medida que se abren «cajones», incluso dentro de las subcategorías, se concreta más y más el aspecto observado.

En conjunto, las categorías taxonómicas y las subcategorías que se desprenden de ellas generan y garantizan un orden básico, además de establecer un lenguaje común para toda la clasificación y facilitar su comprensión. Si enfatizamos su importancia, en este momento, es porque funcionan como una guía de trabajo. Nos sirven para establecer pautas básicas para la comprensión del conjunto del Sapiens de la restauración gastronómica, haciendo posible no perdernos mientras avanzamos en la taxonomía.

Si eres un profesional de la restauración gastronómica, un emprendedor con actitud innovadora, y quieres realizar un trabajo de calidad, eficacia y eficiencia, esta información puede ser de tu interés.

INTRODUCCIÓN: SAPIENS DE LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA

LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA COMO SECTOR

EL RESTAURANTE GASTRONÓMICO QUE ES, COMO SE CLASIFICA...

EL RESTAURANTE GASTRONÓMICO COMO EMPRESA

CONDICIONANTES

Una empresa que genera una

OFERTA GASTRONÓMICA

Y esta marcará

EL SISTEMA DE ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DEL RESTAURANTE GASTRONÓMICO

En él hay un



LÍDER / ES

Que cuenta con unos profesionales del sector



EQUIPO

Amigos poseen una



CULTURA DE LA EMPRESA

Para llevarlo a cabo necesitarán unos



RECURSOS

PARA DIFERENTES SISTEMAS

PARA UN SISTEMA CONCRETO

TRANSVERSALES NO GASTRONÓMICOS

TRANSVERSALES GASTRONÓMICOS

No participa el cliente

Participa el cliente

PRODUCTOS NO COMESTIBLES - HERRAMIENTAS

PRODUCTOS NO COMESTIBLES - HERRAMIENTAS

TÉCNICAS

PRODUCTO NO ELABORADO

H. PREELABORACIÓN - ELABORACIÓN

T. PREELABORACIÓN - ELABORACIÓN

PRODUCTO ELABORADO

H. CONSERVACIÓN

T. CONSERVACIÓN

H. EMPLATADO

H. EMPLATADO

T. EMPLATADO

H. TRASLADO - SERVICIO

H. TRASLADO - SERVICIO

T. DEGUSTACIÓN

El resultado son

8

ELABORACIONES INTERMEDIAS

8

La combinación de estas elaboraciones intermedias son

ELABORACIONES QUE SE DEGUSTAN

Estas elaboraciones forman parte de la

OFERTA GASTRONÓMICA

Con uso de

COMIDA

BEBIDA

Con unas

HERRAMIENTAS

TÉCNICAS

...para degustar que se ofrecen en un

SERVICIO

CONDICIONANTES

Para que el cliente pueda vivir una

EXPERIENCIA

Esta a su vez generará unas

CONSECUENCIAS

Todo ello formará parte de la

HISTORIA DE LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA

CONDICIONANTES

Entender qué es cocinar para conectarlo con nuestro objeto de estudio: la restauración gastronómica

Como objeto central de estudio de la Bullipedia, la restauración gastronómica tiene un papel fundamental en este volumen, ya que nuestro propósito es explicar qué es cocinar en este ámbito, un eje sobre el que todo gira. Hemos partido del análisis del sector de la restauración gastronómica de manera holística, en una línea de trabajo que incluye procesos, actores, recursos, escenarios y tiempos, y cuya implementación es posible gracias a la existencia de un sistema de funcionamiento que se reproduce a diario en el restaurante, con el objetivo de ofrecer el mejor resultado posible al cliente.

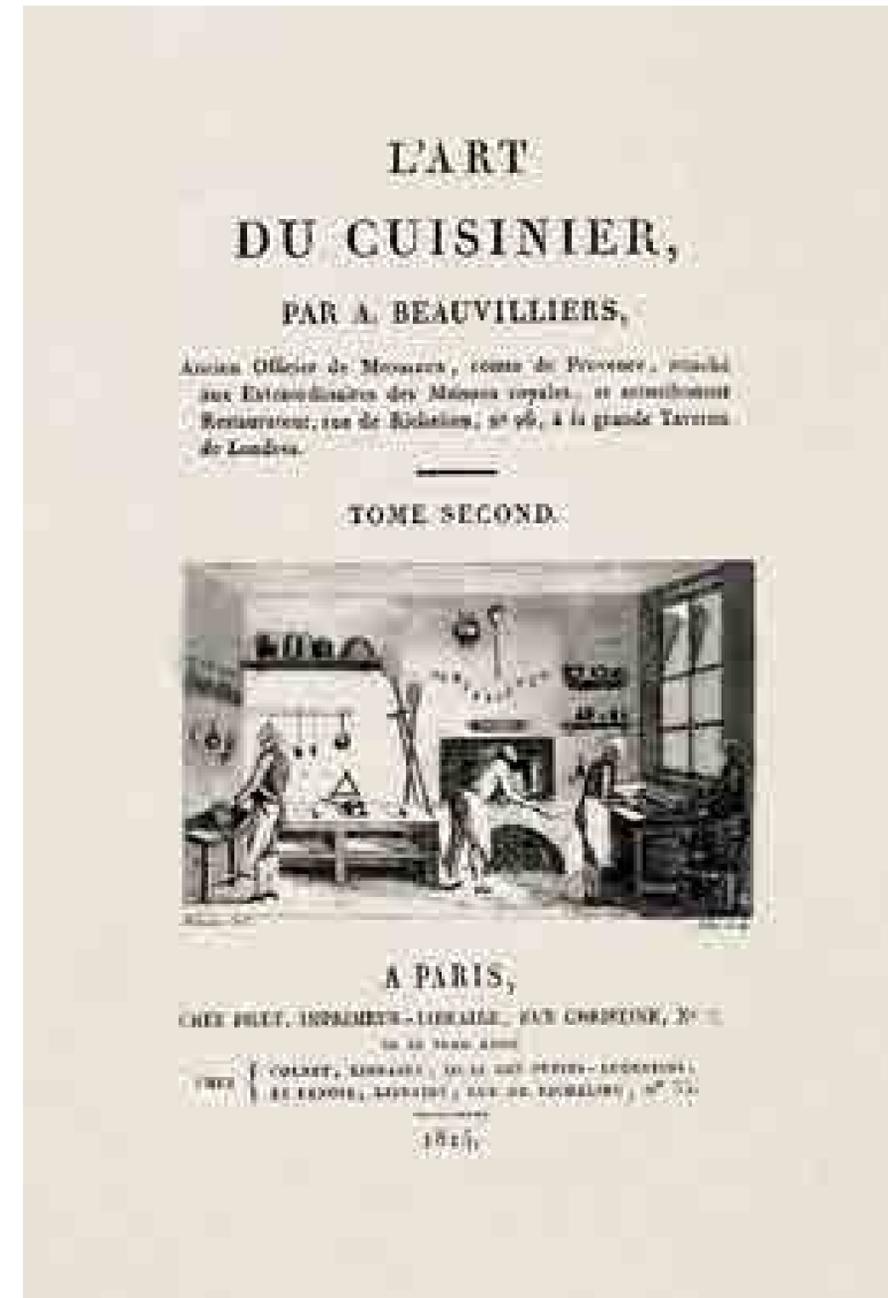
En el esquema de la restauración, el individuo que degusta elaboraciones es un cliente, que elige una oferta gastronómica en particular y, dentro de ella, concreta sus preferencias optando por consumir unas elaboraciones u otras, comidas y/o bebidas del mundo dulce y salado, resultados de la actividad de cocinar. La cocina y las elaboraciones forman parte de la oferta gastronómica de un restaurante o local de la restauración, pero esta también incluye el servicio, la decoración, la ubicación o el ambiente, entre otros factores. Gracias a la oferta gastronómica, el cliente vive una experiencia que es el resultado de la suma de todas estas decisiones y del hecho de acudir a un restaurante o local de restauración. El proceso experiencial asociado a la degustación de elaboraciones (comidas y/o bebidas) es otra de las grandes líneas de interés de la Bullipedia. Para un conocimiento más extenso, puede consultarse el proyecto dedicado a la experiencia dentro de la misma.

Podríamos centrar este libro en la cocina de la restauración gastronómica, que existe en numerosas versiones, concretando cada tipo de oferta gastronómica en base a su cocina, pero se trataría de un proyecto diferente. Y es que, si el propósito en esta ocasión es responder a la pregunta de qué es cocinar, para después encaminarnos hacia la restauración, pasar por alto toda la cocina y las elaboraciones previas al acontecimiento de la aparición del restaurante sería cegarnos, perder la

oportunidad de conocer una historia más completa, que se origina en un contexto muy alejado del de la oferta gastronómica.

La cocina partió del ámbito privado y se trasladó, muchos siglos después, a la restauración gastronómica que, por sí misma, tiene una historia propia, en la que se incluyen versiones y momentos diferentes y muy variados. El trasvase del arte culinario y de la cocina profesional al restaurante, así como el hecho de la elaboración en el mismo, existe desde hace algo más de doscientos años. La restauración es el ámbito comercial de la cocina, aquel al que puede accederse a cambio del pago de un precio estipulado, que varía en cada restaurante. Aunque la cuestión principal que tratamos en este libro forma parte de la misma, y es correcto identificarla como tal, no representa el total de la realidad que queremos abarcar. El restaurante gastronómico como institución y la restauración gastronómica como sector son consecuencias de un largo recorrido histórico previo.

Hemos analizado la cuestión culinaria desde diferentes puntos de vista, pero —como especialistas en restauración gastronómica— hemos hecho especial hincapié en la cocina del restaurante gastronómico, en los profesionales con los que cuenta y en las elaboraciones que en él se sirven. Lo fundamental ahora es fijar cómo se incluye, en este libro, esta cocina proveedora de una oferta gastronómica que es ya una opción de ocio para millones de personas en todo el mundo, superando el concepto del placer de la degustación que fue exclusivo de las élites durante siglos. Conectaremos la cocina de la restauración con otras versiones de cocinar, que pertenecen a otros ámbitos y tienen orígenes distintos, y que pueden darse en el restaurante, en el terreno doméstico o en otro entorno diferente. No se puede intentar abordar la cocina sin tener en cuenta su origen, sus canales de difusión, el porqué de las características que se han ido sumando tras siglos y siglos de «cocinar». Sobre los detalles y las diferencias entre los distintos conceptos, habrá tiempo de hablar más adelante.



Primer libro de un restaurante gastronómico. La restauración gastronómica comienza a partir de este establecimiento.

UN RESTAURANTE NO SOLO ES COCINAR...



Comprender la cocina para construir la teoría de la cocina

En otras disciplinas, algunas de las cuales referenciamos en este libro, se ha construido una teoría que las explica y ordena, como sucede con la teoría del arte, por ejemplo. El arte es una disciplina académica plenamente consolidada, con una teoría que recoge el conjunto de reglas, principios y conocimientos que la han articulado durante siglos. No sucede así con la cocina, que no cuenta con una teoría que la refuerce como disciplina académica.

Cocinar es una acción eminentemente práctica, no cabe la menor duda: la cocina existe porque un antepasado homínido tomó la iniciativa de diseñar una herramienta lítica para cortar y despiezar. Hubo práctica y allí nació la cocina, con un producto, una técnica y una herramienta, prehistóricos todos ellos y sin teoría culinaria detrás que los sostuviera. Pero aquel homínido partió de una idea, que le llevó a tallar aquella piedra y a darle un uso novedoso. La cocina se hace «haciéndose» (valga la redundancia), pero sucede respaldada por un cuerpo teórico de ideas, teorías e hipótesis que llevamos probando y refutando, ensayando y descartando, desde hace dos millones y medio de años, cada vez que cocinamos.

De manera práctica, al cocinar, el ser humano realiza elaboraciones. Cada una de ellas, intermedias (si se emplean para «cocinar» otras) o finales (si se degustan), tiene características propias, derivadas del proceso por el que se cocinan, que solapa fases y recursos en el marco de un sistema hasta obtener un resultado. En cada una de esas fases, en función de las decisiones del cocinero, de su actitud y voluntad, podemos reconocer factores que definirán este sistema en su conjunto: desde la adquisición del producto, pasando por el acondicionamiento y la preelaboración del mismo, por la obvia elaboración en diferentes niveles y con múltiples posibilidades, hasta la composición de la elaboración final y su correspondiente emplatado. Todas las características que se desprenden del sistema culinario repercuten y tienen su reflejo en el resultado, y este se traslada al siguiente sistema, la degustación, del que hablamos y al que nos referiremos en numerosas ocasiones en este libro, pero que no es el epicentro ni el objeto de estudio del mismo. Hemos de considerarla, puesto que la acción de cocinar roza tanto el límite de la degustación (a veces, hasta el momento último antes de llevarse la elaboración a la boca) que ambas son insolubles: no podemos hablar de cocinar sin pensar en comer y beber.

Todo esto, eminentemente práctico, se traduce en teoría de la cocina si se analiza de forma correcta, si se plantean las preguntas adecuadas, si se extrae del acto de cocinar una conclusión que evidencia que aplicar una técnica sobre un producto con una herramienta es cocinar, pero que esta acción admite numerosas interpretaciones más. La cocina es todo su contexto antes, durante y después de ser un acto, es su resultado, es todos sus usos posibles a lo largo de la historia, etc. Y esta respuesta es teórica, no puede darse a través de la práctica. Así pues, toda la práctica es necesaria para poder hacer teoría de la cocina. Todo lo que podamos llegar a comprender para explicar, para analizar la práctica y sus posibilidades, continuará expandiendo esta, como ocurre siempre que la teoría y la práctica son coherentes y evolucionan y avanzan juntas.

Hacemos hincapié en esta idea de unir teoría y práctica, de suplir vacíos que no están registrados ni escritos ni codificados. No entendemos la teoría como una tribuna que observa, sino como la materialización de lo que ya se ha hecho y que sirve para continuar explicando y entendiendo, para plantear el futuro de una forma más sólida. La teoría da certeza, en todos los ámbitos, y, aunque esta no sea una

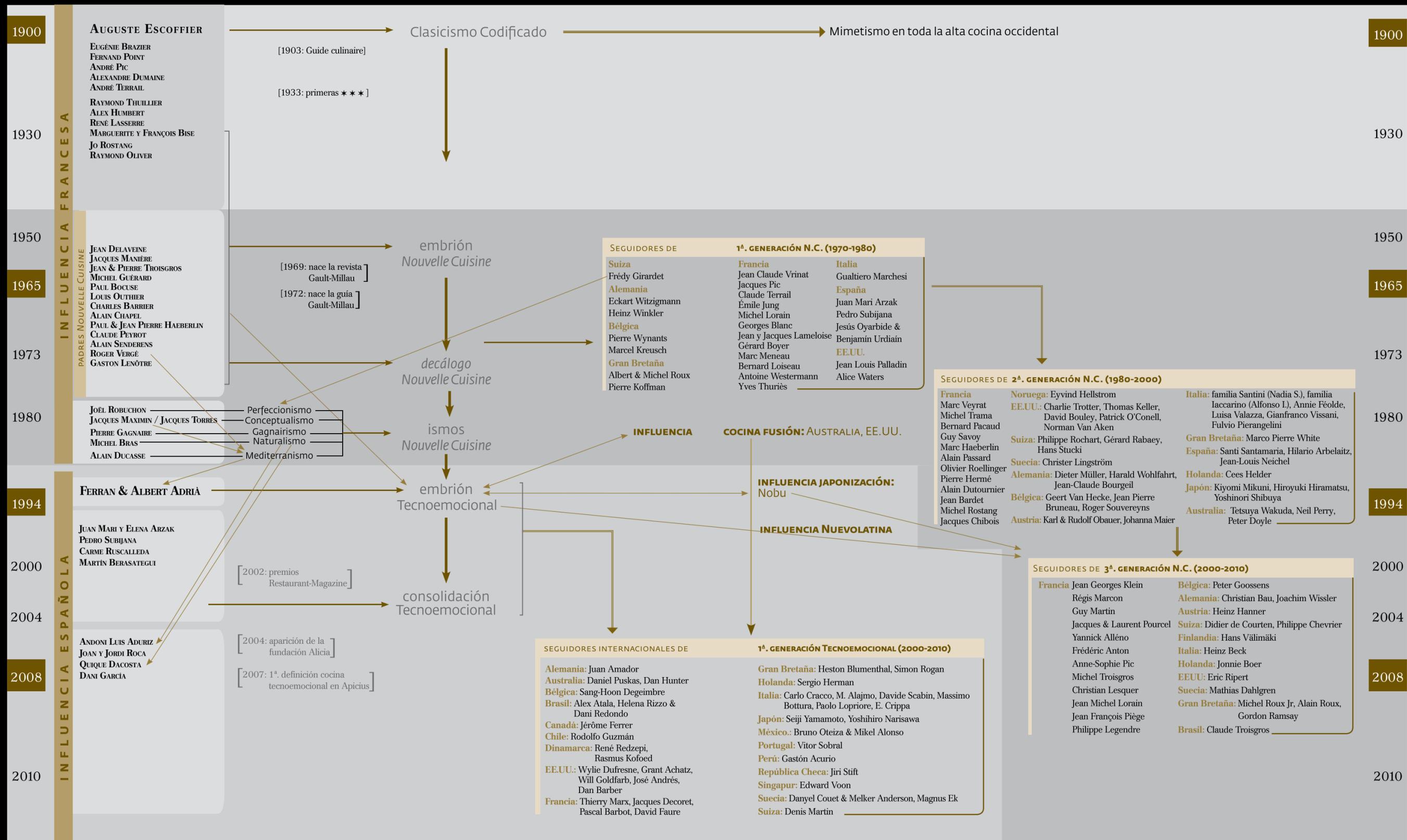
disciplina científica, el conocimiento teórico que acumula en su tiempo de existencia merece plasmarse en papel. Si tenemos voluntad de reforzar lo que sería la teoría de la cocina con este libro es, en parte, porque, al plantear la redacción del mismo y enfrentarnos a toda la investigación necesaria para afrontarla, hemos sido muy conscientes de la falta de documentación, de la corta edad de la cocina en su versión académica, en su investigación teórica.

Faltan referencias explícitas, especializadas, correctamente documentadas y bien definidas, estudios que identifiquen y clasifiquen tipos, estilos y movimientos de cocina. Como consecuencia, esta carencia documental de la que hablamos y la falta de un análisis más profundo de los textos existentes. En la actualidad, la cocina forma parte del mundo académico y se ha convertido en objeto de estudio formal, al que este libro pretende contribuir. Sin embargo, su registro documental continúa siendo pobre, pues como disciplina académica es joven y falta estandarización y consenso, lo que dificulta la tarea. Es necesaria una visión holística, apoyada en un trabajo interdisciplinar que asesore y complemente esta teoría culinaria, que sirva como base para la construcción de una tipología que ordene con criterio la inmensa realidad de la cocina.



CANON DE LOS CHEFS: COCINEROS, PERIODOS, ESTILOS Y MOVIMIENTOS EN LA ALTA COCINA CONTEMPORÁNEA EN OCCIDENTE

El mapa que presentamos aquí es una de las pocas codificaciones que se han realizado sobre estilos y movimientos de la restauración gastronómica occidental.



ADN PRODUCCIÓN COSTOS

PRODUCTOS

TECNOLOGIA



NO ELABORADO

PRIMARIOS

DERIVADOS

PRODUCTOS CON SECUNDARIOS

DESPILES DEL MANEJO

PARTES

TECNOLOGIA

TÉCNICAS CUADRIPLAS PRIMARIAS

ELABORACIÓN PRIMARIAS

ELABORACIONES COMBINADAS

TÉCNICAS

TÉCNICAS CUADRIPLAS

ELABORACIÓN INTERMEDIAS

NO SE SE

ELABORACIONES PRIMARIAS: PARTES

VAJILLA

SE SE

SE SIRVE

SE CONSUME

TIPOS DE COCINA

REPRODUCCIÓN REPRODUCCIÓN REPRODUCCIÓN
COVAR COVAR COVAR
CREAR CREAR CREAR

CAPÍTULO 1

Partimos de comprender aspectos léxico-semánticos

Como premisa en la aplicación de Sapiens, analizaremos las definiciones de los términos principales y las de otros vocablos que podemos considerar íntimamente relacionados con nuestro objeto de estudio.

El libro Focals...

Definición de términos principales

¿QUÉ ES «COCINAR»?

Quién cocina y si cocinar es o no una acción que admita matices más allá de la mera alimentación son cuestiones que iremos analizando a lo largo de este libro. Pero ahora es importante fijar la idea de cocina como un proceso de transformación que se basa en la ecuación «producto, herramienta, técnica, elaboración», que iremos ampliando y matizando en este capítulo. Veamos qué dicen los diccionarios.

COCINAR

RAE

1. tr. Guisar, aderezar los alimentos.
2. tr. *Col. y Ven.* Cocer (||someter a la acción del fuego en un líquido).

Observamos que todas las definiciones propuestas hacen referencia, en algún momento, a «guisar» y a «cocer» como acciones transformadoras de los alimentos. Pero ¿qué es guisar?, ¿qué es cocer? ¿Hay alguna diferencia entre ambos términos?

COCER

RAE

1. tr. Hacer comestible un alimento crudo sometiéndolo a ebullición o a la acción del vapor.
3. tr. Someter algo a la acción del fuego en un líquido para que comunique a este ciertas cualidades.
7. intr. Dicho de un líquido: hervir.
8. intr. Dicho de algunos líquidos, como el vino: fermentar.

Las diferentes acepciones de cocer hablan de la acción relacionándola con la aplicación de una energía calorífica que, realizada directa o indirectamente, produce una cocción. Apreciamos también que uno de los efectos de cocer es hacer que la materia adquiera nuevas propiedades.

COCCIÓN

RAE

1. tr. Acción y efecto de cocer o cocerse.

Cocción sería la técnica y también el resultado de cocer. Si ponemos materia al fuego y hacemos que cueza, habremos producido una cocción, que facilitará la asimilación de la misma, pero que también le añadirá nuevas propiedades y características al producto.

GUISAR

RAE

1. tr. Preparar los alimentos sometiéndolos a la acción del fuego.
2. tr. Preparar los alimentos haciéndolos cocer en una salsa, después de rehogados.
5. tr. *desus.* Adobar, escabechar o preparar las carnes o pescados para su conservación.

En la primera acepción de guisar, se hace referencia de nuevo a la acción que el fuego produce en los alimentos, pero, en la segunda, se entiende guisar como una fase concreta dentro de la preparación de un alimento y que supone su cocción en una salsa.

¿Y COCINAR SIN CALOR? ¿CÓMO SE LLAMA?

Sin embargo, y es importante señalarlo ahora, se puede cocinar sin recurrir a la cocción o el guiso de los productos, aunque esta opción no esté contemplada en las definiciones tradicionales. Como veremos en la página 122, existe una cocina de resultados crudos que, sin embargo, han sido cocinados. Que la materia del producto permanezca cruda, no cocida ni guisada, no impide que otras técnicas se apliquen sobre ella utilizando herramientas que no requieren energía calorífica.



¿QUÉ ES «COCINA»?

El resultado de cocinar, tanto de las acciones concretas como del proceso en sí mismo, es la cocina. En este apartado, al hablar de cocina, no la estamos considerando como una herramienta genérica (fogones, horno, campana...) ni tampoco como el espacio físico que ocupa. Nuestro propósito es referirnos al conjunto de la comida y la bebida realizada, al resultado de la acción de cocinar. La cocina es fruto de la creación de las primeras herramientas y técnicas, a partir de las cuales, cada nuevo producto, técnica o herramienta genera una nueva cocina.

COCINA

RAE

3. f. Arte o manera especial de guisar de cada país y de cada cocinero.

Aunque en este capítulo nos centraremos en las acepciones del término «cocina» ya señaladas, podemos observar que el diccionario de la RAE incluye otros significados posibles para este concepto, a los que dedicaremos un apartado más adelante (ver pág. 240).

COCINA

RAE

1. f. Pieza o sitio de la casa en el cual se guisa la comida.

Por un lado, encontramos que la cocina es una habitación concreta que forma parte del conjunto de una casa, aunque está claro que, como espacio, también pueden encontrarse cocinas en los restaurantes o en otros lugares.

COCINA

RAE

2. f. Aparato que hace las veces de fogón, con hornillos o fuegos y a veces horno. Puede calentar con carbón, gas, electricidad, etc.

Por otro lado, en el marco del espacio cocina, se encuentra también el conjunto de las herramientas necesarias para llevar a cabo elaboraciones, entre las que destaca la cocina como aparato empleado en los procesos de elaboración en los que se requiere una fuente de calor.

NUESTRA DEFINICIÓN

Cocinar

Desde Sapiens, planteamos dos definiciones diferentes.

1. Cocinar es, en primer término, una acción que implica la transformación de un producto (materia prima) en un alimento, consecuencia del empleo de una determinada técnica (o de varias), el uso de una o varias herramientas (salvo excepciones, en las que la mano reemplaza a la herramienta) y la aplicación de un conocimiento determinado.
2. Por otro lado, cocinar es el proceso que empieza con uno o varios productos y/o elaboraciones a los que se aplica al menos una técnica con una o varias herramientas (salvo alguna excepción, como una gamba asada directamente), del que obtendremos una elaboración que se podrá degustar o que podrá formar parte, a su vez, de otra elaboración.

Cocina

Como hemos visto en las páginas anteriores, existen diferentes acepciones para el término cocina. Puntualizamos que, en el caso de este libro, trataremos la cocina como un proceso, pero también como un resultado, como aquello generado por el acto de cocinar. La definición queda así:

1. La cocina es la acumulación de las elaboraciones resultantes de cocinar. La suma de herramientas y técnicas de elaboración aplicadas a productos y/o elaboraciones intermedias generan un resultado, las elaboraciones que se degustan, que, en función de sus características, pueden dar lugar a categorías o tipos de cocina.

Definición de términos relacionados

Como ya hemos explicado, la acción de cocinar tiene el objetivo de transformar productos o elaboraciones intermedias y convertirlos en elaboraciones que se degustan. Sin embargo, el propósito con el que se cocina puede variar. Se puede cocinar para cubrir necesidades alimenticias, sin más ornamentos ni matices, para aportar al cuerpo los nutrientes que necesita para su supervivencia. Pero también se puede cocinar con voluntad de ir más allá de la nutrición, con el propósito de provocar placer en el comensal que degusta lo cocinado, por puro hedonismo y capacidad de disfrute.

A continuación presentamos una serie de términos que nos ayudarán a comprender las diferencias entre cocinar para alimentarse o hacerlo por placer, con actitud gastronómica.

ALIMENTACIÓN

RAE

- 1.tr. Acción y efecto de alimentar.
- 2.tr. Conjunto de las cosas que se toman o se proporcionan como alimento.

La alimentación es una de las necesidades fisiológicas del ser humano y una necesidad básica de todos los seres vivos (humanos, animales, vegetales). Es la forma que tienen de nutrirse para generar la energía que requieren para subsistir.

ALIMENTO

RAE

- 1.m. Conjunto de sustancias que los seres vivos comen o beben para subsistir.
- 2.m. Cada una de las sustancias que un ser vivo toma o recibe para su nutrición.

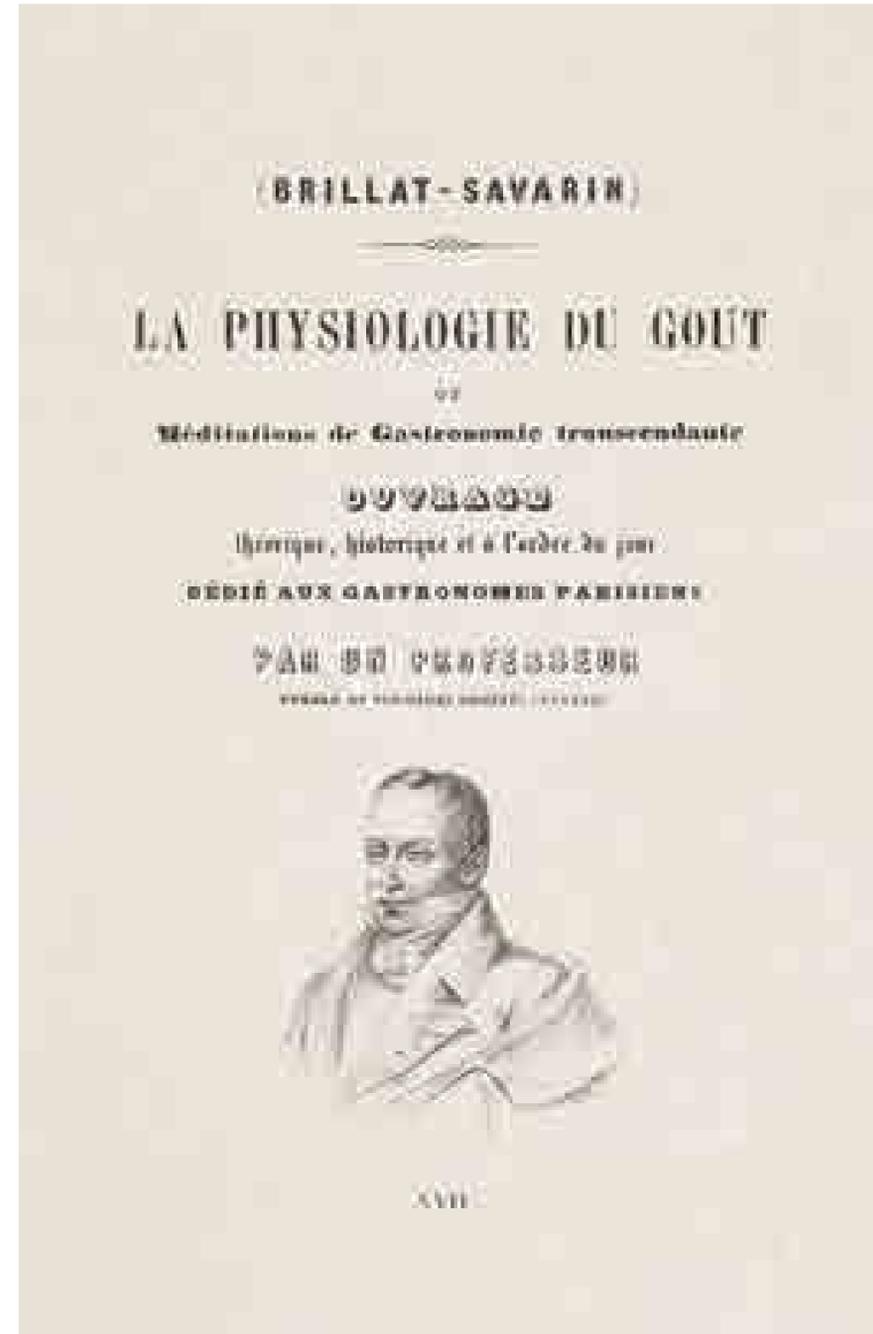
Aquello con lo que los seres vivos cubren sus necesidades nutricionales para subsistir es alimento. Este se ingiere, comido o bebido y, una vez en el organismo, cumple su función de aporte nutricional.

NUTRICIÓN

RAE

1. f. Acción y efecto de nutrir.

La nutrición es una de las tres funciones vitales que realizan todos los seres vivos y sucede al margen de la capacidad de decisión que tiene el ser humano para elegir de qué se alimenta.



Brillat-Savarin, gastrónomo entregado al placer de comer y beber, escribió *Fisiología del gusto*, obra publicada en 1825, que se convertiría en un clásico de la literatura gastronómica.

GASTRONOMÍA COMO SUSTANTIVO: ¿QUÉ SIGNIFICADO PRIMAMOS?

La búsqueda del significado del término gastronomía resulta imprescindible en la reflexión que se construye en este libro y que da respuesta al título que lo encabeza. Si indagamos para buscar una definición del mismo debemos acudir, en primer lugar, a la que hace el propio Joan Anthelme Brillat Savarin en su *Fisiología del paladar o Fisiología del gusto*, obra publicada en el año 1825:

«La gastronomía es el conocimiento razonado de cuanto se relaciona con el hombre, en tanto que se alimenta. Su finalidad es velar por la conservación de los hombres por medio de la mejor nutrición posible. Lo consigue dirigiendo, en virtud de los principios seguros, a cuantos buscan, suministran o preparan las cosas que pueden convertirse en alimentos».

El autor hace referencia a un «conocimiento razonado», ligándolo directamente con la alimentación, con la nutrición. Pero, por lo que conocemos, Savarin dedicó su vida a la degustación, en diferentes escenarios, por lo que se intuye que parte de un concepto de alimentación que no se limita a la supervivencia, sino que concibe el hedonismo y valora la calidad, y, dada su posición social, es muy probable que la forma de nutrir su cuerpo distaran mucho de la mera alimentación. Encontramos aquí una mezcla entre nutrición y hedonismo que, estableciendo un símil, tendría mucho que ver con la cocina saludable o adelgazante (*La grande cuisine minceur*) que Michael Gerard propuso en la década de los ochenta del siglo xx.

Continuamos indagando sobre este término y recurrimos, como hacemos habitualmente, a la RAE, donde encontramos las siguientes acepciones:

GASTRONOMÍA

RAE

1. f. Arte de preparar una buena comida.
2. f. Afición al buen comer.
3. f. Conjunto de los platos y usos culinarios propios de un determinado lugar.

En este caso, vemos que «gastronomía» hace referencia a una capacidad para cocinar «buena comida», a una tendencia o preferencia por la degustación que el diccionario califica de «buen comer»; también al conjunto de elaboraciones y los usos que se hacen de las mismas en un lugar concreto. Lo anterior implica que gastronomía puede referirse a quien cocina, a quien come y, además, al resultado de cocinar, como elemento general asociado a una cultura y lugar determinados.

Es decir, en el caso de estas acepciones, sí parece estar presente una premisa de calidad, de algo que se diferencia por ser bueno, tanto desde la perspectiva de quien cocina como de quien degusta. Y es esta idea, esta afición al «buen comer» representada por los gastrónomos (personas entendidas y aficionadas al buen comer) la que se encarna en la figura de Savarin, siglos XVIII-XIX, y la que sentará las bases del concepto «gastronomía» en el periodo de la cocina clásica que se inicia en Francia y será predominante y protagonista hasta la segunda mitad del siglo xx, momento en que comienza a experimentar una evolución progresiva.

Ligado al objeto principal de nuestro estudio y en vista de los diferentes matices que lo rodean, debemos incluir también el término hedonismo, cuyas acepciones aportamos en clave RAE:

HEDONISMO

RAE

1. m. Teoría que establece el placer como fin y fundamento de la vida.
2. m. Actitud vital basada en la búsqueda de placer.

En la actualidad, el empleo del término «gastronomía» nos lleva a hablar de dos corrientes diferentes, entre las cuales existe una amplia gama de grises.

- ▶ Por una parte, una concepción de la gastronomía asociada a cualquier aspecto que implique la alimentación. En esta tendencia encontramos a Carlo Petrini, fundador del movimiento Slow Food, que asocia la gastronomía con la alimentación, sin plantear una diferencia obvia entre actitudes o voluntades distintas en una y otra. La cuestión o duda pendiente sería saber si debe existir un mínimo de calidad para considerarse gastronomía o si son conceptos independientes.
- ▶ Por otra, una forma de percibir la gastronomía indisoluble de la calidad, que la entiende ligada a un determinado placer en la degustación y la diferencia de la simple alimentación.

GASTRONÓMICO COMO ADJETIVO: ¿QUÉ INDICA?

Desde esta segunda forma de entender el significado de la gastronomía se desprende el adjetivo calificativo «gastronómico» o «gastronómica», cuya definición aportamos a continuación también en clave RAE:

GASTRONÓMICO, CA

RAE

1. adj. Perteneciente o relativo a la gastronomía.

Cuando «gastronómico» o «gastronómica» califica a un determinado tipo o clase de restauración o restaurante (siendo la restauración gastronómica el objeto de estudio de este proyecto), de experiencia, de estudios, de ciencias, de medios de comunicación (entre un largo etcétera posible), este adjetivo se utiliza para remarcar, subrayar —deliberadamente— una diferenciación de esa parte de la realidad que designa con respecto a todas las demás, presuponiendo, ahora sí, una determinada calidad y una orientación concreta.



¿QUÉ ES «COMER»? ¿QUÉ ES «BEBER»?

COMER

RAE

1. tr. Masticar y deglutir un alimento sólido.
2. tr. Ingerir alimento.
8. intr. Tomar la comida (|| alimento que se toma al mediodía).
9. intr. Tomar la cena (|| última comida del día).

Comer es el verbo que define la acción de tomar alimento, con la condición incluida de que este se masticará y deglutirá en caso de ser sólido. Aparece también el término «comida», para indicar que existen vocablos distintos para el alimento que se toma al mediodía (comida) y el que se toma por la noche (cena).

BEBER

RAE

1. intr. Ingerir un líquido.
3. intr. Ingerir bebidas alcohólicas.
4. intr. Absorber, devorar, consumir.

De acuerdo con su definición, la acción de beber implica ingerir una elaboración cuya materia se encuentra en estado líquido. Lo que se bebe es una comida o una bebida, en función del uso que se haga de la elaboración. Pero, en cualquier caso, hemos de señalar que se beben todas las bebidas, pues no es su condición de alcohólicas lo que las hace líquidas: todas lo son. Además, a diferencia de lo que se come, lo que se bebe permanece en la cavidad bucal por mucho menos tiempo, puesto que no requiere masticación.

MIENTRAS COMEMOS Y BEBEMOS, SUCEDEN TAMBIÉN OTRAS ACCIONES

Comer y beber son acciones con un significado concreto, pero, mientras el ser humano las lleva a cabo, otras acciones están implícitas.

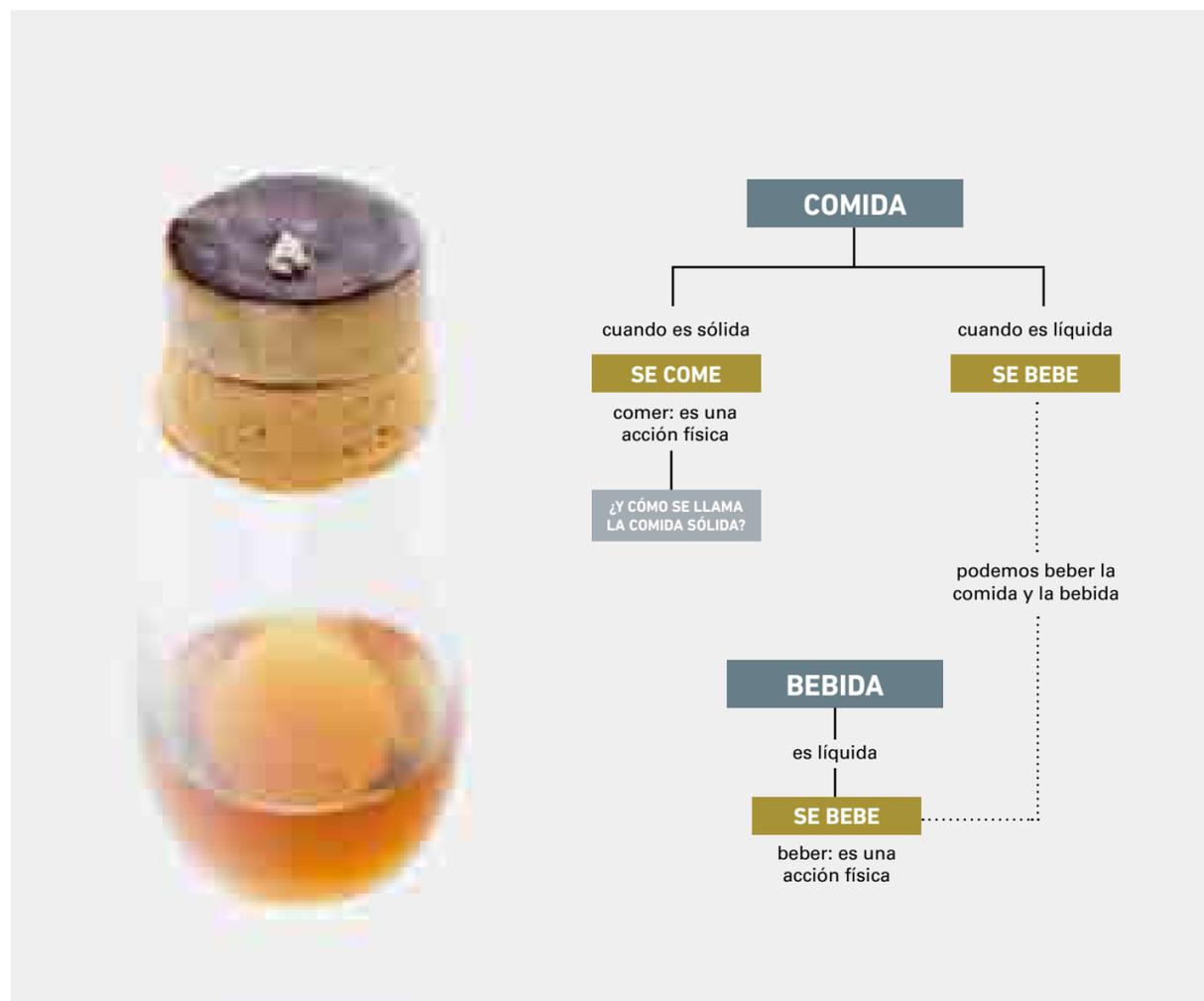
Por eso podemos decir que, mientras comemos y bebemos, también estamos sorbiendo, ingiriendo, tragando, masticando, salivando, deglutiendo, succionando, hidratándonos, mordiendo, saboreando, saciándonos, deleitándonos o brindando y, siempre, consumiendo.

¿QUÉ ES «COMIDA»? ¿QUÉ ES «BEBIDA»?

En primer lugar, no se debe relacionar siempre beber con una bebida, ya que se pueden beber comidas. En consecuencia: no todo líquido es una bebida. Hay elaboraciones que tienen uso de comida y se encuentran en estado líquido como, por ejemplo, un gazpacho.

- ▶ Cuando una elaboración líquida se come y no se bebe, es porque tiene uso de comida.
- ▶ Cuando una elaboración líquida se bebe y no se come, es porque tiene uso de bebida.

Una elaboración comida se puede comer y beber, por lo que tampoco se tiene que relacionar comida exclusivamente con comer, puesto que se pueden «beber» comidas. Tomando el mismo ejemplo, el gazpacho, en un vaso de chupito, se bebe y se come, si se sirve en un plato o cuenco y se degusta con cuchara, pero en ambos casos el gazpacho tiene uso de comida, no de bebida.



Comida

Habiendo detectado que no existe un vocablo específico para diferenciar la comida sólida de la líquida, interpretamos que ambos tipos de elaboración se incluyen conceptualmente en el término «comida».

COMIDA

RAE

1. f. Lo que se come y bebe para nutrirse.
2. f. Alimento que se toma al mediodía o primeras horas de la tarde.
3. f. Cena.
4. f. Acción o acto de comer.
5. f. Reunión de personas para comer al mediodía o primeras horas de la tarde.

Entendemos por comida aquel producto o elaboración en estado sólido o líquido que se puede comer o beber para cubrir necesidades fisiológicas o por hedonismo, y cuyo contexto es meramente culinario. Para su definición, es indiferente si la comida que se ingiere (es decir, se come o se bebe) es sólida o líquida, pues su función es —en origen— nutricional. No debe olvidarse que una bebida también puede nutrirnos como, por ejemplo, en el caso de tomar un vaso de leche. Veremos el límite de la acción de cocinar y de ingerir comida que no hemos cocinado ni contextualizado en la página 72, cuando hablemos de las posibilidades de la alimentación sin cocina.

Bebida

El concepto de bebida, sin embargo, sí indica un estado líquido de la elaboración para que pueda beberse. Esto implica que, por un lado, nos remite a un líquido (aunque no todas las elaboraciones líquidas tengan uso de bebida) y, por otro, a una acción específica distinta a la de comer. A diferencia del hecho de comer y de la comida, beber no siempre tiene un efecto nutricional, puesto que algunas bebidas, como el agua, no contienen nutrientes. Sin embargo, continúan siendo necesarias para el organismo, puesto que todas las bebidas (para considerarse como tales) han de contener agua en su composición final (es decir, no cualquier líquido es una bebida).

BEBIDA

RAE

1. f. Líquido que se bebe.
2. f. por antonom. bebida alcohólica.
3. f. Acción de consumir bebidas alcohólicas.

Una bebida es un producto o elaboración líquida en el momento de la degustación que puede contener otros estados de la materia (gas o sólido), se usa habitualmente para beber y se degusta en un contexto de acompañamiento de una elaboración comida, como aperitivo o digestivo, como refrigerio o formando parte del entretenimiento social. Es decir, sirve tanto para la alimentación como para el hedonismo, al igual que la comida.

CIVILIZACIÓN



CULINARIA ART



CAPÍTULO 2

La génesis de la cocina

Vamos a considerar ahora el punto de partida de la cocina para comprender qué llevó al ser humano a cocinar por primera vez y cómo se diferenció por ello del resto de animales: cocinamos para alimentarnos, pero también lo hacemos para disfrutar, guiados por el hedonismo.



¿Cocinar es mejorar la naturaleza?

En un sentido amplio, el ser humano cocina porque es la forma que tiene de mejorar la naturaleza para sí mismo. Cuando freímos un huevo, pelamos una patata o asamos un pollo lo que estamos haciendo es mejorar o hacer más «comestibles» esos productos.

La RAE define «comestible» como aquello que se puede comer. Se trata de una forma de indicar que ha variado con el tiempo y que depende del ser vivo que vaya a ingerir el alimento, puesto que algo que es comestible para una especie animal concreta puede no serlo para el ser humano. El término «comestible» está subordinado a temas tan diversos como la nutrición, el envenenamiento, los gustos personales, las consideraciones sociales, el evento en el que se vayan a consumir los alimentos, etc. En cualquier caso, «comestible» es un concepto que no tiene tanto que ver con el producto o la naturaleza en sí mismos, como con la apreciación social y personal que hacemos del mismo.

Delimitar qué es y qué no es comestible es algo subjetivo, que varía según el nivel de necesidad, el lugar del mundo y el tiempo histórico en el que el individuo coma o haya comido. En nuestra percepción de lo comestible está presente, además, un importante factor cultural, de experiencia, que delimita el abanico de alimentos considerados en nuestra dieta.

Ejemplo: en el sudeste asiático comer insectos es algo normal, pero estos pueden resultar no comestibles para un occidental.

El ser humano puede ingerir insectos y estos nutrirán su organismo sin dañarlo; por lo tanto, son comestibles. Es la percepción del individuo occidental, cuya cultura de la alimentación está enraizada en el consumo de otros productos, la que los identifica como algo fuera de sus límites. Podemos decir que la mejora de la naturaleza, entendida como el acto de cocinar, se produce en base a unos objetivos. El ser humano toma lo que la naturaleza le da y, de acuerdo a unas necesidades y deseos, lo modifica mejorándolo. ¿Es mejor así la naturaleza? Sí, pero solo para el ser humano, que necesita transformarla, hacerla comestible para sí mismo, a diferencia de otras especies de seres vivos que no requieren de tal proceso para su alimentación.

El ser humano, de hecho, comienza a cocinar los productos mucho antes de que estos lleguen a la cocina. Con esto nos referimos a todas las especies de plantas y animales que se han trasladado y se trasladan de unas zonas del mundo a otras, que se cultivan y se crían, que se adaptan, mediante distintas técnicas, para que sus características sean mejores (en términos de productividad, sabor, perdurabilidad, tamaño, etc.).

De hecho, tanto ha adaptado el ser humano la naturaleza a sus objetivos que, hoy día, llamamos tomate natural al que crece en un huerto, olvidándonos de que esa planta era endémica de América y sus frutos tenían un sabor especialmente desagradable. Solo «cocinando», es decir, cultivando, hibridando, etc., hemos conseguido que el tomate sea «mejor» para nosotros. Pero la naturaleza sigue sin ser mejor ni peor en sí misma.



Además, afirmar que cocinar es mejorar la naturaleza abre un debate problemático, especialmente cuando la industria alimentaria está de por medio. Muchos defenderían que un tomate de invernadero no sabe igual de bien ni es tan nutritivo como un tomate de huerto, que crece con menor intervención del ser humano y de forma más «natural».

La realidad es que ambas variedades son el resultado de la domesticación de una especie que, de permanecer en su estado natural, no se consumiría como se hace actualmente. Tanto el tomate de invernadero como el que crece en el huerto son el resultado del trabajo humano de domesticación de una especie que existía en la naturaleza, mejorándola, porque logra resultados (tomates) más agradables en cuanto a sabor y textura, y haciéndola más apta para el consumo humano.

En conclusión, hay que tener en cuenta que «mejorar la naturaleza» tampoco es un término objetivo, puesto que cada mejora hace referencia a unos objetivos específicos. Si la finalidad es hacer comestible y digerible un producto, entendemos que, al cocinar, el ser humano está mejorando la naturaleza para sí mismo. Pero, en ningún caso esto hace «peor» a la naturaleza, que nos brinda la oportunidad de tomar de ella productos con los que alimentarnos, requieran o no de una modificación previa.

Siguiendo con el ejemplo del tomate, el cultivado en invernadero es mejor que el de huerto en la lucha contra el hambre, pues permite una productividad mayor. En el caso de la población medieval, comer los productos triturados y especiados era mejor que hacerlo sin especias, cuando estos estaban al límite de su grado de frescura y no tenían un sabor agradable.

Sin que el ser humano intervenga, la naturaleza cocina

Al afirmar que la naturaleza cocina nos referimos a que, por sí misma, es capaz de transformar la materia de los productos no elaborados que se encuentran en ella. Lo hace a través de procesos químicos y biológicos que afectan a las sustancias que componen estos productos, alterándolos sin necesidad de que la mano humana intervenga en los mismos.

Tras observar cómo actúa la naturaleza en cada caso, los seres humanos hemos aprendido a replicar esos procesos. Así, los imitamos y los aplicamos en la cocina para lograr nuevas técnicas de transformación de la materia de los productos. Pero, que sepamos imitarlos no quiere decir que siempre los realicemos nosotros, pues en muchas ocasiones se trata de saber propiciar las circunstancias para que se den en la naturaleza. Para ello, simulamos unas condiciones concretas que provocan los cambios deseados en la materia que vamos a utilizar en nuestro propio beneficio para cocinar.

Planteamos aquí tres acciones que la naturaleza realiza y que suponen una transformación de la materia en los productos y por las que podemos considerar que los cocina, empleando energía de diferentes formas. Ocurre así cuando la naturaleza hace madurar los productos, los seca o genera en ellos una fermentación (nos referiremos a distintos tipos).



“ Las energías naturales, como la luz solar o el viento, son recursos para que la naturaleza cocine ”

PARTIENDO DE ESA BASE, OBSERVAMOS EN LA NATURALEZA PROCESOS DE TRANSFORMACIÓN

LA MADURACIÓN

Madurar es, según la RAE, «hacer que un fruto alcance el grado de desarrollo adecuado para ser consumido». La maduración es, por tanto, el proceso por el que el potencial de la materia evoluciona hasta alcanzar su pleno desarrollo. Mientras dura este proceso, diferentes características físico-químicas del producto permiten definir distintos estados de madurez del mismo.

En el caso de los frutos, estos maduran hasta alcanzar el tamaño, color y sabor óptimos para su consumo, momento en el que, de intervenir la mano humana, se recolectan del árbol. Si no hay intervención —del hombre o de un animal— y no se recogen, continúan su proceso de maduración hasta que se pasan, comienzan a pudrirse y, antes o después, caen al suelo, sirviendo así de abono para la propia tierra en la que el árbol crece.

Otro caso de maduración es el que se produce cuando la carne de un animal muerto comienza a degradarse. En un primer momento, tras fallecer el animal, la carne queda muy dura, se tensa. Pero, con el reposo y el paso de las horas y los días (en función del animal), los tejidos conjuntivos comienzan a romperse de forma natural, degradándose la proteína del músculo. La consecuencia es que la carne se vuelve más tierna, más jugosa, y aumenta su aroma, sabor y olor.

Al igual que los seres humanos hemos aprendido a recoger los frutos de la naturaleza cuando están maduros, también hemos sabido interiorizar la lección de que la carne mejora al madurar, pues pierde rigidez. Hemos aprendido a controlar las fases de maduración y, sin que se llegue a pudrir, sabemos que es mejor cocinar y comer la carne una vez ha reposado, porque el proceso enzimático ha roto las fibras musculares.

EL SECADO

El secado es el proceso por el que el movimiento del aire, producido por la acción del viento y de la luz solar, provoca la evaporación de la humedad contenida en una misma materia, es decir, elimina total o parcialmente el agua que este tenía en su estado original.

En el caso de las semillas presentes en la naturaleza, el secado se produce una vez han madurado. El sol y el viento las seca cuando están en condiciones óptimas de maduración, convirtiéndolas en frutos secos, legumbres, cereales... Si se secan antes de tiempo, no tendrán el mismo valor.

Si el ser humano plantara las semillas para aprovecharse del secado de las mismas, habría una interacción entre él y la naturaleza, pero el secado continuaría siendo natural. La mano del hombre solo pone la semilla donde quiere que crezca, para que el sol y el aire hagan su trabajo y la sequen para él.

LA FERMENTACIÓN

De acuerdo con la RAE, fermentar tiene dos acepciones que debemos considerar. La primera, «dicho de un hidrato de carbono: degradarse por acción enzimática, dando lugar a un producto más sencillo como el alcohol etílico» y, en términos más generales, «hacer o producir la fermentación». La fermentación es un proceso paralelo a la respiración, catabólico y de oxidación incompleta. Implica un cambio en la composición de la materia orgánica, se da en ausencia de oxígeno y su resultado es otro compuesto orgánico diferente. El ser humano ha aprendido a controlar los procesos de fermentación y a emplearlos para cocinar gran variedad de productos de diferentes maneras, para conservar y elaborar productos con propiedades distintas a las de la materia prima de origen. Por ejemplo: cereales, pan, cerveza, leche, yogures y quesos.

Existen distintos tipos de fermentación en función de los productos resultantes de este proceso metabólico, es decir, de qué provoque el cambio en la composición bioquímica de la materia. La mayoría de microorganismos favorecen la fermentación como método de lucha. El etanol o los ácidos son un mecanismo para hacer el medio inhabitable para otros competidores.

FERMENTACIÓN LÁCTICA

- La fermentación láctica es un proceso metabólico que transforma los azúcares en ácido láctico para obtener energía. Por ejemplo: la lactosa, y la glucosa en ácido láctico. No es un proceso muy eficiente en términos energéticos, pero es muy útil dado que, al evitar el uso de oxígeno, los microorganismos pueden sobrevivir en condiciones anaeróbicas.
- Este tipo de fermentación sucede de forma espontánea en la naturaleza gracias a la presencia de glucosa en el medio. Las bacterias lácticas llevan a cabo su actividad al igual que las levaduras que realizan la fermentación alcohólica. La glucosa sirve de alimento para todas estas especies de microorganismos y comienza la producción de etanol y de ácido láctico. Hay que tener en cuenta que la fermentación no es el único proceso bioquímico que realizan, sino que existe un conjunto casi inabarcable de reacciones bioquímicas paralelas.
- La gestión de la fermentación de manera controlada aporta distintas propiedades a los productos (sabores, texturas) y mejora su conservación. Sabiendo cómo provocarla, el ser humano emplea la fermentación láctica para cocinar. Es la fermentación propia de los encurtidos (aceitunas, pepinillos), de algunas verduras (col, repollo), de los panes de masa madre, de las leches fermentadas con las que se elaboran quesos y yogures, y de los cereales fermentados que dan lugar a pastas (miso) o salsas (soja).

FERMENTACIÓN ALCOHÓLICA

- Es aquella mediante la cual los microorganismos procesan los hidratos de carbono (azúcares en su mayoría) para obtener alcohol en forma de etanol, dióxido de carbono en forma de gas y moléculas de adenosín trifosfato (que consumen los propios microorganismos). Las levaduras llevan a cabo esta fermentación junto a otros microorganismos.
- Este tipo de fermentación la experimentan algunas frutas, que maduran en proceso anaeróbico, como la sandía, y cereales como el maíz o el arroz. También ocurre en las uvas.
- La forma en que el ser humano se aprovecha de este tipo de fermentación se ve reflejada en la producción de bebidas alcohólicas. El hombre ha observado que la naturaleza necesita encontrar un azúcar y una atmósfera pobre en oxígeno para llevar a cabo este tipo de fermentación, de forma que, si favorece dichas condiciones, puede provocar que ocurra.

FERMENTACIÓN ACÉTICA

- La fermentación acética es un proceso de oxidación en dos etapas: una primera en la que el etanol se oxida a acetaldehído y otra posterior en la que transforma el alcohol etílico en ácido acético.
- El sustrato de fermentación acética es el alcohol etílico presente en el vino y la sidra, que se transforma en vinagre. También se encuentra de forma natural en algunas flores y frutas.

Aunque se conoce como una fermentación, en realidad es un proceso de nutrición alternativo a la glucosa. El proceso sí requiere la presencia de oxígeno, pues las bacterias acéticas lo necesitan para su crecimiento y actividad, a diferencia de las levaduras.

FERMENTACIONES MIXTAS

Las fermentaciones mixtas son muy interesantes a nivel ecológico e implican levaduras, bacterias lácticas, mohos, bacterias acéticas presentes en quesos, kéfir, encurtidos, pan y vino, entre otros. Como especie, en el pasado fuimos parcialmente carroñeros, lo que explicaría nuestra afición a alimentos parcialmente degradados por microorganismos, como los mencionados. Es importante entender que, para darse una fermentación, en muchos casos, el compuesto rico en azúcares debe haber sido alterado, recolectado o acumulado de alguna manera. Los alimentos ricos en azúcares, como las frutas, son susceptibles de degradarse mediante fermentaciones aisladas.

LA CUESTIÓN DE LA PUTREFACCIÓN

El significado de pudrir, de acuerdo con la RAE, es «hacer que la materia orgánica se altere y descomponga». Cuando una fruta, carne o cualquier materia orgánica cae al suelo, los microorganismos que la componen comienzan diferentes rutas de degradación. Se producen oxidaciones químicas, deshidrataciones y el conjunto de microorganismos descomponedores comienza a alimentarse. Muchas de las sustancias que se producen como consecuencia de la putrefacción de la materia son tóxicas para el ser humano. De hecho, nuestro organismo ha desarrollado, como mecanismo de defensa ante estas potenciales amenazas, una aversión a los olores que indican una descomposición y señalan que un producto está en mal estado.

Los alimentos ricos en proteínas, como la carne, no suelen fermentar de manera aislada y, normalmente, se degradan por putrefacción. A excepción de las bayas o algunas frutas, es muy improbable que en la naturaleza se produzca la fermentación de forma espontánea. Ejemplo: una fruta que presenta una magulladura por la acción del granizo mientras está madurando comienza una fermentación en el punto en que se «rompe». La fruta, por sí misma, hubiera seguido madurando en el árbol. La fermentación comienza porque un factor o agente externo la desencadena. Si no hay una alteración externa (humana o provocada por otro ser vivo o por la naturaleza) lo más normal es que desarrolle un proceso de putrefacción.

MICROBIOLOGÍA

RAE 1. f. Estudio de los microbios.

Son microbios o microorganismos todos los seres vivos que el ojo humano no puede percibir a simple vista y para cuya observación se requiere el empleo de un microscopio. Se incluyen, entre ellos, todos los organismos unicelulares, como las bacterias, los virus, los protozoos, algunas algas y los hongos. Como rama de la biología encargada del estudio de ese tipo de seres vivos, la microbiología puede explicar procesos como la fermentación, a la que nos referimos en estas páginas. Como hemos señalado, la fermentación es producida por la acción de microorganismos y el hecho de que sea láctica, alcohólica o acética depende de la naturaleza y el comportamiento de los mismos, objeto de estudio de esta ciencia.



Los animales no cocinan: cocinar es algo que caracteriza al ser humano

Los animales carecen de los procesos cognitivos, como la inteligencia o la capacidad de reflexión, que han llevado al ser humano a cocinar. No están capacitados para desarrollar una actitud de mejora del alimento ni tienen una voluntad explícita de transformarlo para obtener placer con su degustación. En consecuencia, los animales no cocinan, se alimentan.

Si un animal manipula un fruto antes de comerlo, porque le quita la cáscara, lo machaca contra el suelo o lo lanza desde determinada altura para partirlo, lo hace por instinto de supervivencia: necesita alimentarse. Si para comer tiene que llevar a cabo un proceso de manipulación, lo hará. Esto implica, y es importante aclararlo, que, a pesar de que algunas especies realizan transformaciones de los alimentos que consumen, estas no responden a la definición de cocina puesto que esas acciones no están impulsadas por una voluntad consciente de mejora. No tratan de hacer el alimento más atractivo o apetecible, como lo haría un ser humano, solo lo transforman porque, de no hacerlo, no podrían alimentarse con él. Este mismo caso es aplicable a la alimentación de las crías, que puede implicar que sus madres lleven a cabo transformaciones en la materia de ciertos alimentos, manipulándolos. Sin embargo, la madre de una cría de, por ejemplo, un chimpancé, no modifica el alimento para que a su cría le guste más o para que lo disfrute; lo hace para garantizar su nutrición, es decir, su supervivencia.

Durante mucho tiempo, los seres humanos fuimos igual que los animales: buscábamos alimento cuando lo necesitábamos y lo manipulábamos solo para hacerlo comestible. El *Homo habilis* fue el primer homínido en sumar a esa manipulación unas herramientas concretas que la hicieron más fácil y a través de las cuales aplicó técnicas de manera consciente. Un *Homo habilis* que corta un trozo de res en pedazos más pequeños tiene ya una voluntad explícita de mejorar ese producto. Empezar a cocinar, aunque fuera de una forma muy básica, transformando los productos con una intención concreta de mejorarlos, es lo que nos diferenció entonces de los animales y nos hizo humanos.

Dicho esto, podemos señalar que la cocina y el acto de cocinar caracterizan al ser humano como especie y lo diferencian del resto de los animales, pues es capaz de concebir el disfrute y el placer en la cocina y en la comida, y de tener una expectativa con respecto al resultado de lo que ha cocinado y su degustación.

“ De todas las especies animales, el ser humano es el único cocinero ”

Sin actitud y voluntad, no hay punto de partida de la cocina

Si reflexionamos sobre qué es necesario para empezar a cocinar, nuestra mente nos remite a la disponibilidad de producto y de las herramientas necesarias, así como al conocimiento de las técnicas que requieran las elaboraciones que se vayan a realizar. Sin embargo, ninguno de estos tres factores está en el origen de la cocina.

Entonces, ¿cuál es el punto de inflexión que nos permite saber si nos alimentamos sin cocinar o cocinando?, ¿dónde está el límite que separa la alimentación sin cocina del comienzo del acto de cocinar? Como veremos, cocinar es una decisión que parte de una actitud.

Trazar la línea que delimita esta frontera y define el comienzo del acto de cocinar es complejo. Por ello, vamos a recurrir a tres ejemplos para explicar la presencia o ausencia de una actitud concreta, que consiste en tener la voluntad de transformar, combinar, preparar y/o disponer uno o varios productos con la intención de mejorarlos para, una vez listos, proceder a alimentarse con ellos o degustarlos. Este hecho es lo que traza la sutil línea de «empezar a cocinar».

La ausencia o presencia de esta actitud es algo que se puede detectar en cada individuo, si se observa su forma de cocinar (o de no hacerlo). Por lo que se refiere a la dificultad y complejidad, que trataremos más adelante (ver pág. 118), no es necesario que el proceso culinario sea excesivamente difícil ni la elaboración demasiado compleja para considerar que existe esa actitud, que se concretaría en poseer una mínima predisposición para mejorar, aclimatar o preparar el alimento para hacerlo comestible.

Por ejemplo, una gamba a la parrilla no es una elaboración compleja y refleja a la perfección la presencia de esa actitud a la que nos referimos. Trataremos más adelante las cuestiones de transformar, combinar, preparar y preelaborar, cuando nos cuestionemos con otras formulaciones qué es cocinar, pero, ahora, de cara a esta explicación concreta, si están presentes, las tomaremos como referencia de que existe una actitud.

En resumen, es uno mismo quien decide cuándo comienza a cocinar y/o si está cocinando o si se alimenta sin cocinar, pues es cada individuo quien muestra una actitud o ninguna, que se matiza en función de quién cocine, ya que se puede hacer desde el cariño o el amor, transformando del mejor modo posible los alimentos para degustarlos desde una perspectiva de hacerlo para otros o por otros. De un modo u otro, quien cocina aprecia o valora la opción de «mejorar» el producto, realizar cambios en él o combinarlo con otros para hacer del mismo una elaboración, resultado que se degusta.

“Es uno mismo el que marca la línea roja entre alimentarse sin cocinar o hacerlo cocinando”



SI RECOLECTAMOS UNA MANZANA DEL ÁRBOL Y NOS LA COMEMOS DIRECTAMENTE, ¿NOS ESTAMOS ALIMENTANDO O COCINANDO?

No hay voluntad ni intención de cocinar, de transformar el producto antes de ingerirlo o de ofrecérselo a otra persona para que lo coma. Es decir, no hay cocina, no se ha cocinado.

EL LÍMITE COMIENZA CON LA PRESENCIA DE ACTITUD...

...que refleja un cariño, un amor, una voluntad de mejorar lo que se come y se bebe para nosotros mismos o para otros, aunque no se emplee ninguna técnica de elaboración que transforme el producto. Este límite puede reconocerse claramente en el siguiente ejemplo. Si recolectamos unas fresas y las disponemos en un bol con hielo, ya hay una actitud de mejorar el producto sin aplicar técnicas sobre él, para que a la hora de comerlo esté en un punto que se considera más adecuado o mejor de aquel que se encontraba al recogerlo. La fruta podría comerse sin más, pero se ha decidido, deliberadamente, acondicionarla antes para encontrarla mejor después.



¿ABRIR OSTRAS ES COCINAR?

Es el ejemplo perfecto del proceso culinario más básico. Si abrimos y limpiamos una ostra para ponerla en una bandeja sobre hielo picado y una flor de limonero, ya hemos aplicado técnicas sobre el producto que se va a comer, ya estaríamos hablando de una elaboración: la ostra abierta.

Puede decirse que las ostras se degustarán «al natural», puesto que el proceso de elaboración es mínimo: mantiene el producto en el mismo estado y no origina cambios en su materia ni en su aspecto. Pero se han cocinado ya que hay una aplicación de técnica que las hace comestibles; de otro modo, no podrían degustarse. Si la ostra se sirve a un cliente, en un restaurante, igualmente abierta, ¿diríamos que no está cocinada? Obviamente, lo está, pero es la clara ejemplificación del sutil límite que separa la preelaboración de la elaboración.

¿Cómo se explica qué es cocinar?

Para comprender qué es cocinar, debemos entender, en primer lugar, que existen una serie de prismas sobre los que podemos articular la respuesta y que, en función de en qué punto del «todo» pongamos el foco de atención, estaremos priorizando la observación de unas u otras características, construyendo el argumento de una u otra manera.

Idealmente, comprender qué es cocinar supondría poder abrir este libro por cualquiera de sus páginas y, sin importar en qué capítulo aterrizase el lector, encontrar que se plantea una forma de enfocar la cocina que recogerá alguna de sus características principales, ligadas siempre a otras cuestiones que se tratan en el mismo. Para ello es necesario saber cómo se cocina, en base a qué se articula el proceso, se emplean recursos y se construye un sistema; debemos prestar atención a las características que se desprenden del cuándo se cocina (en el tiempo histórico o en un año, mes, fecha determinada), quién cocina (el sujeto que cocina, sirve, come), por qué se cocina (la motivación de esta acción, si es para la alimentación o para el hedonismo), para qué se cocina (para transformar,

combinar, preelaborar, crear, reproducir, emplatarse...) y dónde se cocina (en qué espacio y lugar). Así, podríamos hablar de características que pueden definir qué es cocinar generando un círculo que puede estudiarse desde cualquier punto de vista, puesto que todos están conectados. Cada aspecto que resulta de responder a estas preguntas (cuándo, quién, por qué, dónde y para qué) construye una parte del cómo se cocina y queda absolutamente relacionado con los demás. Las características que se generan de cada aspecto están conectadas mediante fuertes vínculos de unión y dependencia, por lo que alterarlas puede suponer un cambio en las demás.

Podemos elegir cualquiera de estos prismas (qué, dónde, quién, para qué, por qué) para saber cómo se cocina, y ocurriría en todos ellos que, si alteramos la respuesta, generamos un efecto rebote sobre el resto de características, haciendo que cambien y se adapten a los nuevos condicionantes. Si variamos la respuesta a, por ejemplo, quién cocina, cambiando la perspectiva amateur por la profesional, vemos que hay un impacto en para qué, dónde,

por qué y cuándo se cocina, es decir, en el resto de características que acompañasen esa manera de cocinar. El conjunto de ellas respondería al cómo y definiría qué es cocinar en ese caso concreto y, además, quedarían reflejadas en qué se cocina, en las elaboraciones como resultado. Si en lugar de partir del quién, pensamos primero en la cuestión de dónde se cocina y optamos por el ámbito público en lugar del privado, también variará, automáticamente, el quién, para qué, por qué, cuándo... y, en conjunto, el cómo se cocina.

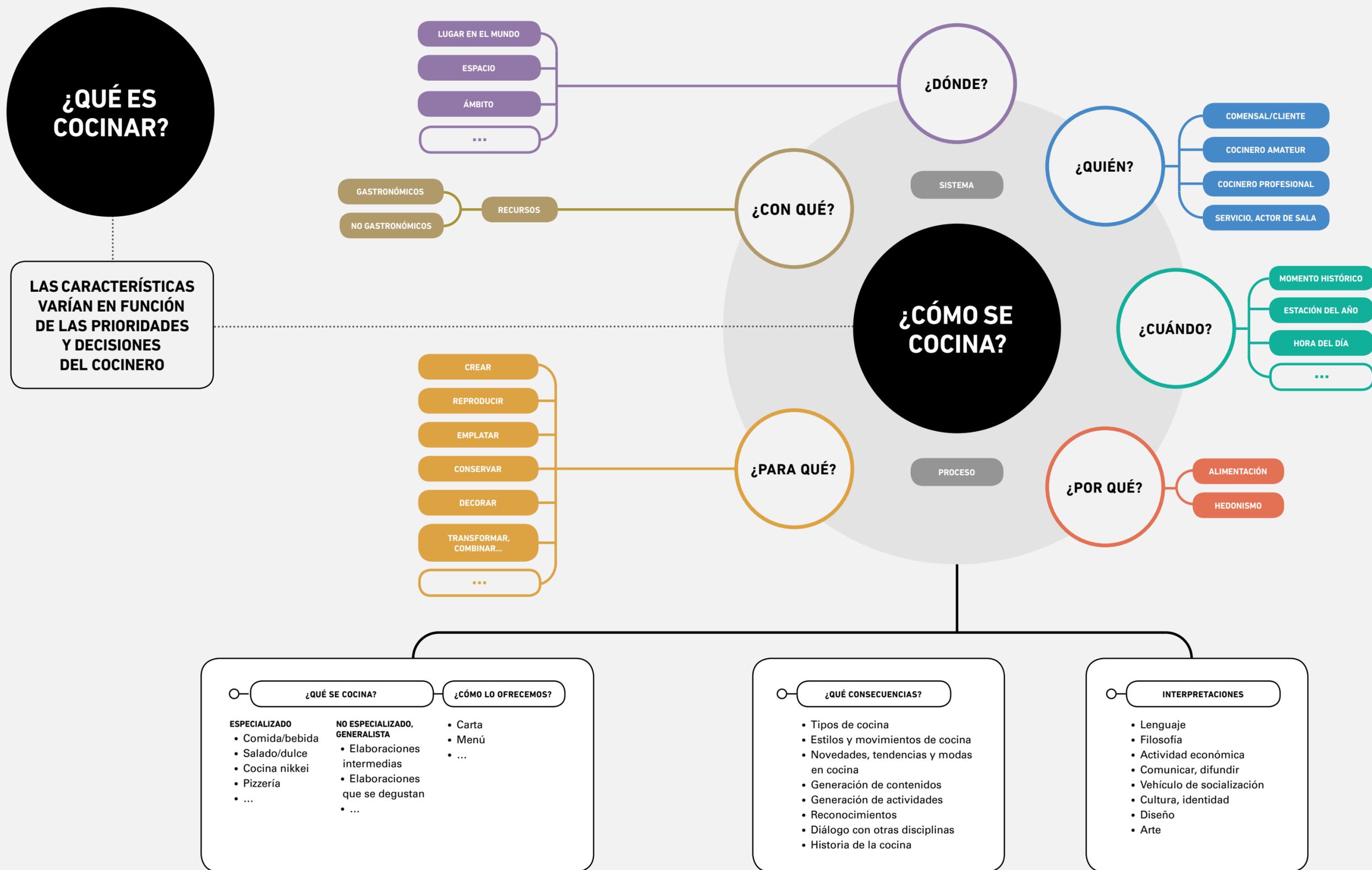
Saber cómo se cocina hace posible que nos preguntemos qué se cocina, es decir, qué resultados se obtienen después de un proceso culinario con unas peculiaridades determinadas. Los resultados de cocinar son la respuesta a qué se cocina y hacen alusión a las elaboraciones intermedias o los productos elaborados, que se emplean para continuar cocinando, o a las elaboraciones emplatadas que están listas para degustar. Cada resultado (elaboración, producto elaborado) también tiene unas características específicas y, una vez conocidas, podemos reflexionar sobre

cómo se diseña la estructura de la oferta o propuesta gastronómica en torno a ellas (por ejemplo, en función de su tamaño, del estado de su materia, de que se degusten comiendo o bebiendo...) o qué tipo de servicio se requiere para su degustación.

Como cualquier acción que se lleva a cabo de manera reiterada durante largo tiempo, cocinar genera una serie de consecuencias que ayudan a explicar mejor la propia cocina, pues dan una idea de la capacidad de impacto que esta acción tiene en la vida de cada individuo, pero también en términos del conjunto de la sociedad, a lo largo de la historia.

De esta manera, cocinar se entiende respondiendo a todas las cuestiones anteriores y matizando sus características, pero también haciendo referencia a todas las interpretaciones que pueden hacerse de la cocina como acción con capacidad de generar significados (un lenguaje, un arte, una herramienta para socializar, un vehículo de expresión, una disciplina académica, etc.) más allá del propio proceso en sí mismo y de sus resultados.





El ser humano cocina para alimentarse, la gran diferencia es que también lo hace para disfrutar, guiado por el hedonismo

Como ya hemos comentado en páginas anteriores, el ser humano come y bebe para cubrir las necesidades de su organismo. Pero, a diferencia de los animales, es capaz de imaginar usos distintos de la comida y la bebida que superan el mero hecho de ingerir nutrientes. Por eso, podemos hablar de la existencia de una cocina con intención alimentaria y otra con voluntad hedonista. Aunque no todos los seres humanos pueden elegir entre ambas opciones, pues hay quienes solo pueden cocinar para alimentarse, existen también personas que no se plantean cocinar para otro fin distinto del hedonismo. Entre ambas alternativas existen multitud de gradaciones. Vamos a hacer un repaso histórico para contextualizarlas.

- En las clases populares la cocina se crea, a lo largo de la historia, tanto para la alimentación como para el hedonismo. La calidad de la comida y la bebida de raíz popular marca si su uso es uno u otro, pues ambos están ligados a los recursos económicos disponibles. Tendemos a pensar que las clases con menor capacidad adquisitiva solo comen para alimentarse, pero, si bien es cierto que sus recursos son más limitados, existen muchas recetas de la cocina popular que van más allá de la mera alimentación.

También se crea con cierta voluntad hedonística en busca del placer, en la medida de las posibilidades. De lo contrario, solo se hubiera reproducido un cierto número determinado de elaboraciones, sin necesidad de ampliar el recetario popular, pues hubieran resultado suficientes para la alimentación. El concepto de asociar días festivos a comer con uso hedonístico es algo arraigado entre las clases populares a lo largo de la historia y se extiende ahora a la clase media, que lo extrapola a fines de semana y momentos de ocio muy variados, ya no solo a celebraciones concretas, como veremos más adelante.

- En las clases altas o adineradas encontramos, en su origen, cocineros profesionales contratados como parte del servicio en un domicilio, lo que generó una primera gran diferencia. Desde el comienzo de la historia, los miembros de las clases pudientes han presentado una clara voluntad hedonista en la degustación. Esta actitud no implica, sin embargo, que existan opciones solo alimenticias, pero parten de unos recursos y una calidad de los mismos que hacen que podamos hablar de cocina con actitud para el disfrute, para que comer sea algo más que alimentarse. La calidad es una cuestión que se da por sentada, pues, como hemos dicho, se dispone de más y mejores recursos.

Hablamos, entonces, de dos perspectivas de la cocina que parten de puntos opuestos: lo que para unos se acerca a la excepción, para otros se aproxima más a la norma, y viceversa. Sin embargo, la democratización del hedonismo ha hecho posible la existencia de un punto intermedio en el que millones de personas de todo el mundo disfrutan a la mesa cada día cuando pueden permitírselo por una cuestión de tiempo y/o de recursos económicos.

- Desde que la clase media se consolidara como estrato intermedio entre los que más tienen y los que menos, podemos hablar de una cocina que combina la alimentación y el hedonismo, que tiene tiempos y lugares para ambos y que eleva el nivel de calidad de las elaboraciones con respecto a la cocina popular.

COCINAR PARA LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN

Cuando alguien cocina para dar un uso de alimentación a las elaboraciones, sin más pretensión que nutrir el organismo, puede hacerlo por voluntad propia porque considera la comida como fuente de energía, pero también puede estar motivado por circunstancias que sobrepasan al individuo, como la escasez de recursos, la pobreza o la hambruna.

Si partimos de una situación en la que las necesidades mínimas no están cubiertas, en la que quien cocina trata de maximizar los recursos de los que dispone, consecuencia de una pobreza continuada, una situación de escasez puntual o un contexto de hambruna, tenemos que hablar de un uso de alimentación porque las circunstancias no permiten, de ninguna manera, pensar en un disfrute. Hay quien, en muchas ocasiones, ni siquiera puede beber o comer cuando tiene sed o hambre. Son situaciones en las que el individuo solo puede entender la cocina y la comida desde el prisma de la supervivencia, no hay opción de tener otra actitud posible ante ellas.

En una situación en la que las necesidades básicas están solucionadas y hay disponibilidad de recursos, también hay quien cocina solo desde la perspectiva de la alimentación, sin encontrar un placer especial en comer y limitándose a ingerir lo que el cuerpo necesita. Quien cocina para la subsistencia más estricta, para la nutrición, lo hace para cubrir la necesidad de alimentar a otros o a sí mismo. En este caso, la cocina es la acción de preparar alimentos que pasarán a nutrir al individuo que consuma las elaboraciones resultantes. La cocina se considera una fuente de energía y, aunque puede encontrarse cierto placer sensorial en ella, no hay, ni se persigue, una excelencia ni un placer en la degustación.

Desde esta perspectiva, dentro de la cocina para la alimentación, encontramos escalas de grises, al igual que ocurre con la cocina de las clases más pudientes que, en términos generales busca el hedonismo, pero también cuenta con elaboraciones pensadas para la alimentación. En el rango que va de la subsistencia a lo placentero, en el marco de las clases populares, encontramos la que denominamos «cocina popular alimenticia o de subsistencia» que hace alusión a los casos en los que manda la necesidad y escasean los recursos. Esta cocina suele ser, además, una «cocina regional alimenticia o de subsistencia», pues normalmente sus resultados tienen características diferentes en función del lugar geográfico en el que se desarrolla. Si las elaboraciones creadas se transmiten de generación en generación, será, entonces, una «cocina tradicional alimenticia o de subsistencia».



COCINAR PARA EL HEDONISMO

Por otro lado, se puede cocinar para encontrar placer al degustar; existe, en este caso, una actitud gastronómica, una voluntad de hacer o consumir gastronomía. Cocinar tiene aquí otro papel, ya que implica la búsqueda de resultados y de una experiencia que podemos calificar de «gastronómica». El criterio es otro, completamente distinto, puesto que el proceso culinario y el de degustación están impulsados por el uso hedonístico de la cocina y la comida. Se persigue la excelencia y, para lograrlo, se atiende a la calidad y al protocolo. Contemplaríamos aquí todas las situaciones en las que tanto quien cocina como quien degusta se encuentran en la circunstancia privilegiada no solo de tener con qué alimentarse, sino de poder decidir cómo hacerlo, cuándo y dónde.

El abanico de opciones es realmente amplio, teniendo en cuenta la enorme oferta gastronómica existente en la actualidad. No nos referimos solo a las propuestas que hace la restauración, sino también a la gran diversidad de productos y calidades entre los que el individuo puede elegir para cocinar en el ámbito privado. Puede parecer obvio, pero los productos que se emplean para la alimentación y los que tienen un matiz hedonístico son diferentes. Entre otras cosas, como ya hemos mencionado, porque los recursos marcan lo que se puede cocinar y cómo se cocina. A mayor disponibilidad de recursos e intención hedonística, más cuidadas serán las elaboraciones que se degustan, por ser resultado de un proceso culinario con muchos más matices estéticos, creativos, artísticos, de calidad...

Aunque este uso hedonístico se remonta a las primeras civilizaciones, ha sido en el último siglo cuando esta idea de consumo de elaboraciones como forma de ocio y disfrute se ha consolidado y resulta accesible no solo para la clase alta (como ocurriera durante siglos), sino también para la clase media y media alta. Es decir, el público para el que se cocina con un uso hedonístico ha crecido en número de manera muy considerable en las últimas décadas y tanto el cocinar como el comer se consolidan como opciones asociadas al placer.

En la cocina del hedonismo, encontramos, por un lado, el «arte culinario» que podemos considerar clásico, creado y reproducido para las clases altas en el pasado, que incluye el conjunto de elaboraciones que conforman la «cocina clásica» y que continúa reproduciéndose hoy en muchos restaurantes del mundo; y, por otro y de forma muy diferenciada, el arte culinario que se crea y reproduce en la «alta cocina contemporánea», que se da en el ámbito público desde que existe el restaurante gastronómico y cuyo acceso es libre a cambio del pago de un precio.

La máxima expresión del hedonismo es la actitud de un comensal que quiere vivir la experiencia «artística» a través de la obra de un cocinero que ha creado y/o reproducido elaboraciones con esa voluntad.

“Una ensalada de un buen tomate, con un aceite de oliva virgen que coma esta noche en casa, ¿es alimentación o hedonismo?”

COCINA PARA LA ALIMENTACIÓN QUE CONTEMPLA EL HEDONISMO

Existe una tercera opción que resulta de combinar la voluntad de alimentar o alimentarse con el hecho de hacerlo con cierta actitud gastronómica. Esta situación se da cuando los recursos están cubiertos y no son limitados, pero tampoco ilimitados. Hay quien, sin buscar el placer o el momento hedonístico en la degustación de elaboraciones, tiene una actitud gastronómica. Aunque sea para su alimentación, el individuo busca los mejores productos posibles dentro de lo que su poder adquisitivo le permite. Pongamos un ejemplo sencillo: alguien que elige una manzana de una calidad, tamaño y/o procedencia determinados está considerando las características gastronómicas del producto que va a consumir. Siempre que se procure las mejores que pueda permitirse y/o exista una conciencia de tomar una decisión en base a ello, diríamos que esa actitud gastronómica existe.

En muchas ocasiones, se trata de la cocina que se relaciona con la salud, con mantener una voluntad de cocinar y comer de una forma adecuada para el organismo, pero permitiéndose disfrutar de la degustación y buscando opciones que lo hagan posible.

Se corresponde con la «cocina popular refinada», aquella que, partiendo de los recursos y la raíz popular, es consumida por quienes entienden y poseen una actitud hedonista, que reinterpreta elaboraciones propias de la «cocina popular alimenticia» dándoles un punto de sofisticación. También se incluyen aquí las elaboraciones que son resultado de la «cocina prêt-à-porter» que realiza el camino inverso, haciendo accesibles al gran público comida y bebida que, por sus características, pertenecerían al arte culinario, pero que pueden encontrarse disponibles para el hedonismo a precios asequibles, razonables para las clases medias y medias altas.

SE PUEDE SER HEDONISTA Y NO GASTRONÓMICO

La búsqueda de placer que reside en el hedonismo es aplicable a la comida y la bebida, a los actos de comer y beber, pero no siempre lleva implícito el factor de la calidad. Puesto que el placer se basa en una apreciación personal, y por tanto subjetiva, cada persona siente placer comiendo y bebiendo aquello que más desea. Puede haber hedonismo en el consumo de comida rápida, en una hamburguesa y unas patatas que se degustan en una cadena de restaurantes de *fast food*.

A diferencia del anterior, el placer gastronómico sí tiene implícito el máximo nivel de calidad (en productos, técnicas y herramientas) y en él reside la base de la gastronomía. La calidad puede estar ligada al lujo y la exclusividad, pero estos no son necesarios para que la primera exista y genere placer gastronómico. Por ejemplo, si de entre todas las patatas se elige la de mayor calidad y se elabora con técnicas y herramientas al mismo nivel, se obtiene un resultado que, como elaboración que se degusta, no es lujosa ni exclusiva, pero que puede generar un enorme placer gastronómico.

ALIMENTACIÓN



HEDONISMO



CONTEXTUALIZANDO LA COCINA CON ACTITUD Y VOLUNTAD GASTRONÓMICA

Partimos de una premisa: la gastronomía va ligada a la calidad.

SE PUEDE COCINAR O DEGUSTAR...

1. Con actitud gastronómica y hedonística, buscando...

- El mejor producto: por ejemplo, gambas rojas, hortalizas de proximidad maduras en la planta para un gazpacho o una carne madurada de una raza autóctona.
- La mejor técnica: empleando las herramientas adecuadas, por ejemplo, vigilando las cocciones para que la gamba y la carne queden jugosas y con el sazonado o aliñado equilibrado.
- Las mejores herramientas de servicio, emplatado y/o para degustar: por ejemplo, un cuchillo adecuado para cortar carne.

2. Sin ninguna de las intenciones anteriores, con actitud puramente alimenticia, cuando se cocina, se come y se bebe por trámite, sin prestar atención especial a la calidad, con el único objetivo de cubrir necesidades nutricionales.

LA VOLUNTAD DE QUIEN COCINA Y LA DE QUIEN DEGUSTA PUEDEN O NO COINCIDIR

Pueden tener una actitud... alimentaria o de subsistencia o hedonista o de búsqueda del placer.

Sus actitudes o voluntades pueden no coincidir...

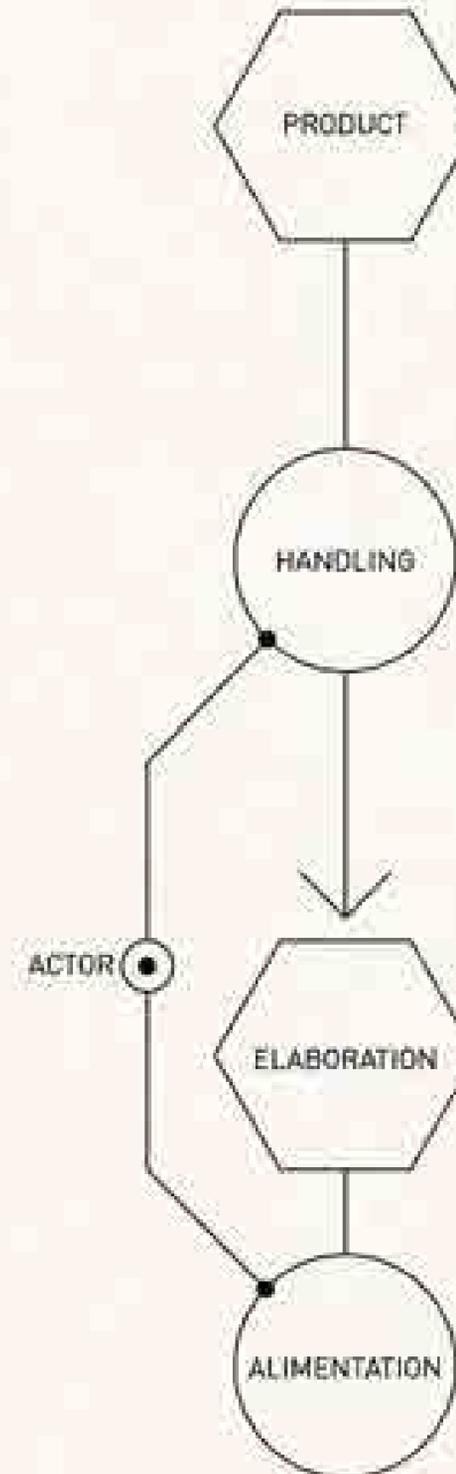
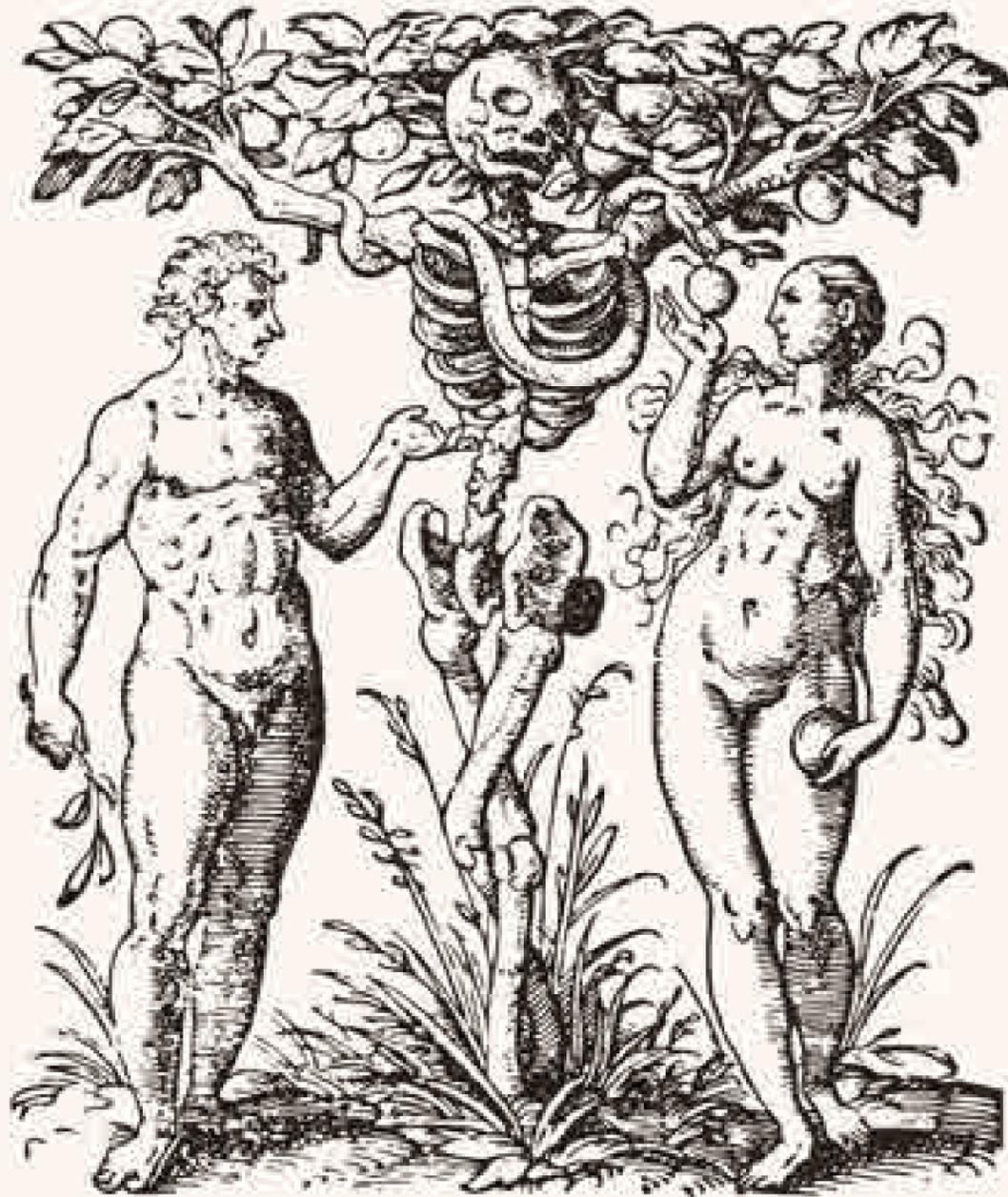
- Una cocina con actitud gastronómica basada en la calidad y presentada a un cliente que no tiene el interés ni la voluntad de buscar placer en esta no transmitirá la actitud hedonista del cocinero.
- Una cocina sin actitud gastronómica que no busca la calidad ofrecida a un cliente con actitud hedonista va a frustrar la voluntad gastronómica de quien la degusta.

Sus actitudes o voluntades pueden coincidir...

- Una cocina con actitud gastronómica de calidad ofrecida a un cliente con voluntad hedonista consigue generar una experiencia gastronómica completa.

Entendemos que existen versiones intermedias, varios grises posibles entre ambas voluntades. Hay muchos matices entre tener una intención de estricta alimentación o de exclusivo placer. Prueba de ello es la cocina para la alimentación que contempla el hedonismo, teniendo en cuenta la calidad. Una ensalada de un buen tomate, con un aceite de oliva virgen que coma esta noche en casa, ¿es alimentación o hedonismo?

MAP OF CULINARY PROCESS DECODING THE GENOME OF COOKING



CAPÍTULO 3

**¿Qué hace
el ser humano
cuando cocina?
¿Para qué lo hace?**

El siguiente paso nos lleva a explicar todas las acciones implicadas en el hecho de cocinar. Al analizar sus variantes y posibles versiones, descubriremos usos y planteamientos distintos en función de los objetivos de quien cocine.

NAME: ARCHETYPE_004
CODE: APPLE

Elaborar, transformar, combinar, mezclar, preparar, ensamblar, procesar: ¡todo es cocinar!

A continuación analizamos las definiciones de una serie de vocablos que empleamos de manera recurrente cuando nos referimos a la acción de cocinar sin utilizar ese término concreto. Si los explicamos así, uno por uno, es porque nos ayudarán a comprender mejor qué es cocinar. Son la prueba de que esta acción lleva implícita otras, como elaborar, transformar, mezclar, ensamblar, combinar, preparar o producir.

¿ELABORAR ES COCINAR?

ELABORAR

RAE

1. tr. Transformar una cosa u obtener un producto por medio de un trabajo adecuado.
2. tr. Idear o inventar algo complejo.

El primer vocablo que empleamos en sustitución de cocinar es elaborar. Se entiende que «elaborar», en términos culinarios, supone transformar productos y elaboraciones intermedias empleando herramientas con las que aplicamos determinadas técnicas. De hecho, en este ámbito, estos dos verbos funcionan como sinónimos hasta el punto de que, en numerosas ocasiones, se hace referencia a «técnicas de elaboración» cuando podría hablarse de «técnicas de cocina», e igual sucede con las herramientas. ¿Y por qué emplear este término en lugar del otro? Observamos que elaborar, además de funcionar como sustituto del verbo cocinar, ayuda a concretar una fase dentro del proceso culinario, que –como veremos– también incluye preelaborar (ver pág. 101) y emplatar (ver pág. 108), acciones descritas por otros verbos que completan la acción de cocinar.

¿TRANSFORMAR ES COCINAR?

TRANSFORMAR

RAE

1. tr. Hacer cambiar de forma a alguien o algo.
2. tr. Transmutar algo en otra cosa.

En cocina, para transformar es necesario emplear técnicas y herramientas (de preelaboración, elaboración y emplatado), que se aplican sobre un producto no elaborado, un producto elaborado o una elaboración intermedia. Al cambiar de forma o transformar cualquiera de ellos, el cocinero tiene una voluntad explícita de llevar a cabo una alteración, de generar un cambio. El resultado puede ser una elaboración distinta, si se ha combinado con otras (como veremos más adelante), o seguir siendo la misma, si conserva la esencia y la personalidad del producto principal, pero con diferente forma (por ejemplo, si con un tomate entero se hace una ensalada, un gazpacho, un jugo, una sopa...). Por tanto, cuando se transforma se preelabora o elabora, es decir, se cocina un producto o elaboración.

¿COMBINAR ES COCINAR?

COMBINAR

RAE

1. tr. Unir cosas diversas, de manera que formen un compuesto o agregado.
5. tr. *Quím.* Unir dos o más sustancias en proporciones determinadas, para formar otra nueva con propiedades distintas.

Un producto (no elaborado o elaborado) puede ser combinado con otros (no elaborados o elaborados) transformados por el propio cocinero y que han pasado a ser elaboraciones intermedias, pero también con productos elaborados, que se adquirieron ya cocinados.

Tomar la decisión de unir de una manera concreta, es decir, de combinar, determinadas elaboraciones intermedias o productos supone elaborar, puesto que se genera un resultado distinto, que –como elaboración– se diferencia de los productos o elaboraciones empleados considerados de forma individual y aislada. Además, hay una voluntad implícita que, aunque puede no requerir de técnicas de elaboración que generen elaboraciones intermedias (en el caso de emplear productos elaborados), deja patente que se busca obtener una elaboración para degustar.

Por otra parte, cabe la posibilidad de que se combinen productos con el objetivo de hacer que unos y otros se impregnen de sabores y olores, efecto que se logra al guisar (ver pág. 51). Como hemos visto en definiciones anteriores, guisar implica la acción del fuego o de una energía calorífica que cuece los productos generando un intercambio de sabores entre ellos. También se pueden combinar sabores sin aplicar calor, por ejemplo, cuando untamos pan con mantequilla y después le añadimos salmón ahumado.

¿MEZCLAR ES COCINAR?

MEZCLAR

RAE

1. tr. Juntar, unir, incorporar algo con otra cosa, confundiéndolos.
2. tr. Alterar el orden de las cosas, desordenarlas.
6. pml. Dicho de una cosa: Introducirse en otra, participar de ella.

Es importante señalar que no nos referimos en este caso a la técnica de mezclar, sino a la acción de mezclar productos, sean elaborados o no elaborados, o elaboraciones intermedias, que una vez unidos se convierten en algo diferente, en una elaboración distinta. Una ensalada en la que se mezclan lechuga, uvas pasas, cebolla caramelizada y queso feta en dados con aceite de oliva virgen extra y vinagre de jerez es un claro ejemplo.

¿PREPARAR ES COCINAR?

PREPARAR

RAE

1. tr. Prevenir, disponer o hacer algo con alguna finalidad.
3. tr. Hacer las operaciones necesarias para obtener un producto.
7. pml. Disponerse, prevenirse y aparejarse para ejecutar algo o con algún otro fin determinado.

Cuando hablamos de preparar, generalmente es porque ya hay una idea previa de lo que se va a cocinar, o se parte de una receta que se tiene en mente para la que se requieren determinados productos, elaborados o no elaborados, o elaboraciones intermedias. Prepararlos puede suponer pesarlos, limpiarlos, acondicionarlos... y por eso esta acción está relacionada con la preelaboración, que trataremos a fondo en la página 101. También podríamos vincularla con la definición de la *mise en place*, que supone una anticipación en la realización de determinadas elaboraciones intermedias que se disponen ordenadas, preparadas para emplearse después en el proceso de elaboración.

¿ENSAMBLAR ES COCINAR?

ENSAMBLAR

RAE

1. tr. Unir, juntar, ajustar, especialmente piezas de madera.

De nuevo, esta acción parte de la idea de unir, pero la diferencia con las anteriores es que, cuando ensamblamos, no siempre realizamos un proceso de elaboración lineal en el que todo lo que se emplea se elabora desde cero. Nos referimos en este caso al uso de productos elaborados o elaboraciones intermedias (que se cocinaron en un momento distinto de aquel en el que se emplean) que se ensamblan y se elaboran juntos, pudiendo unirse a productos no elaborados de un modo determinado para conseguir una elaboración concreta.

En términos generales, cuando se ensambla se parte de elaboraciones intermedias que se han conservado, o de productos elaborados, es decir, que ya han sido preparadas, lo que permite que estén listas para cocinar cuando queremos utilizarlas, ahorrando el tiempo que supondría elaborarlas en ese momento. Cocinamos ensamblando, por ejemplo, cuando hacemos un bocadillo: cortamos el pan abriéndolo al medio, lo untamos con tomate rallado, le añadimos aceite y sal y colocamos jamón ibérico dentro del mismo.

“ La cocina de ensamblaje es un término que se genera con la creación de la cuarta o quinta gama en la industria y distribución alimentaria ”

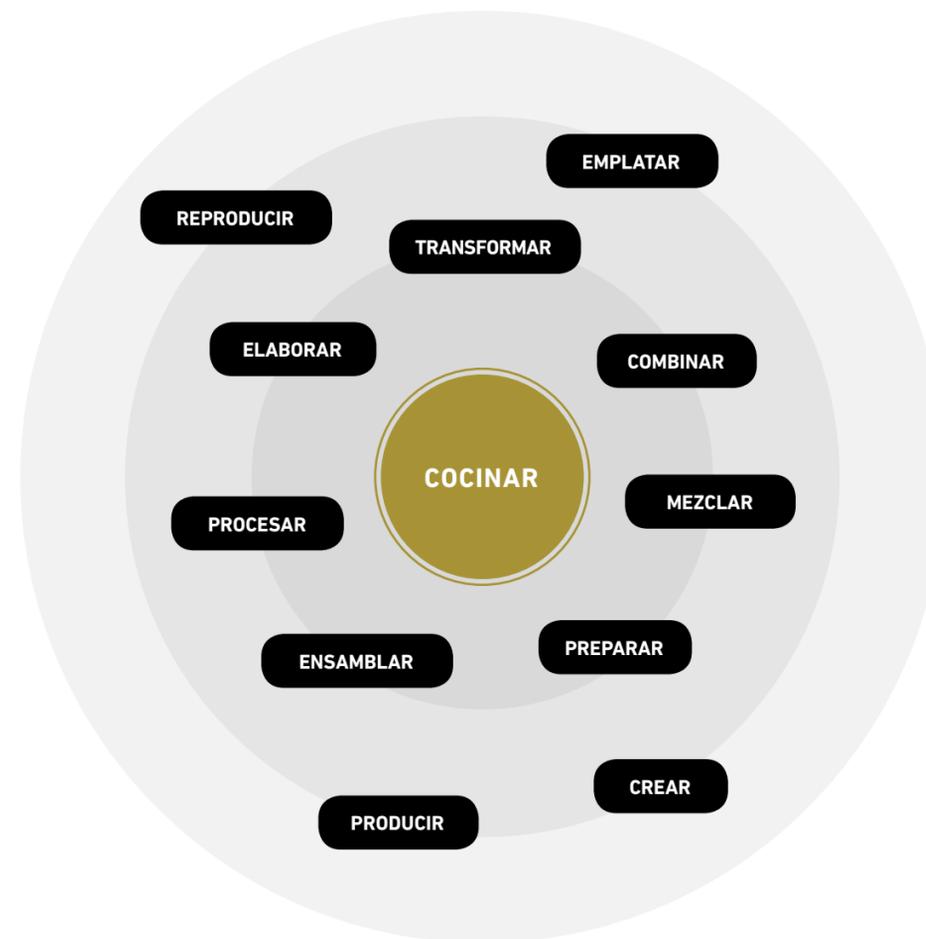
¿PROCESAR ES COCINAR?

PROCESAR

RAE

3. tr. *Tecnol.* Someter a un proceso de transformación física, química o biológica.

Procesar es otro sinónimo de cocinar cuando la transformación que queremos describir se lleva a cabo en la industria alimentaria y tiene como objetivo mantener la higiene y conservar el producto. En este caso, sea física, química o biológica, la transformación realizada supone que el producto queda procesado, requisito imprescindible de cara a su posterior venta y consumo. Sin embargo, otra aplicación de este verbo haría alusión al hecho de poner productos y/o elaboraciones intermedias en un utensilio o herramienta para mezclarlos, como es el caso de emplear una amasadora, una licuadora, etc.



“ ¿Cuántas acciones caben dentro de cocinar? ”

COCINAR ES...



Para crear algo culinariamente nuevo, ¡hay que cocinarlo!

CREAR

RAE

1. tr. Producir algo de la nada.
2. tr. Establecer, fundar, introducir por primera vez algo; hacerlo nacer o darle vida, en sentido figurado.

La visión general que posee el ser humano del acto de crear, del hecho de llevar a cabo una creación, se concibe —mayoritariamente— como algo extraordinario. Esta forma tan idílica de afrontar la creación la aleja de la realidad, ya que —en ocasiones— se nos olvida que todo parte de la imaginación, de la generación de una idea que se logra materializar y cuya implementación tiene un resultado novedoso. Trasladada la acción de crear al mundo de la gastronomía, hablamos de ella como si no se tratase de cocina, como si fuera algo diferente. Pero debemos señalar que, detrás de la creación culinaria, reside el mismo estímulo, independientemente de los recursos disponibles, pues es la capacidad de imaginación que puede llegar a tener un cocinero lo que define los límites de su talento creativo.

Como hemos mencionado en páginas anteriores, cocinar implica realizar transformaciones y, por tanto, la acción de crear no está exenta de las mismas. Aunque se crea cocinando, la clave radica en transformar de forma inédita, cocinar de una manera original sin tener una referencia anterior o, partiendo de referencias ya existentes, elaborar generando un resultado novedoso.

Al hablar de crear en cocina, debemos, además, pensar más allá del ámbito profesional, puesto que individuos amateurs, sin especiales conocimientos técnicos, han aportado importantes creaciones al mundo culinario. A lo largo de la historia se han creado miles de platos partiendo de recursos limitados, a los que la imaginación y, en muchas ocasiones, la propia necesidad, han dado usos nuevos. En la mayor parte de estos casos, el cómo y el dónde se crearon son una incógnita, pues no hay documentación de los mismos. Son igual de numerosas las elaboraciones que resultan de una voluntad de crear aprovechando la disponibilidad de recursos, que hacen de estos casos situaciones más «cómodas», ya que tienen más posibles. Pero la esencia de la creación continúa siendo la misma: emplear un producto de forma novedosa, inventar una técnica, crear una herramienta o encontrar un uso nuevo a una ya existente, obtener una elaboración inédita, sea intermedia o para degustar. Cualquiera de estas opciones o una suma de las mismas supone una creación en cocina.

Desde un punto de vista profesional, cocinar con el objetivo de crear en el marco de la restauración gastronómica (o en otra vertiente del ámbito público) parte de una actitud consciente de conseguir esa meta y altera el conjunto del sistema de producción y los procesos implicados en el mismo. En primer lugar, el equipo de cocineros que crea es uno en concreto, que puede tener un líder, pero que no suele englobar a todo el equipo con el que cuenta el establecimiento para la tarea diaria de reproducir su oferta gastronómica. La forma de trabajar del equipo creativo se orienta hacia la obtención de resultados novedosos, alterándose en consecuencia los procesos que toman parte en el mismo sistema propio de la reproducción. En determinados casos, cambia incluso el espacio en el que los profesionales crean, eligién-

dose uno distinto de aquel en el que se reproduce habitualmente. El proceso de compra también es diferente, pues no es lo mismo abastecerse de recursos gastronómicos para cumplir con la producción de la carta o menú, con la oferta de elaboraciones (cualquiera que sea) que el establecimiento correspondiente ofrece, que hacer una compra cuyo contenido se dedicará por completo a crear, porque cambian cantidades, tipos de producto, etc. En definitiva, sistemas, procesos y recursos son diferentes en función de que la finalidad sea crear o reproducir, aunque ambas acciones supongan cocinar.

En algunas ocasiones el límite entre la creación y la reproducción es difuso, como podemos observar en el ejemplo siguiente, que muestra cómo incluso pueden encontrarse rasgos de una cocina que crea y de otra que reproduce en el mismo proceso culinario. El teppanyaki japonés es una buena muestra de cómo, mientras se emplea una herramienta conocida, la plancha de acero, y se reproduce una técnica que no es innovadora, el asado, un cocinero puede emplear productos que no son novedosos y, sin embargo, tener la voluntad de crear una elaboración que no haya reproducido antes. Esta idea de «crear algo instantáneo» en el límite con la reproducción es la misma que guía la voluntad de inventar algo, que podríamos identificar con emplear aquello que tengamos en la nevera o con acudir al mercado y crear una elaboración con el producto que encontremos disponible y llame nuestra atención. En determinados restaurantes gastronómicos podemos tener esta sensación de que la reproducción de una elaboración se convierte en un juego a tal nivel, que parece que la estén creando para nosotros, ante nuestros ojos.

¿SE PUEDE TENER MIEDO A PROBAR COMIDAS Y BEBIDAS NUEVAS EN UN RESTAURANTE?

La neofobia, definida como el miedo a lo nuevo, paraliza la voluntad de conocer y cierra las puertas a la curiosidad por lo desconocido. En términos culinarios, la neofobia bloquearía a todo profesional que temiera conocer y/o introducir novedades en cualquiera de los elementos que componen su cocina, desde un producto hasta una herramienta de emplatado. La creatividad en cocina materializa el extremo opuesto a la neofobia, y representa, en este campo, la voluntad de llegar a conocer —también de hacer por que otros conozcan— las posibilidades de transformar y combinar que viven esperando ser descubiertas en la acción milenaria que es cocinar.



¿Qué supone hacer cocina creativa? ¿Qué implica ser innovador en cocina?

CREAR – CREACIÓN – CREATIVIDAD

Entendemos por crear la acción de establecer, fundar, introducir por primera vez algo nuevo o no conocido, por la que se concibe algo original que, además, es relevante. Estamos hablando pues de la acepción de crear como inventar, es decir, crear con el máximo nivel de originalidad. El resultado es una creación. Si nos referimos a creatividad, estamos hablando de la habilidad, capacidad o facultad de una persona para crear.

INNOVAR – INNOVACIÓN

Entendemos por innovación toda nueva creación (original y relevante, es decir, invento) y su implementación económica (que implica viabilidad técnica y comercial). Innovar es, entonces, ser capaz de generar un beneficio, de hacer rentable una creación, posicionándola en el mercado en el que será consumida.

NIVELES DE CREATIVIDAD E INNOVACIÓN EN COCINA, ANALIZADOS DESDE EL RESULTADO

La cocina es una de las actividades que el ser humano ha desarrollado en paralelo a su propia evolución, en la que ha alcanzado niveles de creatividad extraordinarios a lo largo de la historia y también de innovación, siempre que ha hecho rentable un proceso culinario o su resultado. La cocina ha demostrado su capacidad para materializar resultados creativos e innovadores en el pasado, pero también lo hace en el presente y proyecta caminos futuros en los que seguirá siendo una acción que admita nuevos conceptos, ideas y formatos en los que continuar desarrollándose.

Los resultados creativos e innovadores nos hacen mirar en diferentes direcciones, porque pueden tratarse de elaboraciones (comida o bebida), pero también es posible crear en el conjunto de la oferta gastronómica o en el sistema general del funcionamiento de un restaurante, ya que puede aplicarse

la creación y/o la innovación a cualquiera de sus componentes: en relación con la estructura de la oferta, la experiencia del cliente, la organización del personal, etc.

Nos centraremos a continuación en los resultados de cocinar, comida y bebida, en los que detectamos un determinado nivel de creación. En cualquiera de los niveles, si el resultado creativo obtenido consigue rentabilizarse económicamente y generar un beneficio, es, además, un resultado innovador. Es importante señalar que no siempre un alto nivel de resultado creativo se corresponde con un alto nivel de resultado innovador. A veces no es lo más creativo lo que logra tener un mayor beneficio económico: todos los niveles de resultado creativo se combinan con todos los de resultado innovador, pero no siempre se corresponden y, en muchas ocasiones, uno es más elevado que el otro.

► Cuando hablamos de una cocina y una comida con nivel muy alto de resultado creativo nos referimos a la creación de nuevos estilos de vanguardia. Es el nivel más alto de creación. Supone el nacimiento de un nuevo estilo que traiga consigo una disruptividad marcada, es decir, que rompa con lo anterior y modifique el curso de la historia de la cocina. Si el tiempo confirma el sentido de esta disruptividad, nos encontramos también ante una manera de cocinar que tiene una influencia marcada en el devenir presente o futuro de la cocina. Suele identificarse con la vanguardia y, si se da en un formato colectivo que implica estilos personales influyentes de diferentes cocineros, se consolidará como un movimiento de cocina. Cuando un resultado muy creativo se hace rentable y se logra obtener del mismo un beneficio económico, hablamos de un nivel muy alto de resultado creativo e innovador. Por ejemplo, la *nouvelle cuisine*, en su conjunto, generó resultados comida con un muy alto nivel creativo, cambiando el paradigma de la comida y la restauración gastronómica a nivel global.

► Cuando nos referimos a un nivel alto de resultado creativo estamos refiriéndonos a la creación

de un estilo nuevo, de una manera única y completamente reconocible de hacer cocina. El estilo personal de un cocinero estará formado por las características propias en cualquiera de los aspectos del sistema culinario que le otorgan una personalidad única. Sucede lo mismo que con la categoría anterior, si quien crea consigue que sea rentable, se sumará el adjetivo «innovador» al resultado obtenido. Entonces, encontraremos un estilo superior que puede enmarcarse en un determinado movimiento de cocina.

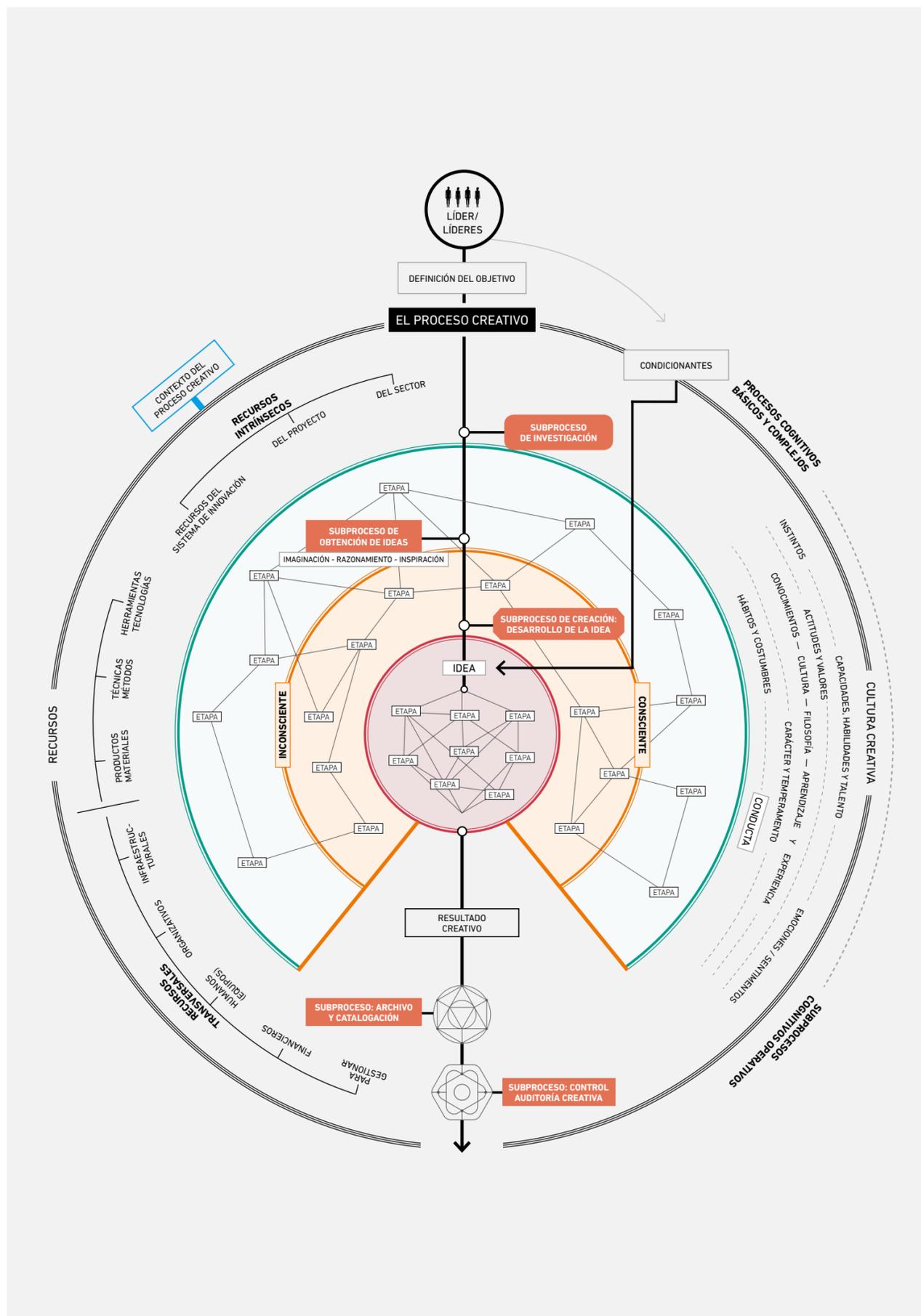
► Hablamos de un nivel medio de resultado creativo cuando se crea dentro de la oferta que va a recibir el comensal. Nos referimos a nuevas creaciones de herramientas, técnicas, elaboraciones y/o en el servicio. Hablamos de un nivel creativo alto que puede suponer la creación de nuevas herramientas, técnicas o elaboraciones, o referida al servicio. La suma de novedades en cuanto a técnicas y herramientas de elaboración y/o de servicio puede originar un concepto global totalmente nuevo. El comensal recibirá una elaboración novedosa, servida de manera inédita, pudiendo estar todo el menú marcado por el conjunto de esas creaciones. De nuevo, si este nivel de creación se consigue rentabilizar, será también innovador. Un ejemplo es la técnica de las espumas, que genera elaboraciones completamente novedosas.

► Un nivel bajo de resultado creativo se corresponde con la creación de elaboraciones mediante la combinación de productos, técnicas, elaboraciones y estilos ya existentes, sin definir un estilo propio. Nos referimos en este caso a creaciones que ya no son reconocibles, aunque estén compuestas por productos que no son novedosos, empleando técnicas y herramientas que ya existían, aplicando estilos existentes. En este caso, la elaboración que se degusta no es totalmente novedosa, pero ha sido modificada. Si se traduce en un resultado rentable y de interés, será también innovadora. Por ejemplo, si a una merluza en salsa verde se le agrega un ravioli de calamar, partimos de algo conocido para crear algo que no existía.

► Nos referimos a poco nivel creativo cuando la creación se realiza desde la adaptación de una receta que evoluciona al añadirse la visión personal del cocinero, que le imprime su toque personal. Puede deberse a la incorporación de un producto, una técnica, una herramienta o un servicio diferentes. También a cambios en el nivel de cocción o en la proporción de un ingrediente. El resultado no es una nueva elaboración, sino la misma elaboración, pero con elementos nuevos que, si tiene éxito y es solicitada, se convierte en rentable y, por tanto, en innovadora. Por ejemplo, un papillote de pescado que se elabora con papel Carta Fata en vez de papel de aluminio no da lugar a una nueva receta, pero supone un cambio relevante en la ya existente. Ocurre lo mismo si una receta lleva cilantro y se cambia por perejil.

► Podemos hablar de una creatividad interpretativa cuando la creación se corresponde con la interpretación virtuosa de otras ya existentes. Si puede considerarse un nivel de resultado creativo en sí mismo o no, supone abrir el debate, pues se trata de una cuestión muy subjetiva. Lo incluimos aquí en cuanto que contiene elementos creativos. Cuando un cocinero reproduce una elaboración basándose en una receta ya codificada todavía hay lugar para la creatividad. Sucede así cuando el cocinero aporta matices interpretativos a la receta original, cuando elige los productos, las técnicas y otros detalles, a veces con un criterio de calidad, pero sin ser particularmente virtuoso. Hay ocasiones en las que una determinada manera de interpretar lo que otros han creado genera un estilo propio del cocinero y este se identifica con el mismo. La calidad interpretativa puede traducirse en una innovación si sus resultados tienen éxito en el mercado y generan un beneficio económico.

“ ¿Qué diferencia lo creativo de lo innovador?
¿Se puede innovar sin ser creativo? ”



¿QUÉ ES ENTONCES LA «COCINA CREATIVA»?

El ideario colectivo designa como «cocina creativa» la que surgió al darse una ruptura con las normas de la alta cocina clásica francesa codificada por Auguste Escoffier a principios del siglo XX. Fue entonces cuando la cocina profesional comenzó a crear de forma consciente, intencionada, haciendo algo completamente nuevo y diferente. Sucedió en la segunda mitad del siglo XX con el surgimiento de las llamadas vanguardias gastronómicas: la *nouvelle cuisine*, primero, y la cocina tecnoemocional, después. De este modo, el concepto «cocina creativa» remite a la suma de vanguardias que en el siglo XX impulsaron la creación en cocina y el nivel de resultado creativo obtenido.

Pero no son las únicas «cocinas creativas» de la historia, puesto que se ha creado desde el Paleolítico y, por tanto, «creativo» sería un adjetivo aplicable a cualquier resultado novedoso que la cocina genere o haya generado a lo largo de la historia, fuera responsable del mismo un cocinero profesional o amateur. En consecuencia, debemos señalar, en este momento, que el cocinero amateur también puede ser creativo, si tiene las competencias, la actitud y el talento creativo, además de un interés por reproducir elaboraciones añadiendo nivel de resultado creativo a las mismas. Es menos habitual que en el ámbito profesional, pero puede también reinterpretar, cambiar detalles o dar un matiz más creativo a las elaboraciones que cocina. El cocinero amateur no innova porque no busca sacar una rentabilidad económica de la actividad de cocinar.

En términos de la cocina profesional, la creatividad ha estado absolutamente ligada al arte culinario, que surgió de la voluntad de buscar el placer y el hedonismo en la degustación y que ha ido adoptando formas más o menos artísticas, persiguiendo el concepto estético correspondiente a cada época o rompiendo con el anterior.

“Está claro que cuando hablamos de crear en cocina hay muchos grises entre el blanco y el negro”

“¿Influye la creatividad, la creación, en el precio final de una elaboración?”

“Cuando degustas algo muy creativo parece que solo sea para ti, no tienes sensación de comer algo reproducido para más comensales”



Antes de elaborar los productos se preparan para ser cocinados, ¿estaríamos empezando a cocinar cuando preelaboramos?

Como hemos planteado en la página 75, cocinar implica la transformación de al menos un producto, provocada por el empleo de una o más herramientas con las que se aplican técnicas sobre el mismo. El resultado es una elaboración, que puede ser intermedia e integrarse en otro proceso de elaboración (si no se ingiere o degusta) o ser una elaboración que se degusta (si se procede a comerla y/o beberla). Sin embargo, como veremos más adelante, determinados procesos de elaboración exigen una etapa previa en la que se prepara el producto, por motivos tan obvios como que, muchas veces, no podría consumirse según se encuentra en la naturaleza. Si, por ejemplo, se trata de un animal, primero hay que sacrificarlo y, después, proceder a desplumarlo o a retirar su piel o escamas. Hablamos en estos casos de preelaboración, preguntándonos por el lugar que ocupa esta fase dentro del proceso culinario y si puede considerarse como parte del mismo.

A veces, la línea que separa las técnicas de preelaboración de las que pueden considerarse de elaboración es muy fina. La diferencia la marca el producto que se esté empleando y la acción que se aplique sobre el mismo, que, en ocasiones, hará que la técnica se defina como «de preelaboración» y en otras será «de elaboración».

En la página 72 tratamos la cuestión de la actitud y la voluntad como puntos de partida para cocinar y, entre las observaciones que recogemos, está la cuestión de que acondicionar los productos ya demuestra este interés de partida que ha de tener el individuo para cocinar. ¿En qué se diferencia entonces acondicionar un producto de elaborarlo?

Si acondicionar es, siguiendo las definiciones que nos ofrece la RAE, «dar cierta condición o calidad» o «disponer o preparar algo de manera adecuada», entendemos que se trata de una acción que se realiza antes de elaborar, es decir, supone un paso previo. Por otra parte y dado que la RAE no registra un significado para «preelaborar», tomamos las dos partes que conforman el término y analizamos sus significados por separado. Por un lado, «pre-» indica «anterioridad en el espacio o en el tiempo»; por otro, «elaborar» supone «transformar una cosa u obtener un producto por medio de un trabajo adecuado». Queda claro que tanto acondicionar como preelaborar tienen implícito en su significado una voluntad transformadora cuyo fin es hacer posible que algo se coma o se beba. Si establecemos un paralelismo con «cocinar», que implica –en primer término– hacer los productos más o mejor «comestibles», «preelaborar» se centraría en hacer más o mejor «cocinables» los productos que se van a elaborar. Es decir, implica un paso previo a la elaboración de un producto o de una elaboración intermedia.

En base a lo anterior, puede considerarse como preelaboración todo resultado de la aplicación de una o más técnicas sobre un producto no elaborado, producto elaborado o elaboración intermedia, que se manipulan con la intencionalidad de acondicionarlos en un proceso en el que se emplean diferentes herramientas. Por ejemplo, un bacalao es un producto no elaborado que se preelabora cuando se desescama, se despieza morfológicamente y se limpia. Pasaría a elaborarse cuando se transforma, es decir, al ponerse en salazón y, posteriormente, desalarse. Pero, para poder aplicar estas técnicas de elaboración, ha sido necesario, previamente, preparar el pescado para que pueda ser tratado.

Confirmamos así que la idea de acondicionar un producto surge ligada a la posterior elaboración del mismo: nos hace entender que un proceso se ha iniciado, pero, dado que el producto no se ha transformado todavía, no concluirá en esta etapa. Lo que tenemos claro es que, mientras acondicionamos un producto, todavía no estamos elaborándolo; de ahí, surge la denominación «preelaboración». Según la función que estas técnicas realizan, podemos clasificarlas en cuatro grandes grupos.

TÉCNICAS DE SACRIFICIO Y MADURACIÓN

Consideradas de preelaboración, se distinguen porque responden a las fases de «sacrificio» y de «maduración» del producto, previas al hecho de comenzar a elaborar para transformarlo, y son absolutamente indispensables para comenzar a elaborarlo. En su mayoría se trata de técnicas que

se distinguen por desencadenar procesos físicos en la materia del producto. Rozan la línea entre la preelaboración y la elaboración las técnicas de envejecer y madurar, ya que sí desencadenan procesos químicos en la materia, que comienza, en una fase muy primaria, a elaborarse en sí misma.

☞ AIREAR	☞ ESTABILIZAR	☞ OXIGENAR
☞ ATURDIR	☞ FAISANDER	☞ PELAR
☞ CORTAR	☞ MADURAR	☞ PURGAR
☞ DESANGRAR	☞ MATAR	☞ REBLANDECER
☞ DESOLLAR	☞ MORTIFICAR	☞ SACRIFICAR
☞ ENVEJECER	☞ OREAR	...

TÉCNICAS DE LAVADO, CALIBRADO Y PESADO

Consideradas de preelaboración, se distinguen porque responden a las fases de «lavado», «calibrado» y/o «pesado» del producto. Muchas de estas técnicas se emplean para acondicionar, desde un punto de vista higiénico, un producto o eliminar las partes

superficiales no deseadas. Por otra parte, técnicas como dosificar o medir son, en algunas ocasiones, imprescindibles para un proceso de elaboración correcto, pues concretan cantidades y permiten modificarlas antes de comenzar a elaborar.

☞ CALIBRAR	☞ HIGIENIZAR	☞ RACIONAR
☞ CENTRIFUGAR	☞ LAVAR	☞ SECAR
☞ CEPILLAR	☞ LIMPIAR	☞ SELECCIONAR
☞ CRIBAR	☞ MEDIR	☞ TAMIZAR
☞ DOSIFICAR	☞ PESAR	☞ ESCURRIR
☞ FROTAR	☞ PORCIONAR	...

TÉCNICAS PREVIAS A LA PUESTA A PUNTO DEL PRODUCTO

Este grupo de técnicas comparte la característica de emplearse siempre antes de retirar cualquier parte del producto o de proceder a mejorarlo explícitamente, por eso nos referimos a ellas como «previas

a la puesta a punto del producto». Algunas implican la acción del fuego, pero no se produce una cocción, por lo que no hay procesos químicos ni alteraciones de esa naturaleza en la materia del producto.

☞ ASUSTAR	☞ CHAMUSCAR	☞ QUEMAR
☞ ATEMPERAR	☞ CHURRUSCAR	☞ SOLLAMAR
☞ BLANQUEAR	☞ ESCALDAR	...

TÉCNICAS PARA PONER A PUNTO EL PRODUCTO, RETIRAR LAS PARTES NO COMESTIBLES DEL MISMO O MEJORARLO

A continuación se agrupan las técnicas empleadas para seleccionar en un producto aquello que se va a cocinar del mismo y desechar el resto, o para mejorarlo de cara a comenzar el proceso de su elaboración. Una vez más, se trata de técnicas que generan procesos físicos, que trabajan con

la materia del producto, modificándola, pero sin generar ningún cambio químico. Encontramos entre ellas «desalar», que, de nuevo, nos hace reflexionar sobre la frontera entre elaboración y preelaboración, puesto que sí genera un cambio químico en la materia del producto.

☞ ABRIR	☞ DESCORTEZAR	☞ DESPEPITAR
☞ AVIAR	☞ DESEMILLAR	☞ DESPLUMAR
☞ CASCAR	☞ DESESCAMAR	☞ DESRASPAR
☞ CORTAR	☞ DESESPINAR	☞ DESTRIPAR
☞ DESALAR	☞ DESESPUMAR	☞ DESENVAINAR
☞ DESANGRAR	☞ DESFIBRAR	☞ DESVENAR
☞ DESBARBAR	☞ DESGRANAR	☞ ESCAMAR
☞ DESBULLAR	☞ DESGRASAR	☞ EVISCERAR
☞ DESCAMAR	☞ DESHOJAR	☞ FROTAR
☞ DESCARAPELAR	☞ DESHOLLEJAR	☞ MONDAR
☞ DESCARNAR	☞ DESHUESAR	☞ PURGAR
☞ DESCASCAR	☞ DESNERVAR	☞ PELAR
☞ DESCASCARILLAR	☞ DESOLLAR	☞ RASPAR
☞ DESCEREZAR	☞ DESOSAR	☞ SEPARAR
☞ DESCORAZONAR	☞ DESPALILLAR	...

**TÉCNICAS DE PREELABORACIÓN
O TÉCNICAS DE PREPARACIÓN DE LA ELABORACIÓN
O TÉCNICAS DE PREELABORACIÓN DURANTE LA ELABORACIÓN...**

¿QUÉ SON?



Cuando cocinamos una elaboración que ya existe... ¿la estamos reproduciendo o recreando?

Entendido ya que crear es uno de los posibles objetivos del cocinero a la hora de realizar un proceso culinario, hemos de plantear ahora la otra opción posible y que suele ser la más habitual: que quien cocina no lo haga con ánimo de generar una novedad en cuanto al producto, la técnica o la herramienta, o de inventar una nueva elaboración, sino desde la perspectiva de volver a cocinar una elaboración que conoce, de emplear una técnica o una herramienta de las que tiene una referencia o de utilizar un determinado producto sin que ello suponga hacer algo creativo ni disruptivo.

¿PRODUCIR ES COCINAR?

PRODUCIR

RAE

5. tr. Fabricar, elaborar cosas útiles.

¿Cuál es entonces la principal diferencia entre producir y elaborar? En el ámbito de la cocina, ambas acciones implican la generación de un resultado útil: bien porque pueda degustarse directamente, bien porque pueda emplearse como elaboración intermedia en otro proceso de elaboración. El detalle sustancial que diferencia ambas acciones nos remite a las formas, al proceso, y, en concreto, a las herramientas empleadas en cada ocasión.

La elaboración es artesanal (aunque se acompaña de herramientas), mientras que la producción nos remite a un proceso sistematizado que, en mayor o menor medida, se da en la industria alimentaria y cuyo resultado es un producto elaborado (y no una elaboración). En conclusión: es todo lo mismo si lo observamos desde el punto de vista del origen (un producto) hasta el resultado (un producto elabo-

rado o elaboración), reconociendo que existe un proceso que hace variar aquello de lo que se parte hasta convertirlo en una realidad «más y/o mejor» comestible (voluntad primera del ser humano cuando cocina).

¿QUÉ ES REPRODUCIR?

REPRODUCIR

RAE

1. tr. Volver a producir, o producir de nuevo.

Esta es la forma como se cocina la mayor parte del tiempo, puesto que este tipo de motivación, distinta de crear, es la que suele guiar tanto a quienes cocinan para alimentarse como a quienes lo hacen para disfrutar. Hay muy pocos cocineros que se dediquen solo a crear y, en la actualidad, suelen ser profesionales cuyo objetivo final es reproducir lo creado en el marco de la oferta de elaboraciones.

Entonces, entendemos que cocinamos al realizar la *mise en place* (es decir, cuando nos preparamos para cocinar), cuando se preelabora (el prefijo «pre-» indica un momento anterior, una etapa que se distingue de la elaboración por las técnicas empleadas, que la complementan y, en muchas ocasiones, la hacen posible) y también cuando se emplata (se combinan los elementos que componen la elaboración al encoparse o emplatar, especificando su herramienta de traslado). Sin embargo, el momento de cocinar entre la preelaboración y el emplata, es decir, la fase de elaboración por sí misma no tiene un «nombre propio» específico. Esto supone que, normalmente, hablemos de «reproducir» para referirnos al conjunto de acciones que se suceden desde la *mise en place* hasta el emplata.

COCINANDO PARA REPRODUCIR COMIDA: ¿POR QUÉ DECIMOS «REPRODUCIR» Y NO «ELABORAR» O, SENCILLAMENTE, «COCINAR»?

Utilizamos el término «reproducir» porque concreta la acción, es decir, si dijéramos «cocinar» estaríamos englobando también la opción de crear. Con «reproducir» nos referimos a la acción de cocinar basada en una referencia previa, en una elaboración ya creada, para la que conocemos las técnicas y herramientas necesarias, el producto que debemos emplear, los tiempos que requiere y tenemos una idea aproximada del resultado. Normalmente, cuando hablamos de reproducir es porque se cocina elaborando, de forma artesanal, como sucede en la restauración gastronómica y, si nos referimos a producir, entendemos que quien lleva a cabo la reproducción es la industria alimentaria.

- ▶ «Reproducir» no remite a seguir una receta al pie de la letra (es una opción), sino al hecho de que no introducimos una novedad sustancial, no «inventamos» nada nuevo.
- ▶ «Reproducir» admite que quien cocina decide hacer pequeños cambios en el proceso culinario que realiza con respecto a la referencia que posee del mismo. Son matices que tienen cabida en este concepto de reproducción.

Es cierto que al reproducir estamos elaborando, dado que siempre que hablamos de cocinar nos referimos a un proceso de elaboración. Lo que cambia es su propósito, como ya hemos dicho anteriormente. Si utilizamos el verbo «reproducir» en lugar de «elaborar» es precisamente porque concreta el objetivo de la acción de cocinar. Cuando decimos que la finalidad es reproducir, estamos asumiendo que, de manera implícita, se va a elaborar. Si planteamos el ejercicio al revés, es decir, que el objetivo es elaborar, no estamos concretando nada respecto a la intención de realizar una acción u otra (crear o reproducir, conservar, etc.).

El acto de reproducir nos remite a elaborar sabiendo lo que va a ocurrir, anticipándonos al resultado que obtendremos al realizar determinadas acciones. En este caso, el proceso de elaborar fue codificado en otro momento distinto del presente y existe una referencia a la que quien cocina se puede acoger. De hecho, el valor de reproducir puede residir en realizar una receta ortodoxa, que se ajusta exactamente a las características del canon que repite. Pero, insistimos, pues es importante, en que no siempre que se reproduce se lleva a cabo el proceso culinario de la misma manera, ya que, en la mayoría de los casos, no se conserva la información de la receta original y, además:

- ▶ Se puede cocinar reproduciendo y no pesar las cantidades de producto porque no preocupa que sean exactas, por ejemplo.
- ▶ Se puede aplicar una técnica con una herramienta y cambiar, por ejemplo, el punto de cocción de un pescado o una carne, en relación con la receta original.
- ▶ Se puede variar la elaboración cuando se sazona de una determinada manera.

Los ejemplos de posibles alteraciones con respecto a la elaboración «original» pueden ser muchos. La clave está en comprender que «reproducir» no implica siempre cocinar de manera idéntica, sino basarse en una referencia, unas indicaciones y unos conocimientos culinarios sobre una elaboración.

Podríamos decir, empleando una metáfora, que los platos que se reproducen son litografías: todas parten del mismo patrón, de la misma plancha, pero cada una es diferente porque no hay forma de hacer dos absolutamente iguales. En su proceso de reproducción puede haber pequeñas modificaciones que dan como resultado litografías que reflejan la misma imagen o dibujo, en nuestro caso un plato, pero que, entre sí, presentan pequeñas diferencias, como ocurre con la elaboración. Cuando la elaboración que se degusta tiene un alto nivel de resultado creativo parece que sea la primera vez que se cocina y se come, por lo particular que resulta su degustación para quien la disfruta por primera vez. «Recrear» sería entonces un sinónimo de «reproducir».

“La reproducción en la alta cocina es artesanal, pues es una de las profesiones artesanales que todavía existen”

Al emplatarse se finaliza el proceso de elaboración. Nos encontramos de nuevo en el límite porque... ¿cocinamos cuando emplatamos?

Emplatarse las elaboraciones que se han cocinado forma parte de su proceso de elaboración y permite su traslado al lugar en el que van a degustarse. El acto de emplatarse da sentido y cierra el proceso culinario que hace posible la degustación, pues todas las elaboraciones intermedias pasan a integrarse en la emplatada. La forma de entender las elaboraciones intermedias y las potenciales maneras de constituir la elaboración emplatada, la decisión de su composición como conjunto sobre la herramienta que la contiene, son cruciales para que se genere un tipo de cocina concreto (más o menos artístico, con más o menos elaboraciones intermedias, más o menos creativo, más o menos complejo, etc.).

Inciendo en la relevancia que tiene la fase de emplatado, vemos que, en determinados casos, este es el indicativo de un estilo concreto, de un cocinero determinado, parte de cuyo reconocimiento se asocia a su manera de entender y realizar el emplatado de elaboraciones. La herramienta de emplatado o encopado es al cocinero lo que el lienzo al pintor, sobre el que vuelca o hace reposar su obra, que forma parte del «todo» que se presenta ante el comensal o cliente.

¿QUÉ ES EMPLATAR? ¿Y ENCOPAR?

EMPLATAR

RAE

1.tr. Colocar la comida en el plato de cada comensal antes de presentarlo en la mesa.

Desde un punto de vista histórico, se ha producido una evolución notable en las técnicas de emplatado y encopado de elaboraciones, estrechamente relacionadas con el tipo de servicio predominante en cada momento. En el mundo occidental, observamos que lo más habitual es el emplatado individual, que sale ya de cocina en ese formato y se sirve al comensal o cliente de esa manera, pero debemos señalar que no lo fue así en el pasado. La *nouvelle*

cuisine, vanguardia culinaria y gastronómica francesa del siglo XX, cambió el paradigma al introducir el emplatado individual en el espacio cocina. Esta modalidad sustituyó a otros tipos de emplatado colectivo que suponían que el personal de servicio llevara a cabo técnicas para emplatarse en la mesa, sirviendo desde la herramienta de traslado hasta la de emplatado, para racionar las elaboraciones individualmente o para que fuera el propio cliente quien emplatase la suya.

Si emplatarse es «colocar la comida en el plato de cada comensal antes de presentarlo en la mesa», encopar sería colocar la bebida en una copa o herramienta de degustación (o vaso, taza, bol u otro recipiente) que permita beber antes de presentarla en la mesa o hacerlo en la misma mesa para ofrecérsela al comensal o cliente. Hablamos de «encopado» porque no hay otra denominación específica. De hecho, también existe una gama de grises considerable al hablar de cómo denominar a la acción de emplatarse una elaboración sólida cuando esta se realiza empleando herramientas que no son platos, como boles o copas, por ejemplo. Para nosotros, todo queda englobado dentro del concepto de emplatado.

En numerosas ocasiones, las técnicas de emplatado y encopado suponen el ensamblaje de elaboraciones intermedias que, con mayor o menor acierto, con voluntad artística o sin ella, se convierten en una elaboración emplatada o encopada que procede a servirse.

En el caso de las bebidas que son productos elaborados, podemos considerar el caso del vino como el más particular, ya que se encuentra en el límite de la definición de elaboración. Es un «gris» dentro de esta, pues la oxigenación y la temperatura a la que se sirve dependen del «encopado». El vino se convierte en una elaboración que se degusta cuando se encopa, siendo «encopar» una técnica que transforma un producto elaborado en una elaboración: quien la realiza está elaborando. A efectos prácticos, servir agua en un vaso no es cocinar, pues no es necesaria una consideración de su temperatura

y de otras cuestiones intrínsecas a la degustación del vino, que quien encopa sí ha de tener en cuenta. Dentro de un proceso culinario, el emplatado es una fase, la última antes de que se pase al siguiente proceso, el que corresponde a la degustación de lo cocinado (comida y/o bebida), y debemos señalar —en este momento— que no siempre se da en el espacio cocina. Retomamos aquí la consideración de la importancia de los actores de servicio, en el caso de que se trate de una cocina que se da en el ámbito público de la restauración. Al servicio como parte fundamental de la cocina le dedicamos un apartado específico (ver pág. 337) y, como ya hemos explicado, sus actores pueden ser cocineros en un momento dado, además de profesionales de sala, si

llevan a cabo esta última fase del proceso de elaboración. Sucede así cuando las elaboraciones salen de la cocina emplatadas colectivamente y han de servirse desde una bandeja o un guerdón, siendo el actor de servicio quien realiza la técnica de emplatarse o encopar. Pero también cocina el servicio en todos los casos en los que el proceso de elaboración no ha concluido (en ocasiones, ni siquiera ha comenzado) en el espacio cocina y el *maitre* o camarero responsable aplica técnicas de elaboración sobre un producto o elaboración en la sala, delante del cliente. De hecho, puede ser el propio cliente quien realice una técnica de emplatado y sería entonces él o ella mismo quien estuviera terminando el proceso de elaboración en la mesa.



TÉCNICAS DE EMPLATADO DE LAS ELABORACIONES

Son todas aquellas que hacen posible hablar de una elaboración emplatada como unión de elaboraciones intermedias que, ensambladas y contenidas en la misma herramienta de emplatado o encopado, pueden trasladarse siendo solo una, para que el comensal o cliente la deguste. Por tanto, cuando hablamos de técnicas de emplatado nos estamos refiriendo tanto a elaboraciones sólidas como líquidas, comidas y bebidas, cuyo uso estará muchas veces determinado por el resultado de aplicar estas técnicas. Nos centramos, a continuación, en las técnicas de emplatado que realizan el cocinero o el personal de sala para desarrollar una serie de consideraciones importantes.

1. El emplatado determina la composición y la estructura de una elaboración final, en función del lugar que ocupe cada una de las elaboraciones intermedias (si son identificables y diferentes entre sí en la herramienta que las sustenta). Además, la forma en que un cocinero emplata puede reflejar una característica muy marcada de su estilo. De hecho, hay cocineros muy influyentes en los que su forma particular de entender e interpretar el emplatado refleja en gran medida la filosofía que guía su cocina.
2. La técnica de emplatado está condicionada por la herramienta que se utiliza para hacerlo, en función de que sea colectiva (como en el caso de una bandeja que, además, es una herramienta de traslado y servicio) o individual (que puede ser un plato, pero también una cuchara china, que es, además, herramienta de degustación).
3. Una misma elaboración tendrá a su vez diferentes técnicas de emplatado posibles en función de quién y dónde las realice: si se emplata en cocina y lo hace un cocinero, si se hace en sala y el responsable es un miembro del personal de servicio o si es el propio comensal o cliente quien emplata lo que va a degustar, cerrando el proceso de elaboración en la mesa.
4. Cada elaboración que se degusta tiene su propia técnica de emplatado, que puede variar según las elaboraciones intermedias, si estas se disponen y combinan de un modo diferente. En el ejemplo del Pollo al curry de elBulli se da un emplatado concreto, pero habría infinidad de combinaciones posibles.

5. Existen técnicas intermedias de emplatado que serán más o menos complejas en función de las elaboraciones intermedias a disponer sobre la herramienta que las contendrá. Hay elaboraciones primarias, secundarias, etc., y habrá una técnica para emplatado cada una de ellas. Si retomamos el ejemplo del Pollo al curry de elBulli, veremos cómo hay diversas técnicas de emplatado que responden a elaboraciones diferentes entre sí, que se ensamblan en ese momento. A continuación mostramos uno de los posibles ejemplos del emplatado del Pollo al curry.

POLLO AL CURRY, EMPLATADO RADIAL

Elaboración de emplatado secundaria: gelatina de manzana, aros de cebolla, jugo de pollo y licuado de coco emplatado radial.

- Técnica de emplatado intermedia secundaria. Elaboraciones intermedias emplatadas en forma radial. Dividir en tres secciones radiales el fondo de un plato hondo.
- En la primera sección, colocar gelatina de manzana. Disponer encima cuatro rodajas de cebolla tierna.
- En la segunda, colocar una cucharada de jugo de pollo.
- Y, en la tercera, disponer el licuado de coco.

Elaboración de emplatado secundaria: quenelle de helado de curry emplatado centrado.

- Técnica de emplatado secundaria: quenelle de helado de curry emplatado centrado.
- Elaboración intermedia terciaria de emplatado/elaboración: quenelle de helado de curry.
- Técnica de elaboración terciaria intermedia emplatada. Técnica de manipulación: moldear en forma de quenelle – dar forma de quenelle al helado de curry.
- Elaboración intermedia terciaria de emplatado/elaboración: quenelle de helado de curry emplatado centrado.
- Técnica de emplatado terciaria intermedia emplatada. Técnica de emplatado: quenelle de helado de curry de manera central – colocar la quenelle en el centro del plato, sobre los vértices de las tres secciones de coco, jugo de pollo y gelatina de manzana.



Emplatado radial para el Pollo al curry.



Emplatado central, otra manera de emplatado el Pollo al curry.

LA IMPORTANCIA DEL EMPLATADO DE LAS ELABORACIONES

Las técnicas de emplatado son diferentes según las elaboraciones a emplatado y según estas sean creativas o fruto de la reproducción, pues este conjunto de técnicas puede tener más o menos relevancia en el proceso de elaboración en función de que se busque el cuidado de la estética, la expresión artística o la creatividad. Y tienen una u otra importancia para el cocinero según las emplee con el objetivo de emplatado para racionar, para servir, para trasladar, o si no tienen otro propósito adicional.

Puede ocurrir, además, que dentro del proceso de elaboración, el emplatado sea tan relevante como otras fases anteriores y se preste tanta atención a estas técnicas como a las utilizadas para elaborar o preelaborar. Las elaboraciones se emplatan antes de degustarse y el emplatado individual (en cocina o en sala), en concreto, es la opción si se quieren presentar racionadas. Además, hacer que el comensal o cliente disponga de una herramienta de emplatado propia (individual) facilita su ingesta, puesto que quien come dispone de una herramienta que contiene la comida o bebida antes de que la lleve a su boca.

En algunas ocasiones, una misma herramienta de emplatado puede emplearse para contener tanto elaboraciones que son comida como

otras que son bebida: es el caso de una copa, que puede contener un gazpacho o un vino, elaboraciones con usos diferentes que pueden degustarse empleando una misma herramienta de emplatado (encopado, en este caso). Del mismo modo, hay ocasiones en las que una misma elaboración puede emplatarse empleando técnicas diferentes. Siguiendo con el ejemplo del gazpacho, este puede emplatarse en una copa, en un plato hondo, en un cuenco o bol y, en función de la herramienta utilizada, la técnica para hacerlo será diferente.

EL ENCOFADO DE LAS ELABORACIONES

Como elaboraciones líquidas, para poder ser degustadas, las bebidas han de estar contenidas en una herramienta que permita beberlas. Poner una bebida en dicha herramienta supone encoparla, aplicando una técnica que tiene tanta relevancia como la que hace posible el emplatado de la comida.

En cuanto que una bebida puede ser un producto no elaborado (como el agua), un producto elaborado (como el vino) o una elaboración intermedia o que se degusta (un jugo de lima que se emplea en la preparación de un cóctel margarita, elaboración que se degusta), la acción de encopar forma parte del proceso de reproducción de las elaboraciones que son bebida y hace posible su degustación.

En una comida, cada elaboración que se degusta tiene su propia técnica de emplatado. Al emplatado, el plato se convierte en un lienzo sobre el que el cocinero puede expresarse.

ELABORACIONES QUE SE DEGUSTAN SÓLIDAS Y/O SEMISÓLIDAS, QUE SE DISPONEN...

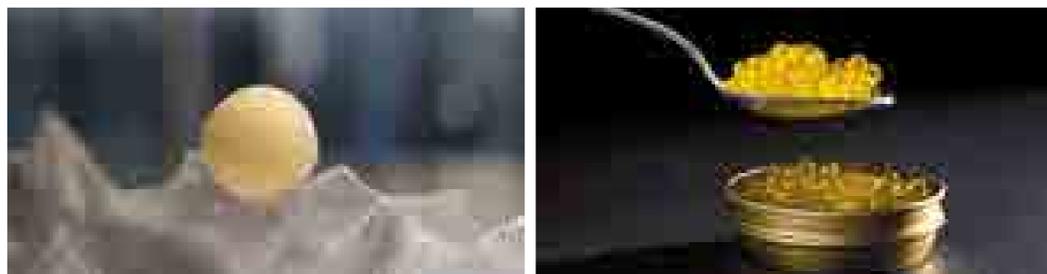
EN PLATOS: EMPLATAR



EN RECIPIENTES INUSUALES, ¿CÓMO LO LLAMAMOS?



EN MALLAS, LATAS, ¿CÓMO LO LLAMAMOS?



EN CUCHARAS, ¿CÓMO LO LLAMAMOS?



ELABORACIONES QUE SE DEGUSTAN SEMILÍQUIDAS Y/O LÍQUIDAS, QUE SE DISPONEN...

EN COPAS: ENCOPAR



EN BOLES, ¿CÓMO LO LLAMAMOS?



EN VASOS, ¿CÓMO LO LLAMAMOS?



EN TAZAS, ¿CÓMO LO LLAMAMOS?



Si la intención no es hacer un uso inmediato de las elaboraciones después de cocinarlas, ¿cambia la forma en que se cocina?

COCINAR CON EL OBJETIVO DE CONSERVAR LO COCINADO

La conservación es intrínseca a la cocina desde que en el Paleolítico el ser humano inventó las primeras técnicas de elaboración que preservaban lo cocinado en condiciones óptimas para su consumo a corto y medio plazo, como fueron el secado y el ahumado. Hasta entonces, conservar no era una opción, el uso de las elaboraciones era inmediato y solo inmediato, pues no se sabía cómo hacer que no perecieran. Este planteamiento nos hace establecer que, al igual que hay una cocina para la degustación inmediata de una elaboración, también existe otra cuyo objetivo es dar al resultado un uso de conservación.

¿«USO INMEDIATO» O «USO DE CONSERVACIÓN»?

Entendemos por «uso inmediato» aquel que se da a las elaboraciones que se consumen en los momentos siguientes a haberse cocinado, es decir, la comida se consume relativamente poco después de haberse preparado. Por ejemplo, un huevo frito, que se come según se hace, retirado del aceite en el que se ha freído y emplatado.

En una elaboración que se degusta con uso inmediato pueden haberse empleado elaboraciones intermedias que ya estaban elaboradas y se habían conservado. En el caso de una pizza, es muy probable que la base sea de masa madre hecha con anterioridad y esta, a su vez, estuviera preparada horas antes. Por otro lado, la salsa de tomate estará ya hecha y conservada, de lo contrario el proceso de elaboración sería mucho más largo. Además, es probable que se empleen productos elaborados como aceite, queso o jamón, que quien cocina (en casa o en el restaurante) no elabora por sí mismo, sino que compra ya elaborados para utilizarlos directamente cuando los necesite. En el caso del huevo frito, sin embargo, observamos el caso contrario. Es una comida que no requiere elaboraciones intermedias, de forma que para su realización no es necesario conservar ninguna de ellas.

LAS CONSERVAS COMO LÍMITE DE QUÉ ES COCINAR

Cuando un individuo compra unos espárragos de Tudela cocidos, unas buenas anchoas en aceite y una ventresca en lata y las abre para disponerlas en diferentes platos y boles, ¿está cocinando? ¿Y si no las emplata y deja las latas abiertas sobre la mesa? ¿Qué sucede con el profesional que regenta un colmado en el que se ofrecen diferentes conservas, de gran calidad, para acompañar la oferta de bebidas y degustar en las mesas? ¿Podemos considerar que haya cocina en ese establecimiento?

Como vemos, el empleo de productos elaborados que otros han cocinado por nosotros y que permanecen en conserva hasta que son degustados roza el límite de los grises que definen la acción de cocinar. Sin embargo, la voluntad explícita que lleva a elegir un producto concreto y a disponerlo para hacerlo apetecible, pudiendo combinarlo con otros, emplatándolo y acompañándolo de las herramientas adecuadas, sí responde a la actitud de la que parte la acción de cocinar.

«Uso de conservación» es aquel que se da a las elaboraciones que se cocinan pero no se van a emplear en los momentos siguientes a su realización, a diferencia de aquellas que se destinan a un «uso inmediato». Hay dos vertientes posibles: la «corta conservación» y la «larga conservación», que proyectan escenarios distintos.

- ▶ Al hablar de «corta conservación», nos referimos a las elaboraciones que forman parte de la *mise en place* y que se conservan para ser empleadas en otros procesos de elaboración posteriores en el mismo día, o al día siguiente, de su realización (uno o dos días en total). Por ejemplo, cebolla picada para sofritos o, en el caso de la pizza, el queso, el jamón o la albahaca ya cortados. También se consideran «corta conservación» las elaboraciones que forman parte de la *mise en place* y que, correctamente refrigeradas, pueden emplearse en condiciones óptimas hasta una semana después. Por ejemplo, caldo de carne, salsa de tomate o cebolla pochada.
- ▶ Con «larga conservación» nos referimos a elaboraciones que se cocinan –desde el principio– con el objetivo de ser conservadas, empleando técnicas concretas para alargar en el tiempo su posibilidad de consumo en condiciones óptimas. Ejemplos claros de este caso son productos elaborados como el jamón, el vino o las anchoas, que, desde un primer momento, ya tienen implícita la «larga conservación» en la hoja de ruta de su elaboración. Son técnicas de elaboración para la conservación a largo plazo las que mencionamos a continuación:

ACIDULAR	CONFITAR	MARINAR
AHUMAR	CONGELAR	SALAZÓN
AVINAGRAR	ENVASAR AL VACÍO	SATURAR
CARAMELIZAR	ENVASAR CON GAS	SECAR
COCER EN ALMÍBAR	ESCABECHAR	ULTRACONGELAR
COCER EN AZÚCAR	ESCARCHAR	...

“ Un vino o un jamón, una vez elaborados, ¿se conservan o el proceso de envejecimiento forma parte de su elaboración? ”

EVOLUCIÓN DE LA COCINA PARA LA CONSERVACIÓN

En la actualidad podemos conservar casi todo lo que cocinamos, al menos durante un periodo de tiempo corto, si lo refrigeramos o envasamos al vacío, y por un periodo más largo, si es apto para la congelación. No es necesario que hayamos empleado técnicas de conservación en su proceso de elaboración. De tal forma que, en muchas ocasiones, no nos vemos condicionados antes de cocinar ni necesitamos saber de antemano si queremos conservar o no la elaboración realizada. Esto es posible gracias a las herramientas que nos permiten elegir improvisar la conservación, como son los frigoríficos o los congeladores.

Sin embargo, la situación actual no es el referente histórico, sino su resultado. Durante la mayor parte de nuestra historia como especie no ha sido así e, incluso en el presente, tampoco lo es en muchos lugares del mundo en los que no se dispone de los recursos necesarios para conservar. La mayor parte de las técnicas que hay que aplicar sobre un producto para conservarlo han de planificarse previamente y provienen de una decisión tomada antes del momento de empezar a cocinar. Es el hecho de saber si se consumirá en el momento o si se conservará (y cuánto tiempo se planea conservarlo) lo que determina el proceso de elaboración, y no al revés.

Como ya hemos mencionado, el secado y ahumado se practican desde el Paleolítico, pero no fue hasta el Neolítico cuando aparecieron las primeras técnicas que permitieron un uso de conservación a largo plazo. Estas técnicas fueron consecuencia de la necesidad. Una vez asentados y sedentarios, domesticadas las especies animales y vegetales, los seres humanos se encontraron ante la tesitura de conservar lo producido para generar reservas. Era necesario almacenar todo aquel *stock* disponible, porque ¿de qué había servido aprender a sembrar y recolectar, si todo lo obtenido tras la cosecha se perdía de manera inmediata? Y, de este modo, conservar pasó a ser una prioridad. Desde el primer silo neolítico en el que se almacenó grano, el ser humano ha creado y empleado técnicas y herramientas cuyo objetivo es la conservación.

Desde el uso del frío de la propia nieve, en un primer momento, hasta la aplicación de la electricidad para inventar la primera máquina de hielo, los primeros refrigeradores, los congeladores, etc., ha habido una significativa evolución de las herramientas que hacen posible la conservación a través del frío, pero también han ido sumándose más y más técnicas de conservación que amplían las opciones, como es el envasado al vacío. En las últimas décadas, la industria alimentaria ha desempeñado un papel fundamental en la evolución de los métodos de conservación, ya que en su mayoría este factor es la base de su producto. Esto ha permitido incorporar al proceso de elaboración muchas técnicas pensadas para la conservación (liofilización, congelación, envasado al vacío, altas presiones, etc.), empleadas con el objetivo de un posterior consumo inmediato.

“ ¿Las técnicas de salar o curar se crearon para elaborar o para el consumo inmediato? ”

AHUMAR



ESCABECHAR



SALAZÓN



¿Es todo lo anterior difícil de llevar a cabo? ¿Es complejo cocinar?

Es necesario que, antes de juzgar si cocinar es o no difícil, precisemos la definición de ambos adjetivos, puesto que los dos pueden calificar la cocina, pero estarían señalando diferentes características de la misma. Por una parte, difícil es, según la RAE, aquello «que presenta obstáculos» y, complejo, lo que «se compone de elementos diversos».

Trasladada al mundo culinario, la idea de la dificultad alude a las técnicas que se llevan a cabo mientras se cocina, sean de preelaboración, elaboración, emplatado... Todas pueden aprenderse si el cocinero tiene voluntad y predisposición, pero no todas entrañan la misma dificultad a la hora de realizarse. Algunas pueden llevarse a cabo con poca práctica, o incluso ejecutarse correctamente sin haberlas empleado nunca, mientras que otras exigen muchísima destreza y virtuosismo para ser controladas, además de mucha práctica y trabajo para lograr que su ejecución sea perfecta. Esta cuestión está siempre relacionada con el tiempo que se tarda en cocinar y ha de considerarse en sí misma. Pero es importante señalar aquí que, en cocina, no siempre lo más difícil es lo que más tiempo se tarda en aprender o realizar ni siempre lo más fácil, en términos de ejecución de técnicas, es lo más rápido. Entonces, cocinar es difícil siempre que las técnicas que requiera la elaboración lo sean, no es un condicionante del cocinar, ya que puede hacerse una cocina sencilla, accesible a cualquiera que tenga voluntad de llevarla a cabo.

Por otra parte, la complejidad nos remite al producto, a la suma de los mismos (elaborados o no elaborados) que se emplean para realizar una elaboración. Es decir, la complejidad está asociada a la cantidad de elaboraciones intermedias que son necesarias para realizar una elaboración que se degusta o, en otras palabras, al número de transformaciones y combinaciones que requiere el plato que se cocina, al nivel de elaboración que precisa. En este sentido, no podemos afirmar que cocinar sea necesariamente complejo, puesto que el cocinero puede elegir entre una enorme variedad de opciones, que incluyen, por ejemplo, emplear productos elaborados que reducen esta complejidad o realizar pocas elaboraciones intermedias que den lugar a una elaboración final bastante sencilla.

Por último, difícil y complejo no van siempre de la mano. Hay técnicas especialmente difíciles de ejecutar que no suponen la realización de numerosas elaboraciones intermedias ni un alto grado de elaboración ni complejidad. Y viceversa, existen elaboraciones muy complejas por el número de transformaciones realizadas en el producto que, sin embargo, requieren técnicas muy sencillas para llevarse a cabo. Así pues, entendemos que hablar de una cocina difícil hace referencia a un proceso de elaboración que incluye técnicas que el cocinero desconoce o que no son sencillas de reproducir sin experiencia.

Pero el cocinero puede elegir y, así como hay opciones de transformación que implican más conocimiento y/o práctica, hay otras que pueden ejecutarse sin mayor dificultad, que son muy accesibles incluso si no se posee una experiencia culinaria amplia. De hecho, hay un gran número de recetas de «cocina fácil» que permiten cocinar sin restar valor a la elaboración que se degusta, sin que sea menos sabrosa o agrada menos a quien la degusta que otra mucho más difícil de llevar a cabo, pero empleando técnicas que son fácilmente ejecutables.

“ ¡Esta cocina (receta) es muy difícil de hacer!: ¿qué significa esto? ”



HUEVO FRITO

DIFÍCIL

NO COMPLEJO



PISTO

FÁCIL

COMPLEJO



MENESTRA EN TEXTURAS

DIFÍCIL

COMPLEJO

¿ES FÁCIL O DIFÍCIL?



¿SENCILLO O COMPLEJO?



Todo lo que se elabora está cocinado, pues ha pasado por un proceso de elaboración. Entonces, ¿por qué esta confusión entre lo crudo y lo no crudo?

En este momento, el objetivo principal es precisar el significado de los términos «crudo» y «cocinado» para superar la idea de que cocinar consiste en aplicar calor sobre un producto para provocar una cocción. El hilo conductor de este libro se basa en el argumento de que se cocina siempre que se aplican técnicas sobre uno o más productos empleando determinadas herramientas. Cuando se estudia la historia de la humanidad, muchas veces se plantea el inicio de la cocina con el control del fuego, aunque lo cierto es que asumir esta afirmación deja fuera un importante capítulo de la historia de la cocina. Lo que detectamos con esto es que existe un vacío terminológico para designar la cocina que se realiza utilizando técnicas distintas de la cocción por aplicación de calor, como el marinado o el secado. Si considerásemos que solo está cocinado aquello que se ha sometido a la acción del calor, los dos primeros millones de años de historia del ser humano estarían exentos de cocina y, en realidad, no fue así.

En consecuencia, hablar de «crudo» y «no crudo» supone prestar atención a dos cuestiones distintas: el proceso culinario, por un lado y, por otro, el resultado de cocinar, la elaboración que se degusta. Tratar esta cuestión nos lleva a pensar en ambos, puesto que del primero se desprenderá, o no, el calificativo «crudo» sobre el segundo. Porque es en función de lo que suceda en el proceso, de la forma en que se decida cocinar (eligiendo qué técnicas y qué herramientas), que se llega a uno u otro resultado, pudiendo hablar de resultados crudos o no crudos (pero siempre cocinados).

¿QUÉ SIGNIFICA COCINADO?

Hasta ahora hemos establecido una diferencia entre los seres humanos y los animales, que lleva implícita una actitud y una voluntad, una conciencia del acto de cocinar que la especie humana posee y los animales no. Por tanto, como hemos señalado, el ser humano transforma productos para consumirlos de forma consciente, realizando elaboraciones que son comida y bebida. Para ello, recurre a su acondicionamiento y preelaboración, en los casos más básicos, pero, sobre todo, a su transformación, que puede suponer el empleo de un único producto (si elabora un jugo de naranja, un vino o una carne a la parrilla, por ejemplo) o la combinación de varios (si cocina una menestra, una tortilla de patata o un cóctel).

Cuando transforma, el ser humano cocina generando tres tipos de procesos en el producto, en función de las técnicas que emplee: procesos físicos, procesos químicos y procesos químico-biológicos. La aplicación de unas u otras técnicas genera resultados diferentes, elaboraciones crudas o no crudas, que podríamos denominar «incrudas».

Lo fundamental en este momento es interiorizar que, se empleen unas u otras técnicas, se están provocando cambios en el producto. La clave será conocer si se trata solo de cambios físicos o si hay, además o en su lugar, otro tipo de cambios a nivel químico, físico o químico-biológico. En función de ello, el resultado se calificará de crudo o de no crudo («in crudo»), pero en ambos casos estará elaborado. Es decir, el producto empleado está cocinado (ha dejado de ser un producto no elaborado) y pasa a ser una elaboración (cruda o no cruda) o a formar parte de una elaboración (cruda o no cruda) si se combina con otros productos.

El consumo de elaboraciones crudas o incrudas es también una cuestión cultural, asociada a los hábitos alimenticios en cada lugar del mundo.

El deshidratado con calor sería un gris en las técnicas de cocción.

¿Cocer es sinónimo de cocinado?



«Cocinado» es entonces el resultado de sumar técnica y herramienta sobre un producto, incluso si las técnicas elegidas y las herramientas empleadas no implican la acción del calor y tienen como resultado elaboraciones crudas pero cocinadas, por ejemplo, un *sashimi* de ventresca de atún. Un resultado crudo ha experimentado un proceso de elaboración en el que el producto empleado ha pasado a ser una elaboración intermedia. Como sabemos, todas las elaboraciones que se degustan, sin excepción, están cocinadas, sino no serían elaboraciones (continuarían siendo productos), independientemente de si las técnicas y herramientas elegidas han supuesto una cocción con calor.

Y, ENTONCES, ¿QUÉ SIGNIFICA CRUDO?

Este concepto nos remite al empleo de energía calorífica al cocinar, entendiendo que, si esta no ha estado presente, el alimento está crudo. Diríamos entonces que un jamón ibérico o un boquerón en vinagre, que no se preparan por acción del fuego, están crudos. Lo cierto es que ambos han sido elaborados, pero empleando técnicas distintas de la cocción, sin emplear calor para transformar sus materias. Veremos más adelante cómo denominar a las elaboraciones que no están crudas, pero tampoco cocidas.

CUANDO EL PRODUCTO TODAVÍA SE ENCUENTRA EN LA NATURALEZA

De acuerdo con lo expuesto hasta ahora, y sabiendo que la naturaleza también cocina y provoca cambios en la materia de los productos, podríamos decir que «crudo» también significa que un producto no elaborado no está suficientemente maduro, seco, deshidratado o fermentado en la propia naturaleza.

ANTES DE COCINAR, «CRUDO» COMO PRODUCTO NO ELABORADO

Son productos no elaborados todos aquellos que se obtienen o producen por medio de actividades como la caza, la pesca, la recolección, la agricultura o la ganadería y que no han visto modificadas sus cualidades originales, las que los caracterizan. Es decir, no han sido sometidos a ninguna técnica de elaboración previa a su adquisición, con la única excepción de aquellas técnicas de preelaboración destinadas a acondicionar el producto y a ponerlo a punto sin alterar de forma drástica sus atributos físico-químicos. Las excepciones a esta norma son los materiales inorgánicos, como el agua y la sal, que no están ni dejan de estar crudos por sus características organolépticas particulares.

Así, todos los productos no elaborados están crudos en origen, cuando llegan al individuo que los va a cocinar o cuando este los recoge o captura de la naturaleza. Salvo aquellas excepciones en las que el producto provenga de la naturaleza ya seco o ya fermentado. Pueden haber sido manipulados y acondicionados, por ejemplo, si han sido sacrificados, desplumados, si se han retirado partes no comestibles, pero consideraríamos que no están cocinados, puesto que todavía no se han comenzado a elaborar.

DESPUÉS DE HABER COCINADO, «CRUDO» COMO ELABORACIÓN

Crudo se emplea como calificativo para designar, en todos los casos en los que vamos a emplear el término, que el producto al que hacemos referencia no ha sufrido transformaciones químicas o químico-biológicas en su materia.

Si hablamos de elaboraciones crudas pero cocinadas es porque los productos empleados han sido transformados físicamente, elaborándose por medios distintos de la aplicación de calor o de la presencia de microorganismos o enzimas. Esto no implica que el producto no haya sido cocinado, puesto que existen técnicas de elaboración que no buscan provocar una cocción y que no alteran las propiedades químicas del producto, por ejemplo, en el caso de una ensalada de tomate o de un *sashimi*.

En función del proceso de transformación que el individuo que cocine emplee, el resultado puede estar crudo, medio crudo o no crudo, pero siempre que el individuo que cocina haya llevado a cabo una transformación del producto empleado, este estará cocinado.

«Crudo» designa el estado original del producto antes de cocinarse. Pero, a efectos de las elaboraciones, una vez cocinado el producto, «crudo» indica también que el resultado continúa presentando un estado identificable de su materia. Transformado en elaboración, su materia sigue encontrándose en el mismo estado químico y químico-biológico, aunque físicamente haya podido sufrir cambios.

El marinado, la salazón o el secado al viento no son técnicas de cocción. Entonces, ¿cómo las llamamos?

LA CONFUSIÓN ENTRE LO «CRUDO» Y LO «NO CRUDO» (INCRUDO)

Explicado lo anterior, nos encontramos con que «crudo» hace referencia al producto no elaborado, antes de cocinar. Pero, una vez hemos cocinado, ¿cuándo es correcto emplear el adjetivo «crudo»? Ponemos un ejemplo para explicar esta diferencia entre elaboraciones que tienen en común el hecho de haber sido cocinadas y se diferencian por la forma en que fueron transformadas.

Tomamos del campo un pepinillo, lo recolectamos como producto no elaborado que pertenece al mundo de las plantas, que está crudo, no cocinado, puesto que todavía no ha sufrido ninguna transformación y planteamos dos escenarios para cocinarlo de formas distintas, con procesos distintos y resultados diferentes.

- **Crudo pero cocinado:** pelamos, cortamos y rallamos el pepinillo y, como resultado, obtenemos una elaboración cruda, pero cocinada. La materia del producto del que partimos no ha cambiado en términos químicos, ni físico-químicos, aunque físicamente haya sufrido transformaciones. Este resultado no tiene un término concreto, convirtiéndose en un gris con muchas gamas, pues para que suceda una cocción hace falta calor.
- **No crudo (incruado):** metemos el pepinillo entero en una solución de vinagre y sal para encurtirlo, sometemos el producto a un proceso químico y obtenemos un resultado no crudo. Otros ejemplos de técnicas que cocinan el producto sin necesidad de cocerlo por la acción del fuego son el secado, el marinado, la deshidratación por salazón, los acidulados y algunas fermentaciones (alcohólica y acética).

OTRAS CUESTIONES FUNDAMENTALES SOBRE EL «CRUDO, PERO COCINADO»

Al tratar la cuestión del crudo e incruado, o no crudo, se pone en evidencia una gran diferencia a nivel gustativo, pues no tiene nada que ver degustar una comida que está cruda o que contiene alguna elaboración intermedia cruda, con degustar otra que no lo está. Es decir, hablar de crudo e incruado nos permite contemplar un abanico gustativo más amplio, en el que las texturas cobran mucha importancia.

Hemos de tener en cuenta además que, en una misma elaboración, las elaboraciones intermedias que la componen pueden presentar combinaciones de crudos e incrudos y, dentro de los incrudos, cocinados por acción del calor o de otras maneras.

Ejemplo: en el caso de un solomillo a la plancha, con unas *crudités* de verduras, un puré de patata y una salsa chimichurri encontramos diferentes puntos de crudo y, además, distintos resultados incrudos. En el caso de elaboraciones como, por ejemplo, un *tataki* de atún, apreciaríamos en un mismo resultado una combinación de interior crudo y exterior incruado. Cuando esto sucede, el resultado final es incruado, puesto que se ha sometido a la acción del calor (en este caso, de una plancha), hasta un punto de cocción determinado. Aunque esté cruda por dentro, la elaboración que se degusta es incruada y, si se quiere definir con precisión, se hablaría de su punto de cocción.

LO CRUDO COMO TENDENCIA

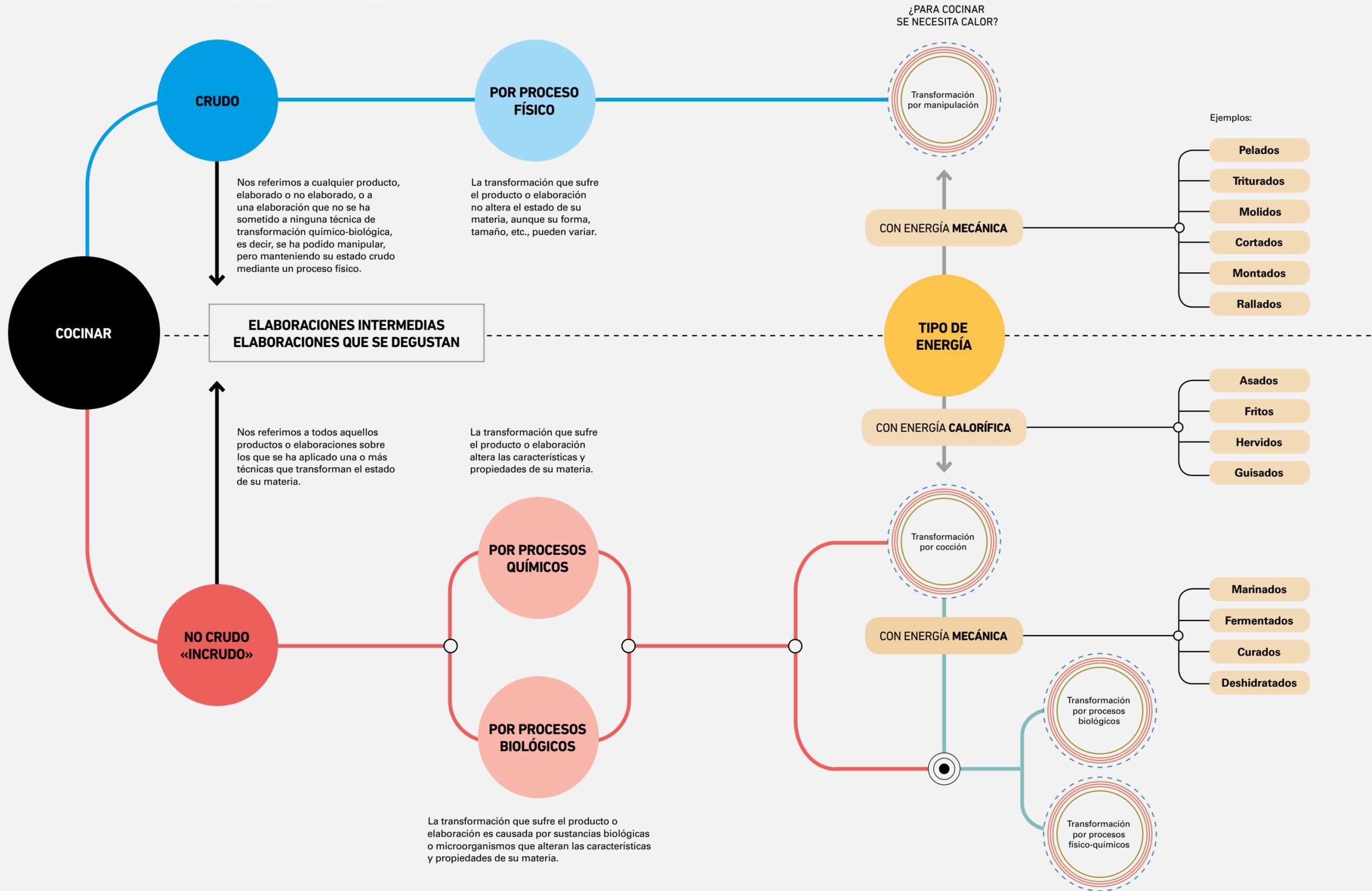
En base a esta diferenciación entre crudos e incrudos, podemos hacer una referencia a la tendencia que ha ido tomando cuerpo y consolidándose como una moda en los últimos años y que consiste en mantener los resultados crudos a pesar de cocinarlos. Esta forma de elaborar sin cocer con calor ha sido muy seguida por la cocina contemporánea y está más bien vinculada a la cocina vegetariana y vegana, que propone estas formas de elaborar que mantienen el estatus crudo de la comida y la bebida. Una referencia muy conocida de seguimiento de esta moda es el cocinero americano Charlie Trotter, que, en 2003, publicó *Raw* (Crudo, en su traducción al castellano), en el que todas las recetas propuestas parten de esta premisa que hemos explicado en la que la elaboración está «cruda pero cocinada».

LOS CONCEPTOS DE «CRUDO» Y «NO CRUDO» EXPLICADOS POR UN FILÓSOFO Y ANTROPÓLOGO: LA TEORÍA DE CLAUDE LÉVI-STRAUSS

Lo crudo y lo cocido (*Le cru et le cuit*, título original en francés) es un ensayo redactado por el filósofo y antropólogo Claude Lévi-Strauss. Entre otras cuestiones, el autor trata etimológicamente los conceptos de «crudo» y «cocido» en las sociedades prehistóricas, evidenciando que, hasta que el homínido no conoció la cocción de los alimentos, no existió ninguno de los dos. Fue como consecuencia de emplear el fuego para cocer los alimentos que surgió una diferencia y, por tanto, una realidad nueva a conceptualizar,

que no está cruda, puesto que está cocida. Aquí se aplica la conclusión formidable del autor francés en este ensayo: «Para alcanzar lo real, es necesario de antemano poder hacer abstracción de lo vivido», que interpretamos como la necesidad de conocer distintas formas de una realidad (una elaboración que se degusta, en este caso) para ser conscientes de las diferencias entre ellas y poder nombrarlas. Además, evidencia el vacío terminológico que hemos tratado de suplir con el concepto «incruado», que alude a los resultados que no están crudos y tampoco han sido cocidos por acción del fuego, pero están cocinados empleando otras técnicas, como el marinado, la salazón, el secado, etc.

CONTEXTUALIZACIÓN ENTRE LO CRUDO Y NO CRUDO EN RELACIÓN A COCINAR

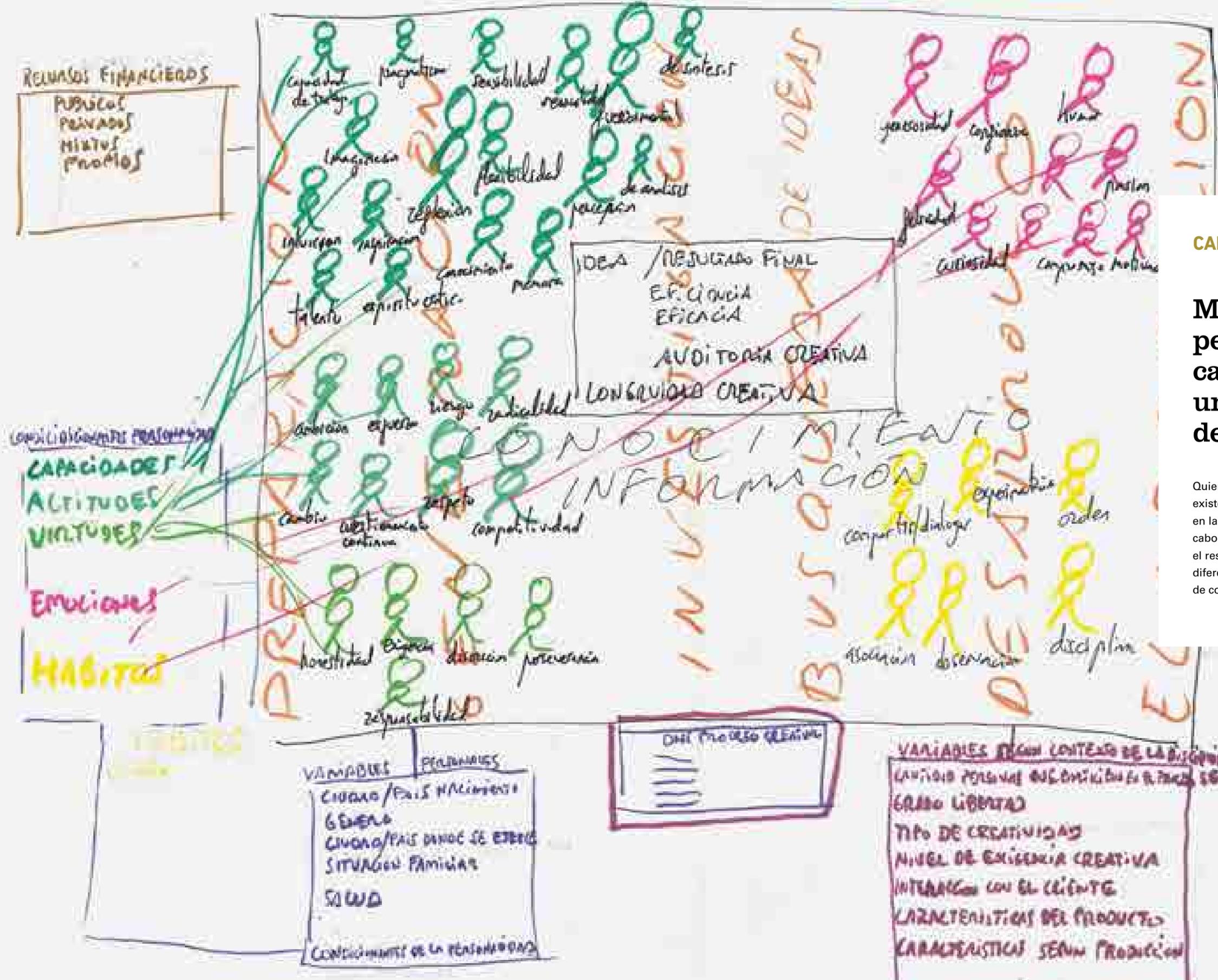


HERRAMIENTAS
 EQUIPAMIENTO TECNOLÓGICO
 EQUIPAMIENTO OFICINA

MÉTODOS LÚDICOS
 ACTIVACIONES DE LA CREATIVIDAD
 MÉTODOS CREATIVOS
 CONTEXTUALIZACIÓN DE LA DIFUSIÓN

RECURSOS FINANCIEROS
 PÚBLICOS
 PRIVADOS
 MIXTOS
 PROPIOS

RECURSOS CREATIVOS
 ESPACIOS
 CALENDARIOS Y HORARIOS
 MÓDULOS DE ASESORIA
 ESTRATEGIA



CAPÍTULO 4

Millones de personas cocinan cada día: no existe un perfil único de cocinero

Quien cocina es siempre un ser humano, pero existen cientos de factores que intervienen en las decisiones y acciones que este lleva a cabo para elaborar. Veremos cómo cambia el resultado en función de quién cocine y diferenciaremos entre los dos tipos básicos de cocineros: amateur y profesional.

EL COCINERO COMO SER HUMANO

Como hemos señalado en los capítulos anteriores, la capacidad de transformar a voluntad los productos antes de consumirlos es exclusiva del ser humano, que posee la actitud necesaria para cocinar. Podemos definir al cocinero como ser humano, antes de interpretar la actividad que lleva a cabo de cualquier otra manera. Pero ¿qué es un ser humano?, ¿qué hace que podamos considerarnos como tales?

Son seres humanos todos los homínidos de la especie *Homo sapiens*, que evolucionó de otras anteriores, todas extintas, durante la prehistoria. Todos los *Homo sapiens* son seres vivos y, como tales, se relacionan con el medio que ocupan, con el que intercambian materia y energía. Independientemente de su género, femenino o masculino, y de su edad, los seres humanos existen en tres planos superpuestos, que funcionan conectados y evolucionan a lo largo de la vida.

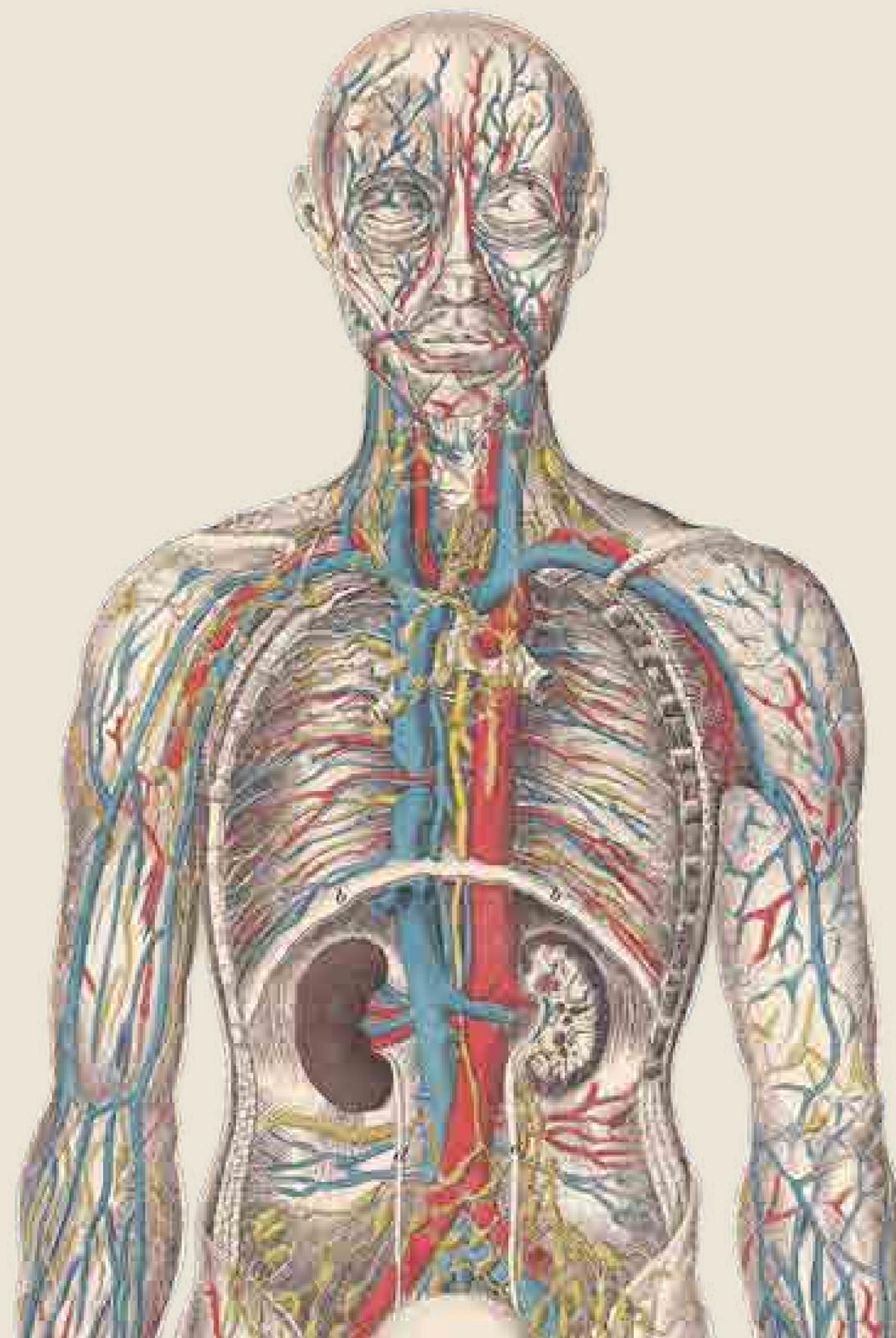
- El cuerpo humano representa la dimensión física y biológica, que suma estructuras internas (sistemas, órganos, tejidos, células, ADN, etc.) y partes externas (cabeza, tronco, extremidades, etc.). El cuerpo está en contacto con la realidad en la que habita el ser humano, recibiendo estímulos del entorno.
- La mente humana incluye la dimensión psíquica y es la encargada de interpretar los estímulos que llegan a través del cuerpo, ante los que el ser humano genera respuestas mediante procesos cognitivos (atención-concentración, sensación-percepción, memoria, pensamiento, lenguaje, inteligencia), de cuya combinación resultan operaciones cognitivas.

Gracias a la suma de las operaciones mentales y la acción corporal, el ser humano puede llevar a cabo acciones. A través de estas acciones, desarrolla soluciones e implementa y logra resultados que le permiten continuar avanzando como especie y que, en muchos casos, están directamente relacionadas con el objetivo de garantizar su supervivencia.

- La tercera dimensión que define al ser humano y enfatiza lo que le diferencia del resto de animales es el espíritu, conjunto de características subjetivas relacionadas con el mundo de lo inmaterial, con la identidad del alma. Esta dimensión atañe a la identidad de cada individuo y a su conciencia, en un plano que supera el mundo físico y lo que podemos percibir a través de nuestros sentidos, ya que existe más allá de los mismos.

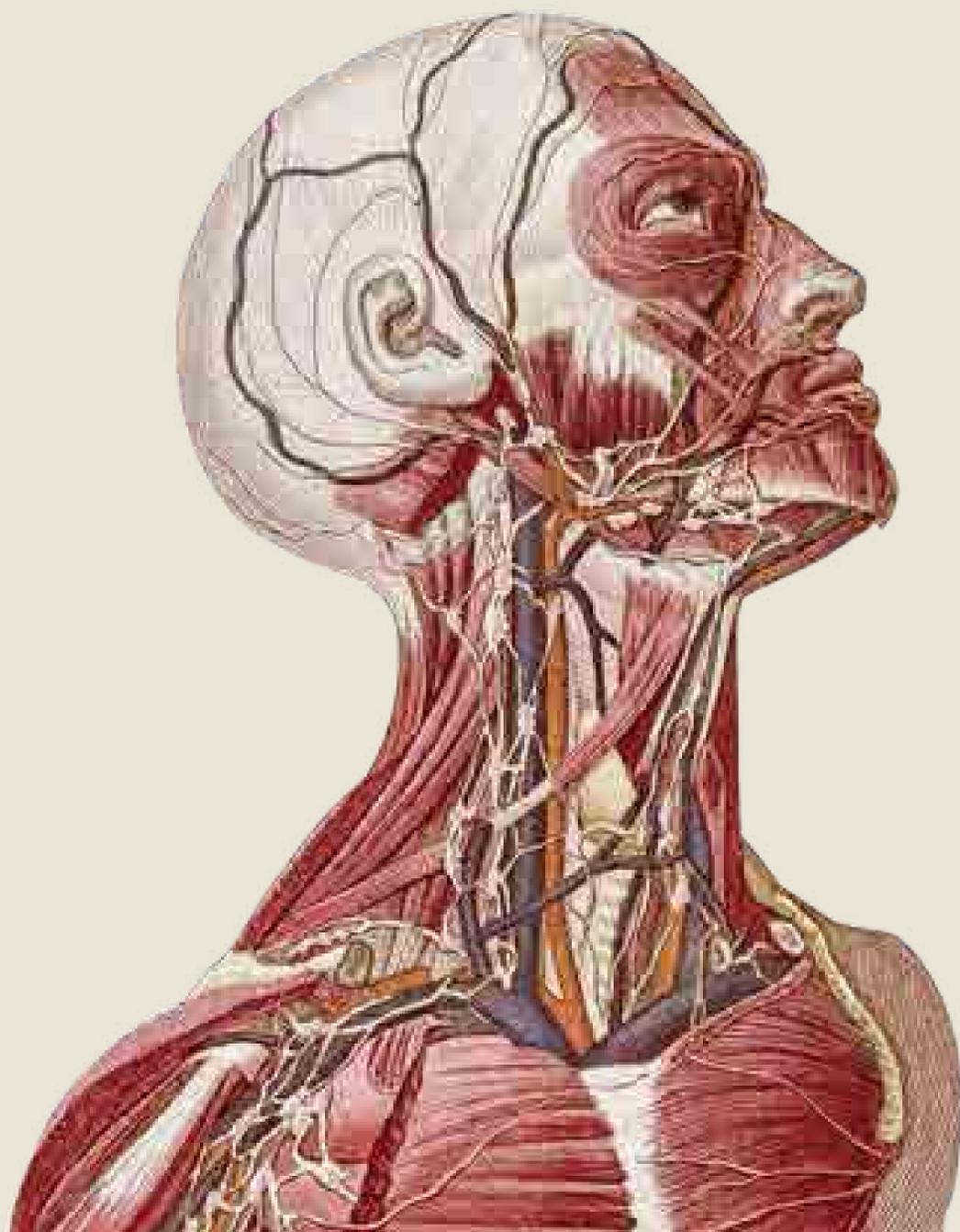
Las creencias, religiosas o no, la cultura, la tradición... son cuestiones espirituales y todas ellas tienen un impacto significativo sobre las acciones que realiza el ser humano, por lo que espíritu, cuerpo y mente están interrelacionados, imbricados en una u otra medida, en cada una de ellas.

“¿Cómo interfiere el plano espiritual en la cocina que lleva a cabo el ser humano?”



COCINAR CON EL CUERPO, COCINAR CON LA MENTE, COCINAR CON EL ESPÍRITU

Nos planteamos a continuación el hecho de cocinar desde tres perspectivas que se corresponden con las diferentes dimensiones del propio ser humano y que, referidas a la cocina, tienen sobre ella influencias y resultados distintos. En principio, todos los cocineros podrían, en teoría, cocinar física, mental y espiritualmente (si ese fuera su propósito). Un robot podrá cocinar a nivel «mental» (base de conocimiento) y «físico» (llevará a cabo acciones), pero nunca «espiritual».



CUERPO

COCINAR FÍSICAMENTE

Cocinar es una cuestión eminentemente física puesto que, para llevarla a la práctica (ver pág. 135), empleamos el cuerpo: nos fiamos de nuestros sentidos e interactuamos con la realidad culinaria a través de los mismos, realizamos diferentes acciones con las manos, usando los brazos continuamente. Incluso, en algunas ocasiones, y en función de técnicas y herramientas empleadas, la única energía necesaria para cocinar es mecánica y proviene del propio cocinero, de su fortaleza física, sin necesidad de una fuente adicional de energía. Otras veces, esta energía mecánica es necesaria pero no suficiente, en función de las transformaciones que deseen llevarse a cabo.



MENTE

COCINAR MENTALMENTE

Cuando hablamos de cocinar mentalmente, hacemos alusión a todas y cada una de las ideas de las que parte un cocinero, a todo aquello en lo que piensa y que planifica en su mente antes de cocinar de manera práctica. Desde este punto de vista, cocinar hace alusión a la parte teórica (ver pág. 135) de la cocina, al conocimiento (o desconocimiento) que guía las ideas de un cocinero. Sería mental todo aquello que el cocinero «cocina» en su cabeza sin necesidad de ejecutar acciones, lo que idea, imagina, crea, etc., antes de llevarlo a la práctica, de elaborarlo. Nos referimos a los procesos cognitivos básicos y complejos, a la actitud, los valores, el carácter, el temperamento, la conducta...



ESPÍRITU

COCINAR ESPIRITUALMENTE

Partimos de la idea de incorporar a la cocina y al acto de cocinar una parte de ritual y de liturgia ligados al espíritu, que suma el duende del cocinero o su terruño, su tradición, o que puede venir dada por una determinada relación del ser humano con la naturaleza o por otras cuestiones que sean trascendentales en el plano espiritual del individuo. Cuando nos referimos a cocinar espiritualmente reconocemos que existe una aportación del cocinero, que responde a una voluntad que va más allá de la teoría y la práctica, que es personal y forma parte de su mundo interior, pudiendo estar ligado a creencias religiosas (ver pág. 376) o a cuestiones simbólicas, que, en ocasiones, se relacionan con el «más allá». Un buen ejemplo lo encontramos en México, donde las elaboraciones se convierten en ofrendas a los familiares fallecidos en el Día de los Muertos, con una intensa carga espiritual en ellas. Sin matices religiosos o basados en estas creencias, también podríamos pensar en la cocina que realiza una abuela para sus hijos y nietos, que tiene una esencia, una parte personal que supera lo mental y lo físico.

EL CUERPO HUMANO: UN SISTEMA DE SISTEMAS

El cuerpo humano es una estructura física que resulta en un sistema. Dentro del cuerpo, un conjunto de doce sistemas trabaja de forma independiente, pero interrelacionada, generando las condiciones necesarias para que el organismo funcione. Así como el correcto funcionamiento de todos los sistemas asegura la salud del ser humano, un fallo —patología, enfermedad— en cualquiera de ellos afecta al conjunto del sistema y a la salud general del individuo.

Los sistemas circulatorio, endocrino, esquelético, inmunitario, linfático, muscular, nervioso, reproductor, excretor, digestivo, respiratorio e integumentario responden a necesidades vitales distintas entre sí, e incluyen órganos y aparatos que cumplen funciones diferentes. Sin embargo, cada uno de ellos asegura a su vez el funcionamiento del resto de sistemas, generando un soporte conectado para la salud humana.



Cocinar la teoría mediante la práctica

En el caso de la cocina, puede observarse que teoría y práctica son dos caras de la misma moneda. Se puede cocinar sin demasiados conocimientos de base, teóricos, pero si se desea avanzar en la calidad del proceso y el resultado, es decir, en la práctica, será imprescindible que esta cuente con el respaldo del conocimiento teórico.

LA TEORÍA

En primer lugar, entendemos la teoría como el conjunto de hipótesis demostradas (y no refutadas) que indican procedimientos a seguir para obtener determinados resultados. Es decir, el conocimiento gracias al cual podemos obtener resultados óptimos (en productos, técnicas, herramientas, procedimientos, recetas...), que otros han testado previamente en la cocina y que se continúa ampliando y sumando cada día. La base de la cocina responde a un conocimiento sobre la misma, aunque sea básico o mínimo. Se trata de una acción que está guiada por decisiones que, si bien pudieron tomarse en el pasado sin conciencia de hacerlo o por pura casualidad, construyen, en su conjunto y con el paso del tiempo, una enorme cantidad de conocimiento acumulado que nos permite cocinar en más y mejores versiones.

A un determinado nivel, en la cocina profesional, se entiende que un candidato a un puesto de trabajo es alguien que controla la práctica, pero que, desde luego, tiene un respaldo de conocimiento teórico (productos, técnicas, herramientas, etc.) de su trabajo, que puede haber sido estudiado o adquirido como consecuencia de la experiencia. Aquí entraría en juego otra definición, si hacemos referencia al análisis exhaustivo que se realiza de algo, estudiando sus diversos componentes o partes de manera detallada, y que denominamos estudios teóricos que, de versar sobre la cocina, calificaríamos de culinarios.

LA PRÁCTICA

La práctica hace alusión a un conocimiento que enseña el modo de hacer algo, entendida también como el ejercicio de cualquier arte o facultad, conforme a sus reglas. Cocinar, como acción que el ser humano lleva a cabo a diario, es una cuestión eminentemente práctica. Pero, aunque realizar un proceso culinario es absolutamente práctico, siempre hay una parte (al menos una) que guía la teoría, tanto si creamos (absolutamente desde cero) como si reproducimos (hay conocimiento puesto que repetimos una teoría adquirida, aplicándola nosotros mismos). Pero, además, la práctica mejora el conocimiento teórico, pues lo pone a prueba y le toma la medida, lo vuelve empírico. Determinadas cuestiones pueden ser más o menos intuitivas, pero toda práctica llevada a la realidad de quien quiere evolucionar en la misma supone una búsqueda de la excelencia o, al menos, de la mejora.

“¿Es mejor cocinero en la práctica quien más teoría culinaria sabe?”

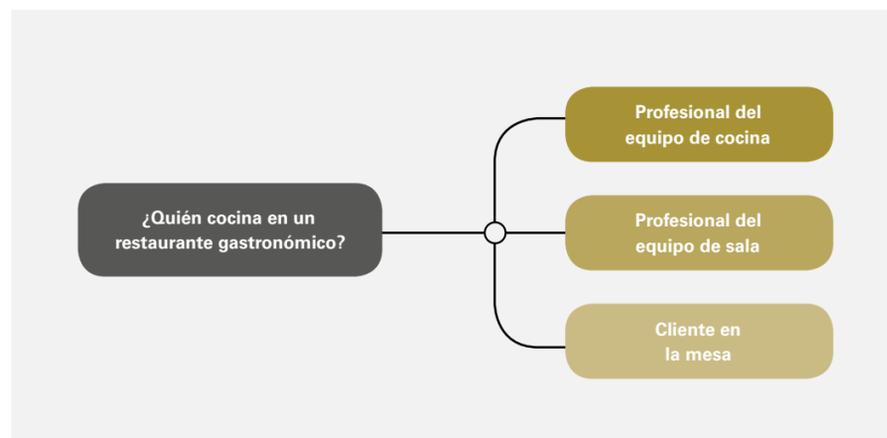
¿Es cocinero todo el que cocina? ¿Solo elabora el cocinero?

Parece obvio, ¿verdad? Da igual dónde nos encontremos, lo lógico es afirmar que quien cocina es un cocinero. Pero si tenemos en cuenta la definición más básica de la cocina, que guía y articula este libro, ¿no es cierto que cualquier actor que participe en un proceso culinario aplicando una técnica con una herramienta sobre un producto o elaboración intermedia estaría cocinando?

Partimos del hecho de que no todas las técnicas ni todas las herramientas pueden emplearse fuera del espacio cocina, ni en casa ni tampoco en un restaurante. Incluso, algunas no deberían ser utilizadas por actores no profesionales, es decir, por personas que carezcan del conocimiento y la experiencia necesarios para emplearlas.

Además, puede ocurrir que se comience a elaborar en la cocina (de casa o del restaurante) y se termine en la mesa o en el lugar en el que se vaya a llevar a cabo la degustación, si el proceso no ha terminado. Debemos recordar también que una elaboración que se degusta ha de ser previamente emplatada y puede suceder que se emplate fuera del espacio de la cocina. Estos son algunos ejemplos, tanto en casa como en el restaurante:

- ▶ Si una elaboración emplatada llega a la mesa y el comensal puede proceder a degustarla sin necesidad de ninguna acción adicional de transformación, la elaboración emplatada es la que se degusta.
- ▶ Si varias elaboraciones intermedias se presentan en una bandeja o un gueridón y son servidas en raciones individuales por un actor de servicio del restaurante o por el propio cocinero (u otro individuo) en casa, la persona encargada estará emplatando, trinchando, salseando... y, por tanto, habrá participado del proceso de elaboración, ya que, recordemos, ¡combinar es también cocinar! (ver pág. 89).
- ▶ Si, una vez en la mesa, el comensal aplica alguna técnica o emplea alguna herramienta de elaboración sobre la elaboración emplatada, esta se convierte en intermedia, puesto que le faltaba todavía alguna fase en su proceso de elaboración. En este caso, el comensal también ha cocinado.



ENTONCES, ¿QUIÉN COCINA EN CASA?

En principio, quien cocina en casa es un miembro de la familia encargado de esta tarea cotidiana, que puede realizarse individualmente o en grupo, pero también puede cocinar una persona para sí mismo o para los demás. Hablamos de cocineros amateurs, que pueden cocinar para la alimentación o el hedonismo, comida o bebida, dulce o salado. No hay un límite de edad para cocinar, por lo que cualquier persona, incluidos los niños, puede colaborar.

Si el cocinero (persona encargada de cocinar en casa) prepara elaboraciones (comidas o bebidas) que salen emplatadas individualmente o que emplata él mismo en la mesa, nadie más habrá participado del proceso de elaboración. Sin embargo, si las elaboraciones se sirven en bandejas de las que cada comensal emplata la cantidad que desea, combinándolas a su gusto, este estará participando en la elaboración. También cocinará el comensal siempre que a la mesa lleguen elaboraciones intermedias o productos elaborados que, para ser consumidos, requieran técnicas de elaboración que deben aplicarse en la mesa y no antes, por ejemplo, en el caso de una *raclette*, en la que cada comensal decide qué quiere y cómo quiere cocinarlo. También sucede así cuando combina elaboraciones intermedias, decide un tipo de corte, etc.

¿QUIÉN COCINA EN UN RESTAURANTE?

En relación con otros actores, el caso de un restaurante es más complejo, puesto que, potencialmente, son más los profesionales que pueden participar en el proceso de elaboración. Pero ¿quién puede cocinar en un restaurante además del cocinero?

En el restaurante, el actor encargado de cocinar, en primer término, y el que lo hace con más frecuencia, es el cocinero profesional, que cocina tanto cuando crea como cuando reproduce elaboraciones. Puede hacerlo en la cocina, pero también puede salir a la sala y terminar una elaboración ante los clientes que van a degustarla. Los actores del servicio pueden cocinar si una elaboración requiere ser realizada o terminada ante los clientes, en la sala. En este caso, cocinan el *maitre*, el camarero responsable para la ocasión o incluso especialistas como el sumiller o el coctelero. Puede tratarse de finalizar la elaboración, por ejemplo, volcando una salsa sobre una pasta ya emplatada, o de realizar de principio a fin la elaboración, por ejemplo, si se prepara un *steak tartar*.

Pero también puede ser el cliente quien cocine, si realiza él mismo una elaboración, si la termina o si toma decisiones sobre la forma en que se cocinará aquello que va a consumir. Ocurre así cuando adereza una elaboración, le añade una salsa o cambia el orden en su composición, haciendo una combinación a su gusto o finalizando el resultado siguiendo las indicaciones del cocinero, o cuando indica que quiere un punto de cocción concreto para una elaboración. También cocina cuando emplea una técnica y una herramienta para modificar un producto, por ejemplo, si usa una *fondue* o un *shabu shabu*, o cuando decide el punto de cocción de una carne, un pescado, una verdura, etc., por encontrarse él mismo empleando la herramienta con la que se aplica tal técnica. El cliente decide a qué tipo de restaurante acude y, por tanto, puede saber de antemano si tendrá que cocinar en el mismo (por ejemplo, en un restaurante de *raclette*).

ÁMBITO PÚBLICO: COCINA EL CLIENTE EN LA MESA



ÁMBITO PÚBLICO: COCINA UN PROFESIONAL DEL EQUIPO DE SALA



ÁMBITO PÚBLICO: COCINA UN PROFESIONAL DEL EQUIPO DE COCINA



El cocinero profesional: cocinar como opción laboral

Si nos imaginamos a un cocinero profesional en la actualidad, estamos pensando en un chef y, por debajo de él en la jerarquía de una cocina profesional, en un subchef de cocina o cualquiera de los cocineros que trabajan en la cocina de un restaurante o de otro local de la restauración para ofrecer comida y/o bebida a los clientes de un negocio. Pero lo cierto es que hay muchos más cocineros que los mencionados, tanto en la industria alimentaria como en las cocinas de las colectividades, que lo son también de forma profesional y que prestan sus servicios en el ámbito público.

Sin embargo, como trataremos con detenimiento más adelante, la cocina profesional no tiene su origen en este ámbito ni sus protagonistas, los cocineros, se profesionalizaron con el objetivo de hacer una oferta a un conjunto de clientes. La realidad es que la alta cocina del ámbito público tal y como hoy la conocemos tiene un origen bastante reciente (poco más de doscientos años), si la comparamos con la cocina profesional del ámbito privado, que existe desde el comienzo de la historia. Planteamos ahora una evolución de la acción de cocinar, que pasa a adquirir un peso específico a medida que se repite y se convierte en una actividad dentro de un grupo organizado, evolucionando de acuerdo con el contexto en el que se da, hasta ser también un oficio, que va adquiriendo más posibilidades y matices e incorporando conocimiento teórico de forma progresiva hasta erigirse en profesión.

COCINAR COMO ACCIÓN

ACCIÓN

RAE

1. f. Ejercicio de la posibilidad de hacer.
2. f. Resultado de hacer.

Cocinar fue, en origen, una acción llevada a cabo por los homínidos del Paleolítico, cuyo objetivo era mejorar la alimentación, es decir, cubrir más y mejor las necesidades nutricionales del individuo. Cocinar era entonces la suma de acciones que tenían un resultado que podía comerse y/o beberse para nutrir el cuerpo, pero no admitía otras interpretaciones.

COCINAR COMO ACTIVIDAD

ACTIVIDAD

RAE

4. f. Conjunto de operaciones o tareas propias de una persona o entidad.

Podemos considerar que cocinar se convierte en una actividad en el Neolítico, cuando esta acción pasa a ser llevada a cabo por determinadas personas en el marco de ordenación de la sociedad que surgió con el sedentarismo. La cocina es entonces una actividad con unos responsables determinados, doméstica y de ámbito privado, sin pretensión de lucro ni de beneficio económico.

COCINAR COMO OFICIO Y COMO PROFESIÓN

OFICIO

RAE

1. m. Ocupación habitual.
3. m. Profesión de algún arte mecánica.

WORDREFERENCE

2. Trabajo físico o manual para el que no se requieren estudios teóricos.

PROFESIÓN

RAE

2. f. Empleo, facultad u oficio que alguien ejerce y por el que percibe una retribución.

Una de las definiciones de oficio hace referencia a la ocupación habitual de una persona que realiza un trabajo físico o manual que, en principio, no exige tener unos estudios teóricos para ejecutarlo. En este caso, en la cocina sí podemos hablar de un oficio puesto que quienes se encargaron de aquella actividad durante el Neolítico y a medida que la prehistoria llegaba a su fin comenzaron a cocinar con el objetivo de obtener una forma de sustento, no solo una responsabilidad concreta y no remunerada, dado el valor de las elaboraciones que realizaban.

Al finalizar el periodo Neolítico y durante los primeros siglos de la recién inaugurada historia las sociedades, desarrollaron estratos de población con diferentes recursos, lo que generó diferencias de clase en función del poder adquisitivo. Este hecho se materializó en una jerarquización de la sociedad, cuyas diferencias de clase siempre han tenido reflejo en la cocina, en las elaboraciones que cada uno puede permitirse comer y beber. Si bien una gran parte de la pirámide poblacional cocinaba para subsistir y comía para alimentarse, las élites conocieron la buena alimentación y entendieron, además, la degustación de elaboraciones como deleite. Es decir, pudieron permitirse comer sin hambre y beber sin sed, pensar más allá de la necesidad, y se procuraron cocineros que trabajaran a su gusto y servicio, a los que delegaron las cocinas de sus domicilios, en el ámbito privado.

Observamos así que hay quienes hacen del oficio de cocinar su trabajo porque encuentran una demanda del mismo, para el que no necesitan estudios teóricos si saben desarrollar la práctica, que aprenden de una manera intuitiva, observando y prestando atención a lo que hacen sus referentes o antecesores. Es una cuestión de clase lo que lleva a que exista un requerimiento de personal que se encargue de la cocina del ámbito doméstico (y, como veremos más adelante, también de su servicio, página 337).

En este contexto, la cocina aumenta su grado de profesionalidad progresivamente, a medida que suma conocimientos específicos y permite, además, que aparezcan la cocina y los cocineros especializados (en una elaboración, un producto elaborado, un mundo dulce o salado, el empleo de una herramienta concreta o la aplicación de determinada técnica). De hecho, la especialización en cocina se consolida con los profesionales (especialistas en asados, salsas, pasteles...) que desarrollaron su trabajo para las élites en las cocinas de sus casas y palacios. Además del conocimiento teórico que se va sumando a la cocina progresivamente, a lo largo de la historia, la profesionalización de la cocina también reside en el hecho de percibir una retribución a cambio del trabajo desarrollado, que, desde la perspectiva actual puede

parecernos obvia, pero que, en el inicio de la cocina como oficio, como ocupación, esta no siempre fue un sueldo, e incluso se emplearon esclavos y/o siervos como trabajadores en las cocinas de las residencias de las élites en las primeras civilizaciones.

Históricamente, la demanda de la figura del cocinero profesional en el ámbito privado fue la que hizo de cocinar una actividad laboral. Es cierto que existía entonces el ámbito público, pero no la restauración gastronómica dentro del mismo ni los precios fijos ni las cartas o los menús. Los cocineros de posadas, mesones, tabernas o mercados (lo que hoy llamaríamos *street food*), realizaban elaboraciones de cocina popular y se ganaban la vida con ello, por lo que podríamos considerar que la cocina para ellos fue un oficio, pero todavía no podía considerarse una actividad totalmente profesionalizada, pues no existía un conocimiento específico ni un desarrollo de la comida y la bebida más allá de la alimentación.

No fue hasta el final del siglo XVIII cuando los profesionales que habían creado y reproducido elaboraciones para los más pudientes trasladaron todo su trabajo y conocimiento al ámbito público, inaugurando la restauración gastronómica como sector en el que aparecerían los primeros restaurantes. Por primera vez en la historia, el cocinero, chef o jefe de cocina, tal y como hoy los conocemos, realizaron una oferta al conjunto de sus clientes accesible por un precio fijo y con poder de decisión sobre lo que querían degustar.

En la actualidad, en el marco de la cocina profesional, surge un debate en base a la descontextualización de la denominación «cocinero» para hacer referencia a todos los especialistas. Lo cierto es que el ideario colectivo y el uso general del lenguaje no les trata de «cocineros» sino que poseen denominaciones propias en función de la especialidad que realizan en cocina. Así, se denomina de una manera determinada a cada uno de ellos, por ejemplo, «panaderos», «cocteleros» o «chocolateros».

Nos encontramos con una situación muy similar en el caso de los cocineros que trabajan en la industria alimentaria, para quienes el término «cocinero profesional» también presenta particularidades, puesto que de nuevo entramos en un debate. ¿Son cocineros quienes solo se dedican a ensamblar productos elaborados en una línea de producción? ¿O tendríamos que hablar de ensambladores? De acuerdo con la definición de cocinar y el hecho de que ensamblar es también una forma de producir, serían cocineros por la actividad que llevan a cabo, pero no hay una denominación concreta como profesionales, como sí ocurre con los especialistas. Serían los tecnólogos de alimentos, los cocineros implicados en el proceso y el responsable, que equivaldría al chef de la industria alimentaria.

Dentro de la profesión de cocinero, existen generalistas y especialistas. Todos cocinan, pero no se dedican al mismo tipo de elaboraciones, es decir, no todos cocinan lo mismo.

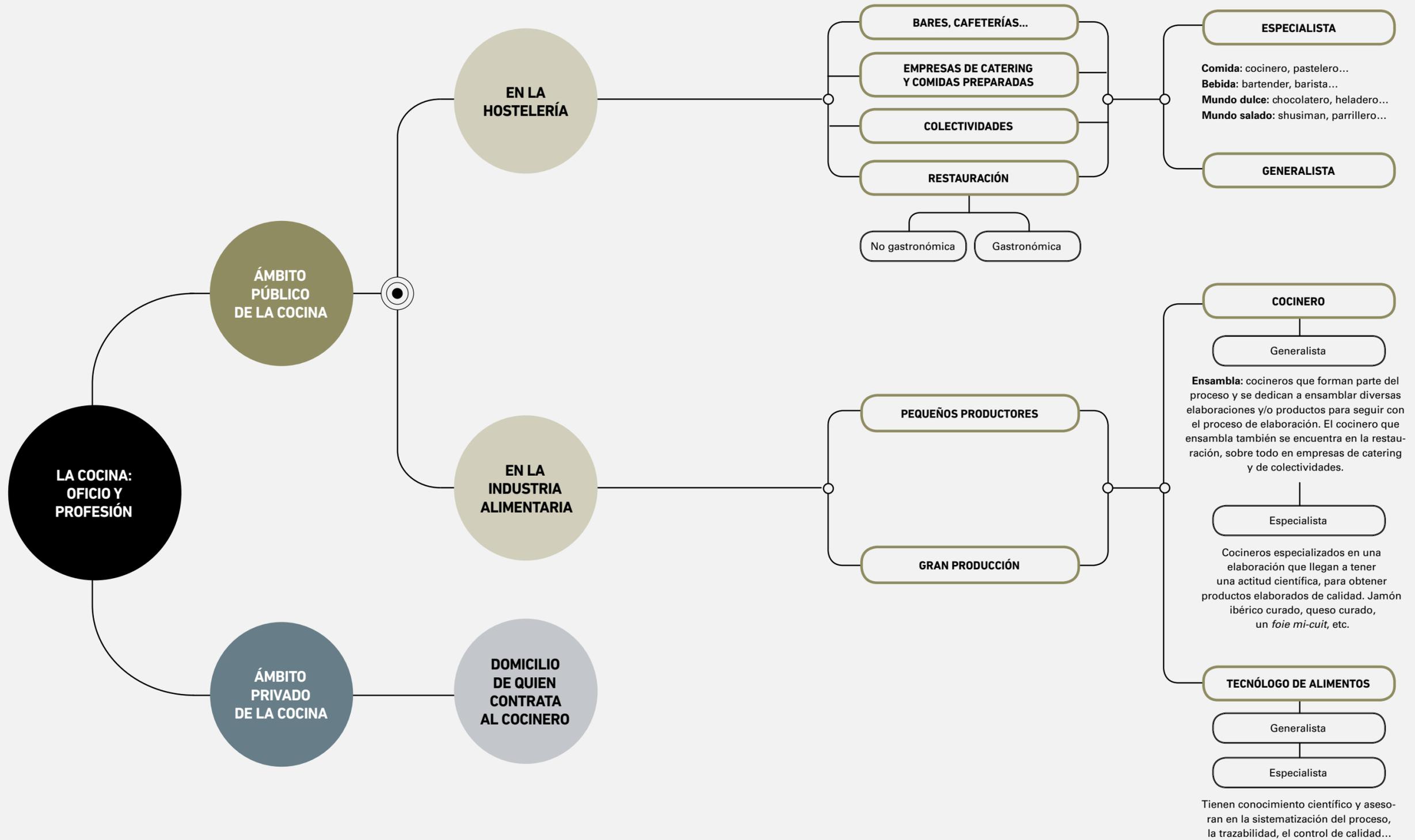
“ La diferencia entre oficio y profesión reside en la ausencia o presencia de estudios teóricos necesarios ”



CULTURA PROFESIONAL

La cultura profesional que va ligada a la de un cocinero pasa por los condicionantes que él mismo posea como ser humano y, en función de los cuales, realiza procesos y operaciones cognitivas, llevando a cabo acciones. Se basa en sus instintos y capacidades, que incluyen sus habilidades, competencias, aptitudes y facultades como profesional, pero también las actitudes y valores que mueven sus decisiones. En este contexto, el cocinero encuentra que sus emociones y sentimientos, así como su carácter y temperamento, pueden ser condicionantes de su cultura profesional, dentro de la que también se incluyen sus conocimientos y experiencias, su filosofía, su cultura general y su capacidad para el aprendizaje que, junto a sus hábitos y costumbres individuales, forjarán su conducta definitiva como profesional.

EL COCINERO PROFESIONAL



La capacidad sensorial, la llave maestra para cocinar

Un cocinero profesional tiene instintos, capacidades, actitudes, emociones y sentimientos, valores, un carácter y temperamento, un nivel de conocimiento determinado, una filosofía, una cultura y una conducta. En base a la combinación de todos estos factores, a cómo se interrelacionen y sean priorizados por la persona que cocina, esta construirá una carrera basada —en mayor o menor medida— en el aprendizaje, entendido como aquello que es capaz de llegar a desarrollar culinariamente.

Dentro de las capacidades que posee un cocinero profesional, hay una que es imprescindible, bien entendida como talento innato del individuo, bien como algo que puede adquirirse, entrenarse. En cualquier caso, esta capacidad sensorial implica que el cocinero, mientras cocina (e incluso, en algunos casos, antes de hacerlo), es capaz de anticiparse a todo lo que va a sentir y percibir el comensal o cliente que deguste las elaboraciones, pues lo ha experimentado previamente o es capaz de imaginarlo (para lo que hay que tener mucha experiencia).

La belleza, los colores, las formas, las texturas, las temperaturas, los gustos básicos, las sensaciones trigeminales, etc., de las elaboraciones que se degustan se perciben gracias a los sentidos y el cocinero puede crear o reproducir elaboraciones con ánimo de tener un impacto concreto en los sentidos de quien deguste, jugando con su capacidad de sensorialidad.

¿QUÉ ES LA SENSORIALIDAD?

El ser humano recibe estímulos del medio en el que habita y que le rodea, de manera constante. De ellos selecciona y extrae información que le permite generar respuestas. Este registro y reconocimiento de la realidad física se produce a través de sensaciones y estímulos externos percibidos por los sentidos (gusto, oído, tacto, olfato y vista). En la mayor parte de las ocasiones, los sentidos trabajan de manera combinada, por ejemplo, si vemos un alimento y lo olemos a la vez o si escuchamos crujir una elaboración en nuestra boca mientras degustamos su sabor.

Se trata de un proceso que se inicia al sentir el estímulo (visual, auditivo, gustativo o el que corresponda) y continúa con el procesamiento de la información que dicho estímulo aporta, en nuestro cerebro. Se reacciona al estímulo extrayendo información que, tras ser seleccionada, el cerebro interpreta para permitirnos terminar el proceso generando una respuesta. En este libro, de cara a explicar la cocina, consideramos la capacidad sensorial como imprescindible para el cocinero, amateur o profesional, y especialmente importante en el caso del segundo.



PSICOLOGÍA

Como ciencia que explica la conducta y los procesos mentales de los individuos basándose en el estudio de sensaciones y percepciones para analizar el comportamiento del ser humano, sería interesante conocer qué precisiones puede sumar la psicología al hecho culinario.

Como hemos indicado, la sensorialidad es fundamental no solo para la persona que come y bebe, también para quien cocina. De la percepción que el ser humano lleva a cabo a través de sus sentidos se desprenden decisiones en el proceso de creación y reproducción de elaboraciones. Además, el conocimiento que nos aportaría esta ciencia sería de mucha ayuda para tratar la cuestión de la experiencia de comer y beber, planteada desde este enfoque sensorial.

¿QUÉ SIGNIFICA TENER TALENTO SENSORIAL PARA UN COCINERO?

Si hablamos de percepción, nos estamos refiriendo a algo innato, a una capacidad que como seres humanos todos poseemos. Sin embargo, puede darse una actitud y una disposición a percibir, a ser más consciente de los estímulos, a agudizar los sentidos. Hay quien posee una capacidad sensorial más desarrollada en base a un aprendizaje continuo, a prestar especial atención a aquello que puede interpretar y entender a través de los sentidos. Es un tipo de aprendizaje que está eminentemente basado en la experiencia, en lo empírico, en lo experimentado y en las respuestas generadas por ello. Este hecho nos indica que se pueden «entrenar los sentidos», si existe una predisposición a comprender el efecto que cada estímulo tiene en nosotros.

“El paladar mental o la capacidad de visualizar mentalmente el resultado de cocinar sin haber cocinado”

A efectos de la cocina, un cocinero que tenga una destreza adquirida o innata para interpretar estímulos tendrá la capacidad de anticiparse a lo que puede hacer sentir y percibir al cliente o comensal. Es decir, puede jugar con lo que este va a sentir o percibir o hacerle sentir un estímulo determinado para obtener una percepción concreta.

La degustación es una sucesión de sensaciones y percepciones, de *inputs* que llegan con cada bocado, cada olor, cada elaboración que se presenta a una mesa y *outputs*, respuestas en nuestro cerebro que se generan de forma inmediata, que hacen que esto nos agrade o aquello nos disguste. Sin embargo, aunque pusiéramos la misma elaboración emplata por el mismo cocinero ante dos comensales o clientes que se encuentran en la misma mesa y estos percibieran de ella las mismas sensaciones, es posible que generasen respuestas distintas, pues estamos

ante una cuestión subjetiva, dado que cada individuo reacciona a los estímulos de un modo particular: cuestiones no físicas, que no se encuentran en el plato que contiene la elaboración ni en esta en sí misma, que afectan a la percepción individual. La cultura, el conocimiento, la educación, la experiencia o las creencias de quien deguste incidirán en la percepción de lo degustado, pero también las emociones serán fundamentales, la pasión, el cariño... que pueden manipular o afectar nuestra capacidad sensorial.

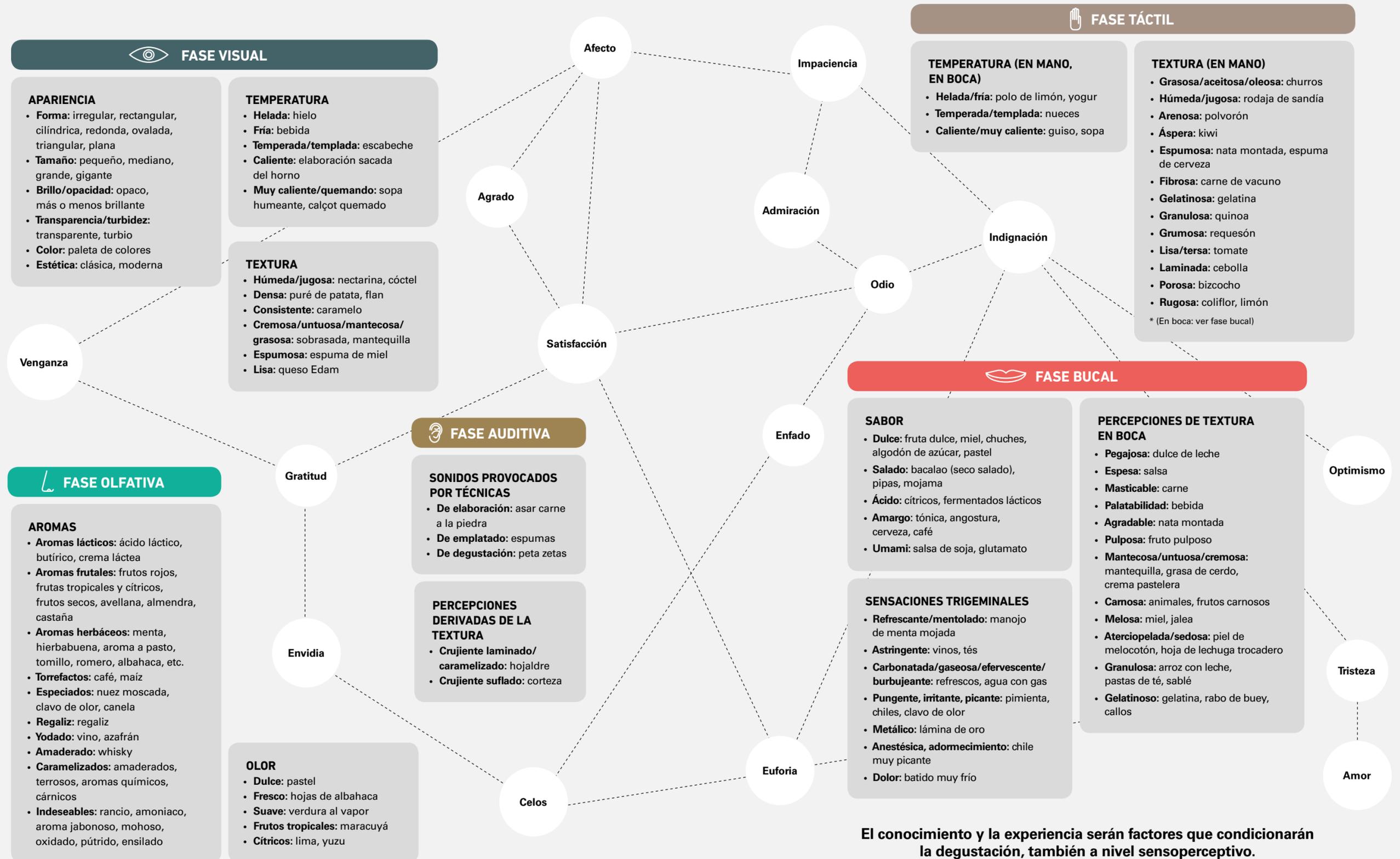
Imaginemos ahora que se ofrece la misma elaboración emplata por el mismo cocinero a dos comensales o clientes que no se encuentran en el mismo lugar. Observamos que hay otras cuestiones, ajenas al individuo y que, en ocasiones, no dependen del mismo, que rodean la situación en el momento de recibir un estímulo y que pueden alterar e interferir en la respuesta que se da a este, como el nivel de luz, de ruido, de temperatura, etc.

Hablamos de paladar mental como concepto que hace referencia a la capacidad del cocinero para imaginar, visualizar mentalmente el resultado de cocinar sin haber cocinado. Solo los cocineros con mucha experiencia y un talento especial para percibir sensorialmente llegan a desarrollar un paladar mental. En este caso, no está reñido con la condición de que el cocinero sea profesional, pues hay excelentes cocineros amateurs que, por la experiencia acumulada a lo largo de su vida culinaria, pueden llegar a desarrollar este paladar mental. De hecho, el propio cliente puede poseer esta capacidad mental, que en función de su conocimiento y experiencia puede permitirle «leer» un plato antes de degustarlo, solo por la vista.

“Podemos cocinar reproduciendo una receta sin talento sensorial, pero será más difícil crearla sin este”

SENSACIONES Y PERCEPCIONES AL DEGUSTAR

La suma de las fases genera reacciones psicológicas
EMOCIONES Y SENTIMIENTOS



El conocimiento y la experiencia serán factores que condicionarán la degustación, también a nivel sensorial.

¿Quién ha cocinado todo lo que adquirimos ya elaborado?

La evolución y el crecimiento de la industria alimentaria ha generado muchas consecuencias en las formas de elaboración y consumo de comida y bebida, pero, sobre todo, ha suscitado un debate que en los últimos años recrudece su argumento: «lo industrial es peor», «lo casero es lo saludable», lo bueno, lo que se debe procurar cocinar.

En primer lugar, sobre esta controversia encontramos una nube de falacias sobre la calidad, que presupone que «lo industrial» tiene, por el hecho de serlo, de estar producido, menos calidad que lo elaborado de forma artesanal. Esta línea de opinión se vuelve, en muchas ocasiones, en contra del consumo de productos elaborados producidos por la industria. Sin embargo, generalizar y asumir que todo lo producido es de menor calidad o menos saludable que lo elaborado es prescindir de una enorme parcela de la realidad. Lo cierto es que, como ocurre con el producto no elaborado, en el producto elaborado e industrial hay un abanico muy amplio de calidades, así como de precios. El mejor vino o champán del mundo son el resultado de procesos de producción industriales y, por su calidad y precio, nadie los rechazaría por considerarlos no artesanales. Entre otros muchos avances, la evolución de la tecnología y la ciencia aplicada a este sector ha llevado a que se logren resultados de altísima calidad. Además, la industria ha incrementado las posibilidades de conservación, que mejoran y aumentan gracias a las técnicas que se desarrollan en la industria, ya que a nivel artesanal no se ha innovado en la conservación desde hace siglos.

A esta concepción de la industria se suma la falsa idea de «lo casero», cuando, incluso si se cocina en casa o en el restaurante, se emplean productos elaborados. Se da, en ocasiones con frecuencia, cierto populismo que defiende el adjetivo «casero» como más saludable, de mayor calidad, etc. Puede ser así lo mismo que puede no serlo. Esta idea de «falsificar» el proceso culinario si se utilizan productos elaborados es, en realidad, necesaria, pues son muchos los que se emplean en la cocina casera, que no podría realizarse sin la infraestructura de la industria que los produce. En un caso ideal «todo podría elaborarse artesanalmente», pero lo cierto es que, en muchas ocasiones, determinados resultados (productos elaborados) requieren un conocimiento científico que el cocinero no posee, la aplicación de técnicas que exigen herramientas que no se encuentran en las cocinas «artesanales» (ni en casa ni en el restaurante) y tiempos tan dilatados (de maduración, fermentación, secado...) que si se ha de esperar a que el jamón de calidad se cure para poder consumirlo, tendremos que hacerlo durante meses (no menos de veinte).

Explicado esto, sería más lógico hablar de cómo el empleo de productos elaborados aligera tiempos y procesos en las cocinas, tanto amateurs como profesionales, de su capacidad para reducir el nivel de elaboración tanto en casa como en el restaurante. Estaríamos hablando aquí de la harina y el aceite, los sofritos, caldos, salsas preparadas, la pasta, las conservas de cualquier tipo, etc. Esta cuestión referida a «ensamblar» productos elaborados para crear elaboraciones (por ejemplo, un bocadillo de ventresca con pimientos del piquillo asados, en la que todos los productos son elaborados por la industria, cocinados por otros cocineros) nos remite, una vez más en este libro, a la idea de que cocinar supone emplear productos, técnicas y herramientas. Es decir, incluso si un cocinero (amateur o profesional) decidiera emplear solo productos elaborados en su proceso de elaboración, estaría cocinando.

Inevitablemente, hablar de productos elaborados supone hacer una alusión a las formas de consumo. Las sociedades que consumen más productos elaborados son aquellas que, en términos generales, son más urbanitas y tiene una capacidad económica mayor, en las que

muchas veces el cocinero amateur recurre al producto elaborado como un recurso para ahorrar tiempo. Incluso hay productos elaborados de corta conservación que se degustan como elaboraciones, sin modificarlos en ningún sentido después de haberlos adquirido. Quedaría aquí explicada la idea de que otros han cocinado por nosotros, otros que tomaron el producto no elaborado y, a través del empleo de técnicas y herramientas, lo transformaron en el marco de un proceso de producción industrial (en lugar de uno de elaboración artesanal) para envasarlo, conservado adecuadamente, listo para su empleo y/o consumo.

Entonces, ¿debemos asumir que las transformaciones en las formas de cocinar y comer han sido una constante desde que dejamos de cazar y recolectar para domesticar especies y volvernos sedentarios? Parece que, desde que en el Neolítico comenzó el intercambio de productos elaborados, hemos cocinado empleándolos, por lo que la «falsificación» del proceso culinario vendría de lejos, en términos de uso de los mismos para acortar la elaboración.

“ Si cocinamos en casa una pasta con salsa de tomate y queso, todos ellos productos elaborados procedentes de la industria, que otros cocinaron por nosotros, ¿el proceso sigue siendo artesanal? ”



LOS PROCESADOS Y ULTRAPROCESADOS

En el diccionario de la RAE, procesar responde a «Someter a un proceso de transformación física, química o biológica», por lo que podríamos afirmar que todo lo cocinado ha sido procesado, pues ha pasado por un proceso de transformación para elaborarse, en la medida y versión que sea. Más allá de esta acepción, el término «procesado» se emplea para hacer alusión a aquellos productos que se han elaborado en la industria, aunque no tendría que ser así, exclusivamente. Sucede un poco como con el concepto de «natural». En ambos casos, los términos adoptan matices por el uso que se hace de ellos. En el caso de los procesados, en los últimos tiempos implica cierto tono peyorativo en el campo de la nutrición, que va en aumento si el concepto empleado es «ultraprocesado».

En términos culinarios, que un alimento esté procesado indica que proviene de la industria, pero también existen rangos de calidad dentro de la producción industrial, por lo que la asociación con algo negativo en todas sus formas dejaría fuera gran parte de la realidad. Los ultraprocesados son productos que resultan de emplear técnicas como la hidrogenación, la hidrólisis de las proteínas, la refinación y extrusión de harinas o cereales, por ejemplo. También hay rangos de calidad en los ultraprocesados, pero en este caso su consumo reiterado se asocia a problemas de salud, especialmente a la obesidad por la carencia de valor nutricional y la presencia de grasas saturadas o azúcares refinados, entre otros.

Cuando quien come también cocina, ¿podemos hablar de un comensal cocinero?

Tal y como anticipamos en el capítulo referido a quién cocina (en el que nos preguntamos si es cocinero todo el que cocina y si solo cocina el cocinero, página 136), puede observarse que, con el objetivo de degustar elaboraciones, puede suceder que el comensal tenga que cocinar y, por tanto, participe del proceso de reproducción antes de dar comienzo a su propio proceso de degustación. Volveremos a hablar sobre ambos procesos más adelante (ver pág. 176), pero es fundamental, en este momento, que comprendamos la diferencia entre ambos. En el caso del primero, cuando se reproducen las acciones que se llevan a cabo, estamos preparando, elaborando y emplatando elaboraciones, es decir, cocinando. En el proceso de degustación, las acciones principales son comer y beber, que hacen posible ingerir y degustar las elaboraciones que se presentan emplatadas o encopadas.

Cuando el comensal toma parte en el proceso de reproducción, en función del momento o momen-

tos del mismo en los que lleve a cabo acciones, puede casi fundirse, difuminarse el límite que lo separa del proceso de degustación.

Si participa del proceso de reproducción... ¡también el comensal cocina! En el marco de un proceso de reproducción de elaboraciones, hay fases que un comensal nunca llevará a cabo porque, cuando quien come cocina, se encuentra ya en el espacio en el que va a degustar, en un salón, en el propio espacio de la cocina (en una mesa o una barra dispuesta con ese objetivo), en un comedor, una terraza o un jardín. Es decir, hay técnicas y herramientas que se emplean en determinadas fases del proceso de reproducción y que no son trasladables al espacio de degustación.

Cuando la persona que va a degustar cocina es porque está interviniendo en el proceso de reproducción, en diferentes formas e implicándose en distintas fases posibles, a través de alguna de las acciones siguientes.

1. El comensal participa del proceso de reproducción cuando toma decisiones que afectan al mismo antes de que este comience.

- ▶ Cuando decide sobre un punto de cocción antes de que la elaboración se prepare, solicitando ese en concreto y no otro, puesto que su decisión tiene un impacto directo sobre el resultado final. Por ejemplo, si en una tortilla de patata el huevo va casi sin cuajar y el comensal decide que esa tortilla ha de cuajarse más. En este caso, al tomar una decisión sobre un punto de cocción en concreto, el comensal estará cocinando (o haciendo que otro cocine) la tortilla de un modo determinado. Ocurre lo mismo en el caso de un chuletón de buey para el que se elige un punto de cocción de la carne, que será determinante a nivel de degustación, pues hará que el resultado sea más o menos tierno.
- ▶ Cuando decide sobre la composición de la propia elaboración.
 - Si el comensal tiene algún tipo de alergia, intolerancia o convicción ética o moral que le lleva a indicar productos que no puede consumir. Una ensalada a la que se le quitan los frutos

secos por una intolerancia o un producto animal que un vegano no consumiría.

- Si pide que se retire algún producto de la misma por una decisión de apetencia o gusto, cuando hay algún componente que prefiere no tomar. La propia tortilla de patata, que puede pedirse con o sin cebolla.
- Si la elaboración se hace al gusto, partiendo de una base para la que se seleccionan un conjunto de productos a voluntad. En el caso de elaboraciones como las pizzas, en las que quien come puede decidir qué ingredientes se incluirán en ella o los zumos de frutas que se licúan mezclando productos al gusto.

Es fundamental señalar que estas decisiones, relativas tanto a un punto de cocción concreto como a su combinación, pueden darse tanto en el ámbito privado (cuando se puede decidir en casa) como en el público (si el restaurante plantea esa opción), pero son poco frecuentes en los restaurantes gastronómicos en los que la oferta se estructura en un menú degustación, sobre el que el margen de decisión y cambio es mínimo o nulo.

2. El comensal cocina en la mesa cuando combina elaboraciones intermedias o emplea herramientas para aplicar técnicas sobre estas que hacen posible su degustación.

- Si la elaboración o elaboraciones se sirven a la mesa y es el comensal quien las combina a su antojo, decidiendo qué mezcla con qué, en qué proporción, etc. Un *sashimi* que se sumerge en salsa de soja es un ejemplo de combinación entre elaboraciones, pues quien come decide ponerle salsa en la cantidad que considera oportuno.
- Si es necesario que aplique técnicas de manipulación para poder degustar la elaboración. Tras servirse una elaboración de marisco cocido en la mesa, que, para ser degustado, requiere el empleo de pinzas para romper sus cáscaras, abriéndolas para hacer posible que el producto sea degustado.
- Si es necesario que aplique técnicas de cocción a las diversas elaboraciones que se presentan en la mesa, pues son necesarias para poder degustarlas. Es el caso de una piedra caliente que se sitúa en el centro de una mesa y, sobre ella, se asan carnes y vegetales, o de un *shabu shabu*, versión de *fondue* japonesa en la que quien come cuece los productos o elaboraciones a su gusto. También se incluye el caso de la bebida, cuando se presenta a la mesa una tetera con agua hirviendo y una caja con una selección de té y es el comensal quien selecciona, realiza la infusión y decide edulcorar o no (y en qué medida).

3. Cuando el comensal cocina emplatando, uniendo elaboraciones intermedias y convirtiéndolas en una única elaboración que se degusta.

- Si la elaboración llega al lugar (mesa, barra) en el que va a ser degustada en una herramienta de traslado colectiva (bandeja). El comensal realiza la composición final de la misma al unir las elaboraciones intermedias que la componen en una misma herramienta de emplatado individual. Una bandeja con *rosbif* cortado, con la *demi-glace* presentada en salsera y otra bandeja con vegetales cocidos.
- Otra opción es que la elaboración esté lista para degustar cuando llega a la mesa, pero que el comensal cocine, si cree oportuno aliñarla, sazonarla, etc. Una ensalada preparada, ya aliñada y sazonada, a la que el comensal decide añadir más sal, más vinagre o más aceite.

4. Cuando el comensal degusta, también cocina, pues continúa tomando decisiones que afectan a la elaboración que se degusta.

Podemos señalar que el comensal decide cómo degusta la elaboración que se le sirve. En función de su tamaño, puede comerla de un bocado o varios y, en ocasiones, esta decisión tiene consecuencias sobre la experiencia de degustarla, pues pudo haber sido pensada para tomar de un solo bocado, que concentra un conjunto de sabores, o de varios, para descubrirlos en tiempos.

En el caso de un bombón, no tiene nada que ver paladear todo su sabor de un bocado con hacerlo en varios.

“ El cocinero profesional, cuando acude a un restaurante gastronómico como cliente, ¡también cocina! ”

EL GRAN BOB NOTO COCINANDO EN LA MESA



COCINAR CON TÉCNICA, COCINAR CON MÉTODO Y COCINAR CON TECNOLOGÍA

Presentamos ahora tres conceptos que no son exclusivos del ámbito de la cocina, pero que, aplicados a ella, cobran un sentido específico y forman parte de la respuesta a «¿Qué es cocinar?» y, por tanto, pueden acompañarse del calificativo «culinarios», como veremos a continuación.

LA TÉCNICA CULINARIA

Técnica, RAE

5. f. Conjunto de procedimientos y recursos de que se sirve una ciencia o un arte.

Partiendo de la acepción de técnica como conjunto de procedimientos y recursos de los que se sirve una disciplina, en términos culinarios, estaríamos haciendo referencia a la técnica de una preelaboración o elaboración que tiene como resultado una elaboración intermedia o que se degusta. La técnica culinaria de cada elaboración define el proceso y los recursos necesarios para realizarla. Todas las elaboraciones tienen una técnica propia («la técnica de la paella», «la técnica de la mermelada de fresa», «la técnica del hojaldre»...) que implica el empleo de determinados recursos (productos y herramientas), un conocimiento específico y la suma de técnicas intermedias de preelaboración y elaboración necesarias para obtener el resultado final.

También se puede emplear el término «técnica» partiendo de la sexta acepción recogida por la RAE, que la define como la «pericia o habilidad para usar una técnica». Haríamos alusión entonces a la habilidad del cocinero para ejecutar técnicas culinarias, a su nivel técnico en la cocina.

EL MÉTODO CULINARIO

Método, RAE

1. m. Modo de decir o hacer con orden.
2. m. Modo de obrar o proceder, hábito o costumbre que cada uno tiene y observa.

Un método conceptualiza una determinada manera de hacer, que se repite de un modo particular y sigue un orden concreto en sus pasos. Hablaríamos de un método culinario si una técnica culinaria se realizara siguiendo siempre el mismo orden, en el mismo lugar, con los mismos recursos y de forma rigurosa. Así como existe una técnica culinaria de la mermelada de fresa, podría haber un método culinario de la mermelada de fresa si cada vez que el cocinero la reproduce lo hace siempre de forma exacta en cuanto a procedimiento, espacio y recursos.

En términos generales, en la restauración gastronómica no es común la presencia de un método culinario, con una exactitud invariable. Es más habitual en la especialidad del mundo dulce y, en concreto, en pastelería, que es muy metódica. También es frecuente que exista un método culinario en las cocinas centrales, en las que se siguen pasos muy concretos para elaborar, siempre del mismo modo.

PROCEDIMIENTOS
Y RECURSOS
PARA COCINAR

LA TÉCNICA
O MÉTODO MÁS
EL CONOCIMIENTO
CIENTÍFICO

MODO
DE HACER
O PROCEDER
CONCRETO
SIEMPRE
IGUAL

La gran diferencia
entre la técnica y
la tecnología es el
conocimiento científico.

LA TECNOLOGÍA CULINARIA

Tecnología, RAE

1. f. Conjunto de teorías y de técnicas que permiten el aprovechamiento práctico del conocimiento científico.
4. f. Conjunto de los instrumentos y procedimientos industriales de un determinado sector o producto.

En cada sector y en cada profesión, en la práctica de cada uno, la tecnología adopta una definición específica y, además, debe enmarcarse siempre en un contexto histórico concreto. No puede ser igual la tecnología culinaria del *Homo habilis*, hace dos millones y medio de años, que la tecnología presente en la informática que existe desde hace unos cien años. En el caso de la restauración gastronómica, no hay consenso y se tiende a identificar la tecnología con la maquinaria que se emplea para elaborar, lo que genera una gran confusión. Por ejemplo, un horno es una máquina y, para fabricarlo, se han necesitado una o varias tecnologías, pero no es tecnología, es un instrumento o herramienta de la cocina. Para intentar esclarecer el tema, vamos a analizar en qué cocinas y de qué manera está presente la tecnología culinaria.

- **La tecnología culinaria en la industria alimentaria.** La tecnología culinaria está muy presente en esta industria, donde el conocimiento científico se une a la técnica culinaria. Es decir, se realizan un conjunto de procedimientos empleando una determinada maquinaria para obtener una elaboración. La maquinaria se entiende como un conjunto de herramientas diseñadas para aplicar determinadas técnicas sobre un producto concreto, de forma sistemática. La industria alimentaria cuenta con ingenieros y tecnólogos de alimentos, que hacen posible que exista esta tecnología culinaria. Es fundamental subrayar lo que diferencia la tecnología culinaria de la técnica culinaria, y es que en la tecnología hay un conocimiento científico que avala y respalda la técnica que aplica una máquina creada con tecnología para obtener resultados.

En la industria alimentaria esta unión de conocimiento científico, técnica y maquinaria hace posible que hablemos de una tecnología de cada elaboración, como habría una técnica y un posible método. Existe una tecnología para producir mermelada de fresa, una en concreto, que sería el conjunto de técnicas, es decir, procedimientos y recursos, maquinaria, etc., y conocimiento científico que hace posible la producción de ese producto elaborado concreto: «mermelada de fresa».

- **La tecnología culinaria en la restauración gastronómica.** Entendida desde una visión *Sapiens*, la presencia de tecnología culinaria en la restauración gastronómica supondría la unión de conocimiento científico y técnica, algo muy poco frecuente, pues solo en muy contadas ocasiones un cocinero aplica conocimiento científico a su cocina. Remite, en la mayor parte de los casos, a la cocina de los superespecialistas que, a veces, sí aplican conocimiento científico sumado a su técnica. Las herramientas, los utensilios y máquinas que se utilizan quedan fuera de este concepto de tecnología culinaria, ya que estarían dentro de los recursos. En otros tipos de cocina, dentro de la restauración pero que no son gastronómicos, encontramos al límite de este concepto de tecnología culinaria los ejemplos de las cocinas centrales y las cocinas de las colectividades.

LA TÉCNICA CULINARIA, EL MÉTODO CULINARIO Y LA TECNOLOGÍA CULINARIA DE LA MERMELADA DE FRESA

Veremos, a continuación, cómo aplicaríamos todo lo anterior al caso de la elaboración «mermelada de fresa». Este ejemplo nos servirá para concretar qué diferencia los tres conceptos entre sí y cómo estos son aplicables a la cocina.

TÉCNICA CULINARIA PARA LA MERMELADA DE FRESA

En primer lugar, veamos la técnica de la mermelada de fresa tal y como la llevaría a cabo un cocinero profesional en un restaurante.

1. Se dan una serie de acciones previas —que no son parte del proceso culinario— vinculadas a la obtención de los recursos necesarios para elaborarla.

- Por una parte, el producto necesario: en este caso, productos no elaborados como las fresas y productos elaborados como el azúcar.
- Por otra, las herramientas necesarias para su preelaboración y elaboración: en este caso, una báscula, boles o recipientes similares, una olla, una espátula, etc.

2. Dispuesto lo anterior, se aplican las técnicas de preelaboración, entre las que se incluye el retirado de las partes no comestibles de las fresas y el pesado, que equivaldría a la proporción doble de fruta que de azúcar (1 kg de fresas por ½ kg de azúcar).

3. Se aplica la técnica de elaboración para la mermelada de fresa (*la acción concreta que genera un resultado: la mermelada*), compuesta por diversas técnicas de elaboración intermedias y que requiere los recursos antes mencionados para poder llevarse a cabo.

- Técnica secundaria de cortar: en este caso, las fresas por la mitad o en cuartos (son necesarias las fresas y un cuchillo).
- Técnica secundaria de mezclar: en este caso, las fresas cortadas con el azúcar en la olla.
- Técnica secundaria de hervir: en este caso, la mezcla de fresas cortadas y azúcar durante 50 minutos, a fuego moderado.
- Técnica de elaboración de control y comprobación del punto de densidad: en este caso, de la mermelada, con una cuchara. *El cocinero, dada su experiencia y conocimientos, sabe cuál es el punto idóneo de la mermelada, a nivel de textura, relacionado con la sensopercepción.

4. Empleo de técnica de conservación para uso inmediato o de larga conservación:

- Para un uso inmediato es suficiente aplicar una técnica de refrigeración.
- Para una larga conservación que permita el empleo a largo plazo utilizaríamos diversas técnicas de vacío (dependiendo de la herramienta, en un bote de cristal con tapa, una olla y agua para llevar a ebullición o envasada al vacío con una máquina de envasado al vacío).



La tecnología de los alimentos es la rama de la ciencia que se ocupa de estudiar la composición microbiológica, física y química de los mismos para poder garantizar su calidad en cada una de las fases de su producción, además de su envasado para su posterior distribución. Como profesionales que llevan a cabo su trabajo en el marco del ámbito público, en la industria alimentaria, parte del cometido de los tecnólogos de los alimentos es también desarrollar nuevas creaciones, empleando para ello tanto productos naturales como artificiales. El papel del tecnólogo es fundamental como cocinero de la industria, pues su conocimiento garantiza la calidad de los productos elaborados que son resultado de la cocina no artesanal y permite el surgimiento de nuevos productos.

MÉTODO CULINARIO PARA LA MERMELADA DE FRESA

Cuando esta técnica culinaria que acabamos de describir es reproducida por un cocinero de forma continuada y fidedigna, siguiendo siempre todos los pasos/fases exactamente de la misma manera, en un sentido riguroso, se convierte en un método culinario.

LA TECNOLOGÍA CULINARIA PARA LA MERMELADA DE FRESA

Si hablamos de tecnología culinaria, nos trasladamos fuera del espacio del restaurante para ubicarnos en la cocina de producción a nivel industrial, en cualquiera de sus dimensiones posibles. En este caso, el profesional que produce la mermelada de fresa de manera industrial es un tecnólogo de alimentos que dispone de conocimientos científicos que avalan el proceso de producción. Para que la reproducción de la mermelada de fresa sea siempre idéntica y su resultado uniforme, ha de ser sistemático. Además, parte de la responsabilidad del profesional es el cumplimiento de todas las medidas higiénicas, sanitarias, de trazabilidad, etc.

Nos preguntamos: ¿qué conocimiento científico se necesita para hacer una mermelada de fresa en la industria alimentaria?

- Conocimiento de la composición de la fresa (producto no elaborado), niveles de acidez, cantidad de pectina, relacionada con el nivel de espesor (la densidad) que *a posteriori* tendrá el resultado como producto elaborado.
- Composición del azúcar, punto de fusión, densidad según temperatura y tiempo de cocción.
- Control y cálculo de la densidad de la mermelada como resultado, relación de tablas de tiempo, temperatura, etc.
- Conocimiento técnico sobre los diversos sistemas de conservación: saturación/sublimación de la fresa, la acción del azúcar, número de días que puede conservarse refrigerada. Eliminación del oxígeno del producto elaborado final, a través de las técnicas de vacío, tiempos de envasado por cantidad de oxígeno y tiempo de conservación del producto resultante.
- Tipos de sustitutos del azúcar, como agente endulzante, como agente espesante.

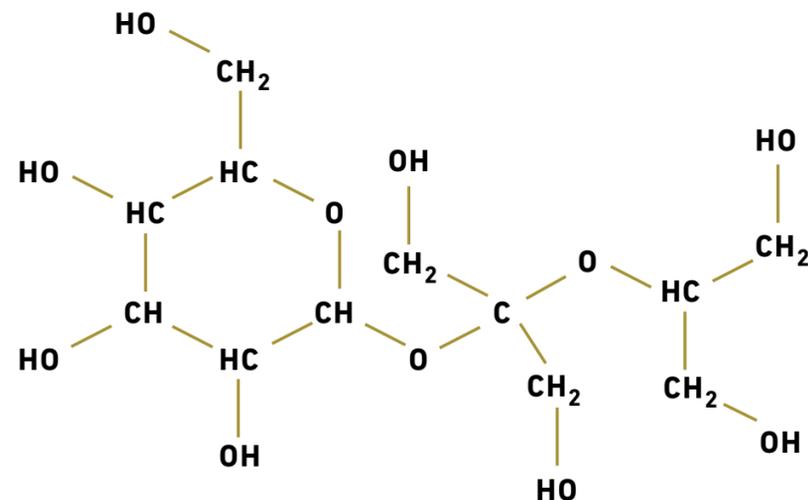
La tecnología está en todos estos conocimientos y en las herramientas que se generan para controlar todo el proceso existente en la técnica de hacer una mermelada de fresa en la industria alimentaria.

Cocinar desde el prisma científico

La cocina también puede enfocarse desde el prisma científico, empleando diferentes perspectivas que desarrollaremos a continuación y que explican por qué lo que sucede mientras se cocina no es otra cosa que un proceso científico, en el que la decisión de emplear unas u otras técnicas genera alteraciones científicamente distintas sobre los productos. Hablaremos de experimentar con alimentos y cuestionaremos si existe un método y una actitud científica en la cocina, porque, no lo olvidemos, partimos de la base de que la cocina no puede considerarse en sí misma una ciencia.

Gracias a la visión objetiva de la ciencia, podemos saber más de los productos que empleamos para cocinar. Así, todas las reacciones relacionadas con la constitución de la materia de los productos con los que nos alimentamos se pueden explicar científicamente y eso nos ayuda a entender qué reacciones y modificaciones del producto afectan a nuestro cuerpo y qué elementos aportan a nuestro organismo, es decir, cómo nos nutre cuando lo consumimos. Por eso es posible preguntarle a la ciencia de qué está hecho un trozo de carne o qué cadena de elementos compone una sandía y le confiere un sabor dulce, y obtener una respuesta. En el caso de la carne, la ciencia nos explica que está formada por distintos tipos de átomos, que forman, a su vez, diferentes tipos de moléculas. Se encuentra, mayormente, formada por proteínas y estas, a su vez, por enlaces de unidades más simples como son los aminoácidos (moléculas orgánicas con un grupo amino y un grupo carboxilo), además de otros elementos. Pero la carne puede sufrir modificaciones, por acción del calor o de los ácidos, convirtiéndose en una elaboración con propiedades organolépticas muy diferentes de las que poseía el producto en crudo, antes de ser cocido por estos.

Veamos un ejemplo de estructura molecular, en este caso de la sacarosa. Una molécula de esta contiene 12 átomos de carbono, 11 de oxígeno y 22 de hidrógeno, siendo su fórmula científica $C_{12}H_{22}O_{11}$. En base a esta información se pueden estudiar las reacciones físicas de la molécula, aplicándose a cualquier producto que la contenga, lo que nos permite conocer su comportamiento y posibles reacciones. Los enlaces moleculares están afectados por las leyes físicas y químicas naturales, pero el ser humano puede observarlos y conocer así su comportamiento. Este sería su esquema:



En el marco de esta visión científica de la cocina, tomamos tres conceptos empleados por la ciencia —«hipótesis», «teoría» y «axioma»— y los extrapolamos a la realidad culinaria, a la acción de cocinar, para observar cómo se adaptarían e interactuarían con la misma.

01

HIPÓTESIS CULINARIA

Una de las metodologías que utiliza la ciencia es la hipotética-deductiva, que consiste en realizar una suposición de algo posible o imposible para ponerlo a prueba y extraer una conclusión. Para ello, se deduce una hipótesis que se establece provisionalmente como base de una investigación. Cuando esta concluye, el resultado obtenido puede confirmar o refutar la validez de la hipótesis planteada. Podemos hablar entonces de hipótesis como una expectativa que solo se comprueba cierta o errónea una vez se obtiene el resultado y se compara con la expectativa inicial.

Cocinar puede ser una hipótesis cuando el cocinero no está seguro de cuál será el resultado de la acción que realiza, bien porque no conoce la aplicación de una técnica, bien porque mezcla productos sin una referencia previa. Por ello, tiene que esperar a ver terminada la elaboración que está cocinando y comprobar si el resultado es o no el esperado.

02

TEORÍA CULINARIA

Una de las posibles consecuencias de plantear cocinar como una hipótesis es que esta se confirme. De ser así, podría dar lugar a una teoría, entendida como una hipótesis confirmada cuyas consecuencias pueden aplicarse de manera reiterada, sabiendo que, cada vez, se confirmarán del mismo modo.

Cocinar es una teoría cuando el cocinero confirma una hipótesis, la convierte en un modelo de referencia dentro de su forma de elaborar y se basa en el conocimiento que esta ha generado para tener certidumbre sobre sus resultados.

03

AXIOMA CULINARIO

Un axioma se define como una proposición tan clara e indiscutible que es admitida sin requerir una demostración. Axiomas son, por tanto, todos los principios fundamentales y evidentes sobre los que se construyen algunas teorías.

Cocinar puede convertirse en un axioma cuando el cocinero emplea técnicas de elaboración sobre las que tiene un conocimiento claro y evidente, de las que sabe perfectamente el resultado que obtendrá. Un ejemplo de axioma es la seguridad de que si se calienta agua por encima de los cien grados, hervirá.

Lo que ocurre mientras cocinamos puede explicarse con ciencia

Sabemos que para cocinar es necesario emplear técnicas que, de un modo u otro, en mayor o menor medida, buscan transformar el producto del que parten para preelaborarlo o elaborarlo. Es posible diferenciar técnicas culinarias en base al efecto que generan sobre la materia del producto o elaboración intermedia a los que se aplican, es decir, en función de cómo sucede esa transformación y de si está causada por un proceso físico o químico, o químico y, además, biológico.

En todos los casos, la transformación del producto, sea cual sea, está estrechamente ligada a la cuestión del crudo y el no crudo, al que dedicamos un apartado específico. En función del proceso y del cambio generado en el producto que se cocina, consideramos que está crudo, crudo pero cocinado o no crudo.

TÉCNICAS QUE PROVOCAN PROCESOS FÍSICOS

Son todas aquellas técnicas de preelaboración y elaboración que transforman la materia del producto o elaboración intermedia, pero no generan un cambio en sus moléculas. Salvo alguna excepción, la norma es que los procesos físicos provocan transformaciones sin alterar las propiedades químicas de la materia, como vemos en los siguientes ejemplos:

- ▶ Pertenecen a este grupo todas las técnicas que permiten acondicionar el producto (preelaborar): técnicas de lavado, calibrado, pelado, previas a la retirada y mejora del producto, de retirada de partes no comestibles, etc.
- ▶ Provocan procesos físicos las técnicas de elaboración que implican manipulación. Pueden modificar a través del empleo del frío, como ocurre con la técnica de congelar; a pesar de cambiar el estado físico de la materia (que se congela) no altera su composición química, que permanece inalterable.
- ▶ Se incluyen en este grupo las técnicas que se emplean para dar o cambiar la forma de un producto o elaboración intermedia, como cortar, por ejemplo.

- ▶ Son técnicas de transformación física las que requieren calor para ser aplicadas, pero no provocan una cocción, como en los casos de atemperar o calentar (sin cocer), que no implican cambios químicos en la materia del producto o elaboración intermedia.

TÉCNICAS QUE PROVOCAN PROCESOS QUÍMICOS

Son todas aquellas que, aplicadas sobre el producto o elaboración intermedia, provocan una transformación de su materia, alterando sus características organolépticas. Los procesos químicos generan reacciones químicas que están relacionadas con los enlaces moleculares de la materia del producto, la caramelización, la reacción de Maillard, la oxidación o la reactividad y composición química del mismo.

- ▶ Son técnicas que provocan transformaciones químicas por cocción con calor todas aquellas que, con independencia del medio en el que se llevan a cabo, tienen como resultado la cocción del producto o elaboración intermedia.
 - La cocción puede darse en un medio seco (gratinar), aéreo (asar), líquido (hervir), graso (freír) o mixto (estofar).
 - También a través del calor pueden darse cocciones protegidas o indirectas, mediante un medio seco («a la sal») o húmedo («al baño maría»).
 - Hay formas de cocción que emplean la presión ejercida sobre el producto o elaboración aumentándola (olla a presión) o disminuyéndola/eliminándola («al vacío»).
- ▶ Otro tipo de técnica que provoca un proceso químico es aquella que produce una transformación a través de ondas, llamada cocción microónica. Se origina al convertirse la energía en calor y ser absorbida por la materia. Afecta a las moléculas de agua existentes en la materia del producto o elaboración, aunque puede conducirse también a través de grasas, azúcares o alcoholes.

TÉCNICAS QUE PROVOCAN PROCESOS QUÍMICOS-BIOLÓGICOS

Son todas aquellas que provocan procesos químicos-biológicos que afectan a la materia del producto o elaboración intermedia, que se transforma como consecuencia de la intervención de sustancias biológicas o microorganismos.

- ▶ La fermentación, en su versión acética, alcohólica o láctica, es un buen ejemplo de este tipo de técnicas. Es el resultado de un cambio a nivel biológico, posible gracias a la presencia de microorganismos en el medio en el que se trata el producto.
- ▶ Todas aquellas técnicas que se encuentran ligadas a productos y elaboraciones que contienen ácidos, alcalinos o enzimas que consiguen degradar (transformar) las proteínas, disolviendo el colágeno y dejando la fibra blanda «cocida» sin necesidad de calor. Se incluyen aquí las técnicas de maridar, escabechar, adobar, acidular, introducir en almíbar, en salmuera, etc.

Aunque, literalmente, no podemos hablar de una «cocción en frío» o de una «cocción sin calor», empleamos esta denominación, a falta de otra más específica, para señalar el cambio producido por la acción de ácidos o enzimas que «cocinan» en cuanto que modifican las propiedades de la materia del producto o elaboración intermedia, sin presencia de energía calorífica.

Como hemos explicado, la naturaleza cocina por sí misma cuando transforma. Puede hacerlo generando procesos físicos, cuando seca, pero también químico-biológicos, cuando interviene una sustancia biológica o un microorganismo.

Este tipo de proceso podría considerarse «natural», pues es un elemento de la naturaleza el que desencadena la transformación, el cambio en el producto no elaborado. Sin embargo, el proceso es inducido («no natural») en cuanto que un cocinero decide que sea así porque ha aprendido a imitar esas técnicas de la naturaleza.

FÍSICA Y QUÍMICA

Físico, ca, RAE

6.f. Ciencia que estudia las propiedades de la materia y de la energía, y las relaciones entre ambas.

Químico, ca, RAE

4.f. Ciencia que estudia la estructura, propiedades y transformaciones de los cuerpos a partir de su composición.

Tanto la física como la química son ciencias cuyo objeto de estudio es trasladable a la acción de cocinar, por la que se transforma materia en un proceso culinario. El conocimiento que ambas aportan se genera de forma solapada, pues complementan la explicación de distintos procesos. La física puede explicar la cocina porque estudia la energía, recurso imprescindible en la misma. Independientemente de las técnicas empleadas y del tipo de energía que las haga posibles, su relación con la materia transformada es objeto de estudio de esta ciencia. Por otra parte, si el foco de atención del estudio está en las variaciones en la composición de esa misma materia, consecuencia de la aplicación de una energía que genere transformaciones químicas o biológicas, la ciencia que analizará la evolución de su estructura a nivel molecular será la química.

Un buen ejemplo para comprender lo unidos que están los objetos de estudio de ambas en relación con la cocina es el siguiente. El empleo del calor en una cocción de producto puede estudiarse desde la física como ciencia, pues supone una transferencia de energía que se relaciona de un modo determinado con la materia. Este proceso genera, a su vez, reacciones que alteran la materia del producto sometido al mismo, que puede variar su composición y que para ser explicadas requieren el conocimiento científico de la química.

“Aprender a cocinar es establecer una estrecha relación con las leyes de la física y la química, así como con los hechos de la biología y la microbiología”

Michael Pollan en *Cocinar, una historia natural de la transformación*

El huevo frito con ciencia

A continuación aportamos un ejemplo escrito por Ramón Vitorica Murguía, vicedecano del Colegio Oficial de Químicos del País Vasco, «El huevo frito con ciencia». Este texto ejemplifica lo explicado en páginas anteriores, pues recoge la evidencia de que pensar en cocinar sin provocar procesos que se explican con ciencia no tendría sentido.

1

HUEVO
Ca — Co₃

«Ponemos una sartén sobre el fuego, que por cierto es de acero, es decir de hierro (Fe) en, más o menos, un 98 por ciento pero que también lleva carbono (C), silicio (Si), manganeso (Mn), fósforo (P), azufre (S), aluminio (Al), cromo (Cr), titanio (Ti) y vanadio (V) en pequeñas proporciones. Además, está recubierta de teflón antiadherente, aunque 'teflón' es una marca comercial y su denominación correcta sería Politetrafluoroetileno (CF₂=CF₂).

GAS NATURAL

CH₄ — C₂H₂ — C₃H₈ — C₄H₁₀ — C₅H₁₂ — CO₂ — N₂ — He — C₂H₆S

SARTÉN

Fe — C — Si — Mn — P — S — Al — Cr — Ti — V — Cr — CF₂

SOBRE

FUEGO



O SOBRE

VITROCERÁMICA

SiO₂ — Na₂O — CaO — Al₂O₃ — K₂O — SO₃ — MgO — TiO₂ — Fe₂O₃

3

Puede ser sobre una cocina vitrocerámica, cuyo material se hace de dióxido de silicio (SiO₂) en un elevado porcentaje, pero al que se añade óxido de sodio (Na₂O), óxido de calcio (CaO), óxido de aluminio o alúmina (Al₂O₃), óxido de potasio (K₂O), trióxido de azufre o anhídrido sulfúrico (SO₃), óxido de magnesio o magnesia (MgO), dióxido de titanio (TiO₂), óxido de hierro III (Fe₂O₃)...

2

Como decíamos, ponemos la sartén sobre el fuego. Puede ser una cocina de gas natural, que se compone principalmente de metano (CH₄) y ciertas cantidades de etano (C₂H₆), propano (C₃H₈), butano (C₄H₁₀) y pentano (C₅H₁₂), así como dióxido de carbono (CO₂), nitrógeno (N₂), helio (He) y suele llevar un mercaptano, por ejemplo, etanotiol (C₂H₆S), que se añade artificialmente para dar olor al gas de forma que sea fácilmente detectable en caso de fuga. Para encenderla, aplicamos una chispa al gas que inicia su combustión, es decir, empieza a combinarse con el oxígeno del aire desprendiendo dióxido de carbono y vapor de agua, además de luz y calor en la reacción, es decir, hacemos fuego: CH₄ + 2O₂ a CO₂ + 2H₂O.

ACEITE

C₁₈H₃₄O₂ — C₁₆H₃₂O₂ — C₁₈H₃₀O₂

4

Vale. Conforme. Ya se va calentando la sartén y en ella echamos aceite de oliva, ese líquido amarillo brillante de aspecto apetitoso que se compone en un 99-98 por ciento de una fracción saponificable formada por triglicéridos o ácidos grasos libres, básicamente ácido oleico (C₁₈H₃₄O₂), ácido palmítico (C₁₆H₃₂O₂) y ácido alfa-linoleico (C₁₈H₃₀O₂), de otros ácidos grasos en pequeña concentración y fosfolípidos.

Un ejemplo de triglicérido estaría formado por una molécula de glicerol (C₃H₈O₃), unido con tres moléculas, una de ácido oleico, otra de ácido palmítico y otra de ácido alfa-linoleico formando cadenas. Además, contiene una fracción insaponificable formada por hidrocarburos, alcoholes, esteroides y tocoferol (C₂₉H₅₀O₂). Y, finalmente, otros componentes menores como polifenoles (muy importantes para el gusto) pigmentos clorofílicos (por ejemplo, clorofila A: C₅₅H₇₂O₅N₄Mg) y caroteno (C₄₀H₅₆), relacionados con el color entre verde, amarillo y anaranjado y otros compuestos volátiles responsables de su aroma. Y hay que reconocer lo bien que huelen estos compuestos volátiles...

5

Pero vamos a lo nuestro: una vez que el ácido oleico, perdón, el aceite alcance los 170 grados más o menos, tendremos que proceder a romper la cobertura de carbonato de calcio (CaCO₃) que, ligada mediante una mezcla de distintas proteínas, forma un caparazón duro pero que se rompe fácilmente contra el borde de la sartén. Con extremo cuidado, procurando no quemarnos y que no caigan pequeñas porciones de carbonato cálcico a la sartén, hacemos caer el contenido del huevo sobre el aceite.

6

Al momento distinguimos dos partes: una transparente, que casi de inmediato se vuelve blanca, y otra amarilla. La parte blanca no contiene apenas grasa y se compone de proteínas, entre las que la ovoalbúmina es la principal, pero también contiene ovotransferrina, ovomucoide, ovomucina y lisozima. ¿Qué son las proteínas? Pues son macromoléculas formadas por cadenas lineales de aminoácidos. ¿Y qué son los aminoácidos? Pues son los monómeros que forman las proteínas. Para explicarlo de forma sencilla: nuestro ADN (y el de la gallina) no solo es capaz de reproducirse a sí mismo, es también capaz de crear moléculas funcionales, susceptibles de realizar determinados procesos necesarios para nuestro organismo, utilizando como ladrillos moléculas químicas más pequeñas (los aminoácidos).

Por ejemplo, la hemoglobina (una proteína) es capaz de oxidarse en contacto con el aire de los pulmones y reducirse (ceder el oxígeno) en contacto con las células del cuerpo, es decir, de transportar oxígeno desde los pulmones. La parte amarilla, que contiene la mayor proporción de las vitaminas del huevo, está formada en su mayoría por grasas, algunas ya citadas como: ácido oleico, ácido linoleico, ácido palmítico, ácido palmítico y otros.

7

Pero no nos despistemos... que el huevo ha empezado a hacerse por debajo con el aceite y, ayudados por una cuchara o una espumadera, vamos echando pequeñas cantidades de aceite caliente por encima para que se haga por ambos lados. La parte amarilla, pero sobre todo la blanca, se transforman y de ser líquidos viscosos se van convirtiendo en sólidos. Es el efecto de la temperatura sobre las proteínas que coagulan a partir de los 70-80 grados y que produce que las moléculas de proteína vayan entrelazándose entre sí, polimerizando y formando enormes agregados macromoleculares, en pocas palabras, se solidifican. No conviene hacer demasiado la parte amarilla, para poder mojar el pan en ella. Una vez alcanzado el punto justo de coagulación que nos gusta, con ayuda de una espumadera, sacamos el huevo de la sartén y lo depositamos en un plato y está listo para comer... ¡Maldición! Se nos ha olvidado echarle el cloruro sódico (NaCl). Es que no sabemos ni dónde tenemos la cabeza. ¡Y todavía hay quien dice que la química no debe entrar en la cocina!».

Cocinar es experimentar con alimentos, aunque no es hacer ciencia

LA CIENCIA EXPERIMENTA, DESCUBRE Y ESTUDIA. ¿HACE LO MISMO LA COCINA?

EXPERIMENTAR

RAE

1. tr. Probar y examinar prácticamente la virtud y propiedades de algo.
3. tr. Dicho de una cosa: Recibir una modificación, cambio o mudanza.
4. intr. En las ciencias fisicoquímicas y naturales, hacer operaciones destinadas a descubrir, comprobar o demostrar determinados fenómenos o principios científicos.

Las ciencias fisicoquímicas y naturales, o ciencias «puras», desarrollan su ámbito de conocimiento gracias a la experimentación que permite demostrar teorías, fenómenos y principios. Este tipo de conocimiento «objetivo» posibilita sentar bases que ayudan a explicar la realidad. El conocimiento científico que producen las ciencias fisicoquímicas y naturales sirve de punto de partida a otras muchas disciplinas y ámbitos, que beben del mismo para ampliar sus propios horizontes.

Trasladado al ámbito culinario, nos preguntamos sobre la capacidad de la cocina para experimentar, para «probar y examinar prácticamente». De manera práctica, «la virtud y propiedades de algo» encajarían perfectamente con las acciones que se llevan a cabo al cocinar, que dependen siempre de las propiedades del producto y se ponen a prueba al experimentar a través de la aplicación de técnicas sobre el mismo. Para crear en cocina, esta idea de experimentar con alimentos es fundamental. De ella parte el cocinero que crea elaborando, de forma artesanal, y que tiene esa voluntad específica de poner a prueba productos, técnicas y herramientas. También la industria alimentaria experimenta, continuamente, cuando cocina para crear productos elaborados.

De acuerdo con lo anterior, podríamos afirmar que la cocina experimenta, pero también que una cuestión es que algo sea experimental y, otra, muy diferente, es que, por ser experimental, pueda considerarse científico.

DESCUBRIR

RAE

1. tr. Manifestar, hacer patente.
2. tr. Destapar lo que está tapado o cubierto.
3. tr. Hallar lo que estaba ignorado o escondido, principalmente tierras o mares desconocidos.
4. tr. Registrar o alcanzar a ver.
5. tr. Venir en conocimiento de algo que se ignoraba.

Además, la cocina tiene la capacidad de descubrir y, de hecho, es lo que ha hecho desde que comenzó su andadura en el Paleolítico. Al tratarse de una acción diaria que sucede en todo tipo de contextos y condiciones, tiene la capacidad de «manifestar, hacer patente» cuestiones muy relevantes sobre la realidad que la rodea y que se plasma en sus resultados, es decir, en la comida y la bebida.

Existe una confusión entre «crear» y «descubrir» que, en términos culinarios, supone lo siguiente. Quien crea está elaborando (una elaboración) o produciendo (un producto elaborado) y consigue un resultado que es inédito, pues no existía previamente. Para lograrlo, el cocinero emplea un producto, una técnica o una herramienta de forma novedosa o inventa una herramienta y, en consecuencia, una técnica, que aplica sobre un producto para transformarlo. Quien descubre está incorporando un producto, técnica o herramienta que ya existía a su proceso culinario, pudiendo generar, igualmente, resultados novedosos, pero sin crear. Se pueden encontrar nuevos productos en otras culturas o países y emplearlos en un contexto diferente, o redescubrirlos, cuando se crea una nueva variedad o se altera una característica de un producto que ya existía.

ESTUDIAR

RAE

1. tr. Ejercitar el entendimiento para alcanzar o comprender algo.
2. tr. Recibir enseñanzas en las universidades o en otros centros docentes.
3. tr. aprender (|| fijar en la memoria).
4. tr. observar (|| examinar atentamente).

La cocina es una disciplina que estudia, pues continúa aprendiendo y sumando conocimiento, de forma especialmente relevante en el mundo de las bebidas y, en gran medida, como consecuencia de la aplicación de tecnología al proceso culinario. Como disciplina que puede estudiarse, la cocina genera nuevos conceptos y contenidos, al tratarse de un continuo «ejercicio de entendimiento para alcanzar o comprender» basado en el aprendizaje y la observación. La generación de conocimiento se da, particularmente, en la cocina especializada, sea cual sea esta, pues se dispone de más tiempo para observar con un foco de atención muy determinado. La incorporación progresiva de la cocina a las universidades, en su versión práctica y empírica, pero también teórica, refuerza la cocina como disciplina académica, que continúa estudiando y continuará siendo estudiada.

INVESTIGAR

RAE

1. tr. Indagar para descubrir algo.
3. intr. Realizar actividades intelectuales y experimentales de modo sistemático con el propósito de aumentar los conocimientos sobre una determinada materia.

Para hacer posible todo lo anterior, la cocina también investiga, busca averiguar nuevas realidades que, muchas veces, parten de hipótesis (que después se confirman o refutan). La investigación culinaria es una forma de sumar conocimientos que dan una base sólida a la teoría de la cocina, ampliándola también en su faceta práctica, cuando la investigación está relacionada con el proceso culinario o con alguno de los elementos que forman parte del mismo. La investigación culinaria/gastronómica se lleva a cabo elaborando en una cocina como espacio, en un laboratorio, en la industria..., pero también se puede explorar a nivel teórico, sin pasar por un proceso culinario, en otros escenarios y contextos que pueden enfocar la investigación sin recurrir necesariamente a la práctica. A diferencia del hecho de descubrir, que puede ser accidental en algunas ocasiones, la investigación es una actividad intencionada, que persigue consolidar conocimiento y que puede derivar en un descubrimiento si da a conocer una parte de la realidad que se ignoraba o se logra comprender de una forma nueva.

Cocinar con actitud científica, cocinar con método científico

LA ACTITUD CIENTÍFICA EN COCINA: CUANDO EL CONOCIMIENTO CIENTÍFICO SE INCLUYE EN EL PROCESO CULINARIO

ACTITUD

RAE

2. f. Disposición de ánimo manifestada de algún modo.

CIENTÍFICO,CA

RAE

1. adj. Perteneciente o relativo a la ciencia.
2. adj. Que se dedica a una o más ciencias.
3. adj. Que tiene que ver con las exigencias de precisión y objetividad propias de la metodología de las ciencias.

Por otra parte, es necesario observar la posibilidad de que se aplique ciencia al proceso culinario como una cuestión adicional, absolutamente ligada al empleo de tecnología. Es fundamental, para ello, no confundir ciencia con tecnología (aunque esta se genere con conocimiento científico) ni con herramientas, que son fruto de la aplicación de la tecnología.

En cuanto que la alta cocina no es una ciencia ni produce conocimiento científico, subrayamos la idea de que solo podemos hablar de ciencia en cocina cuando se aplica un conocimiento científico externo, que asesora a la cocina, como ocurre de forma sistemática en la cocina de la industria alimentaria y como ha sucedido, excepcionalmente, en algunos restaurantes gastronómicos. Así pues, nos encontramos ante dos escenarios radicalmente distintos: la cocina de la industria no puede entenderse sin la presencia del conocimiento científico; la cocina en la restauración gastronómica, por su parte, apenas conoce la aplicación de este.

Aunque algunos cocineros que elaboran de forma artesanal o realizan una pequeña producción se han especializado y han podido ampliar sus conocimientos en momentos determinados y con objetivos concretos, no son científicos y no poseen este tipo de conocimiento (salvo raras excepciones). El cocinero profesional puede recurrir al asesoramiento concreto de un profesional especialista en ese ámbito que aporte el conocimiento necesario, sea científico o de otro sector. En cualquier caso, no podemos considerarlos científicos porque hayan aprendido o recibido de científicos expertos este conocimiento, pero sí cocineros especializados. Lo mejor que puede hacer un cocinero es tener el conocimiento necesario para comprender cualquier receta y, más allá de eso, buscar el conocimiento especializado que requiera en otros profesionales.

El cocinero que trabaja de forma artesanal (es decir, fuera de la industria) sí lo hace con productos y herramientas (que le permiten aplicar técnicas) que se han hecho con conocimiento científico. La cuestión es que estas herramientas pueden emplearse y, de hecho, así se hace en muchas ocasiones, sin necesidad de poseer para ello un conocimiento científico.

El cocinero profesional puede tener una «actitud científica», que se materializa en la búsqueda de expertos que sí posean el conocimiento científico del que él carece y que pueden asesorarle para trasladar ese tipo de conocimiento a su cocina, imbricarlo en su proceso culinario. En un restaurante de muy alto nivel, en el que se cocina para reproducir, pero también para crear, puede haber presencia de «actitud científica» que lleve a obtener resultados fruto de la unión de conocimiento científico y conocimiento culinario, como sucedió con la cocina tecnoemocional a finales del siglo XX. Si esta situación se da, sí podemos decir que hay ciencia en el restaurante y, en consecuencia, cierto nivel de tecnología.

¿HAY MÉTODO CIENTÍFICO EN LA COCINA?

MÉTODO CIENTÍFICO

El método científico es un conjunto de pasos ordenados que se emplea principalmente para hallar nuevos conocimientos en las ciencias. Para ser llamado científico, un método de investigación debe basarse en lo empírico y en la medición, sujeto a los principios de las pruebas de razonamiento.

Según el *Oxford English Dictionary*, el método científico es: «Un método o procedimiento que ha caracterizado a la ciencia natural desde el siglo XVII, que consiste en la observación sistemática, medición, experimentación, la formulación, análisis y modificación de las hipótesis».

El método científico está sustentado por dos pilares fundamentales: la reproducibilidad y la refutabilidad.

Como «conjunto de pasos ordenados», al método científico podríamos llamarlo también «proceso científico», reconociendo en la cocina una característica compartida con la ciencia, pues también posee un método basado en secuencias de fases ordenadas, que se suceden y que, al sumarse, crean un proceso, el culinario. Ambas tienen en común que se basan en un proceso empírico que, si bien en la cocina no puede calificarse exclusivamente como investigación, adopta matices de esta. No podemos decir que el método de la alta cocina no sea científico, pues se basa en la propuesta y el estudio de hipótesis, que pueden ser tanto reproducidas, si son correctas, como refutadas, si se demuestra lo contrario.

Ocurriría también así en la industria, en la que se comprueban resultados (productos elaborados) en base a una hipótesis y hay mucha más investigación en términos científicos. El método científico en la cocina estaría más ligado al proceso creativo, cuando se lleva a cabo de una manera ordenada, puesto que se generan conocimientos nuevos que no suelen brotar de la reproducción. En función de quién crea, qué cocinero, y de su proceso creativo, podrán encontrarse similitudes en determinados conceptos del método científico.

“La actitud científica es un factor a tener en cuenta en los cocineros de la restauración gastronómica hoy en día”

¿QUÉ ES LA CIENCIA?

CONOCIMIENTO A PARTIR DE



DA LUGAR A...



**ORGANIZACIÓN
SISTEMÁTICA**

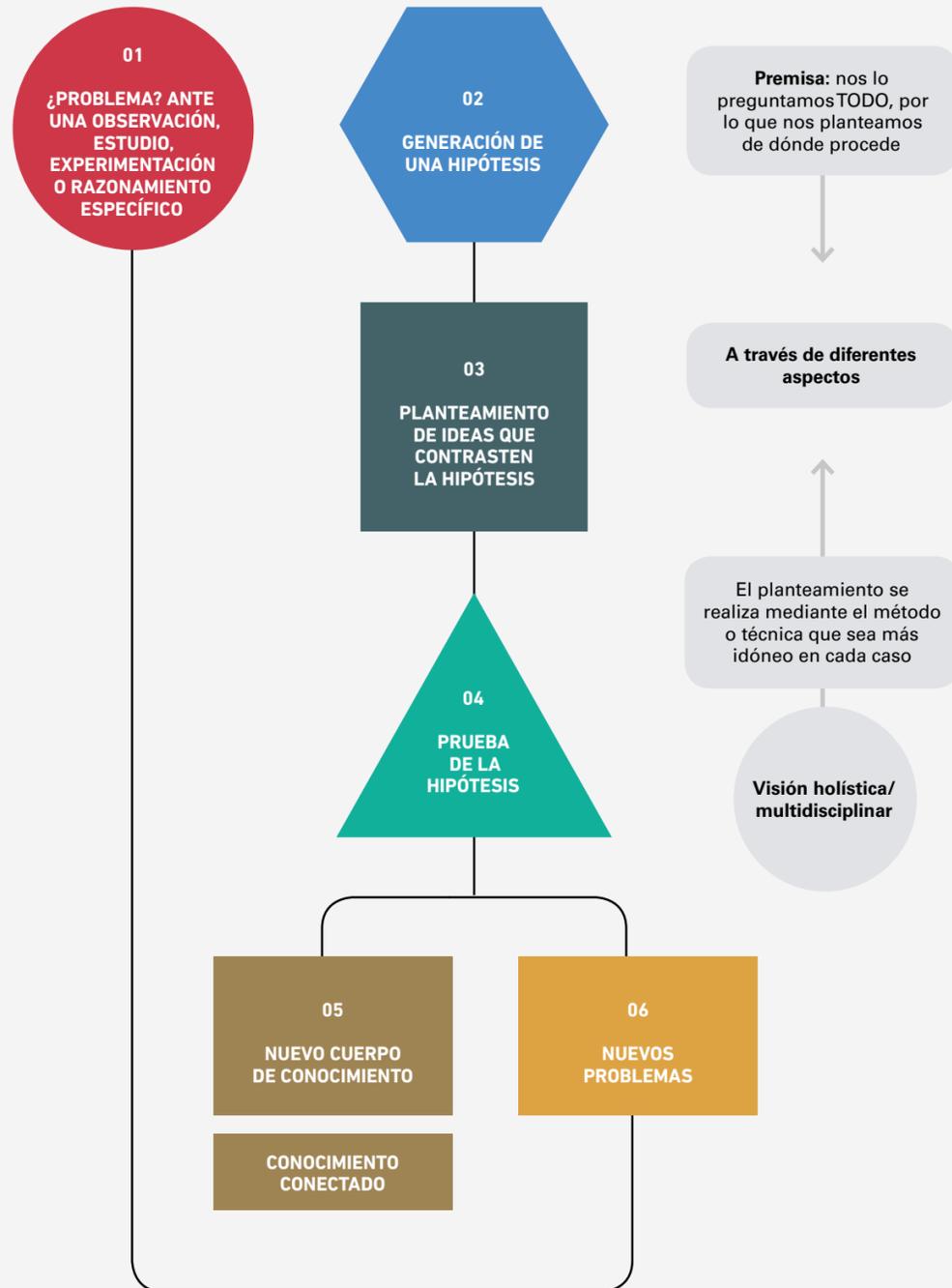
Que se ramifica en distintos
campos o áreas

NITRÓGENO LÍQUIDO, OOOHHH...

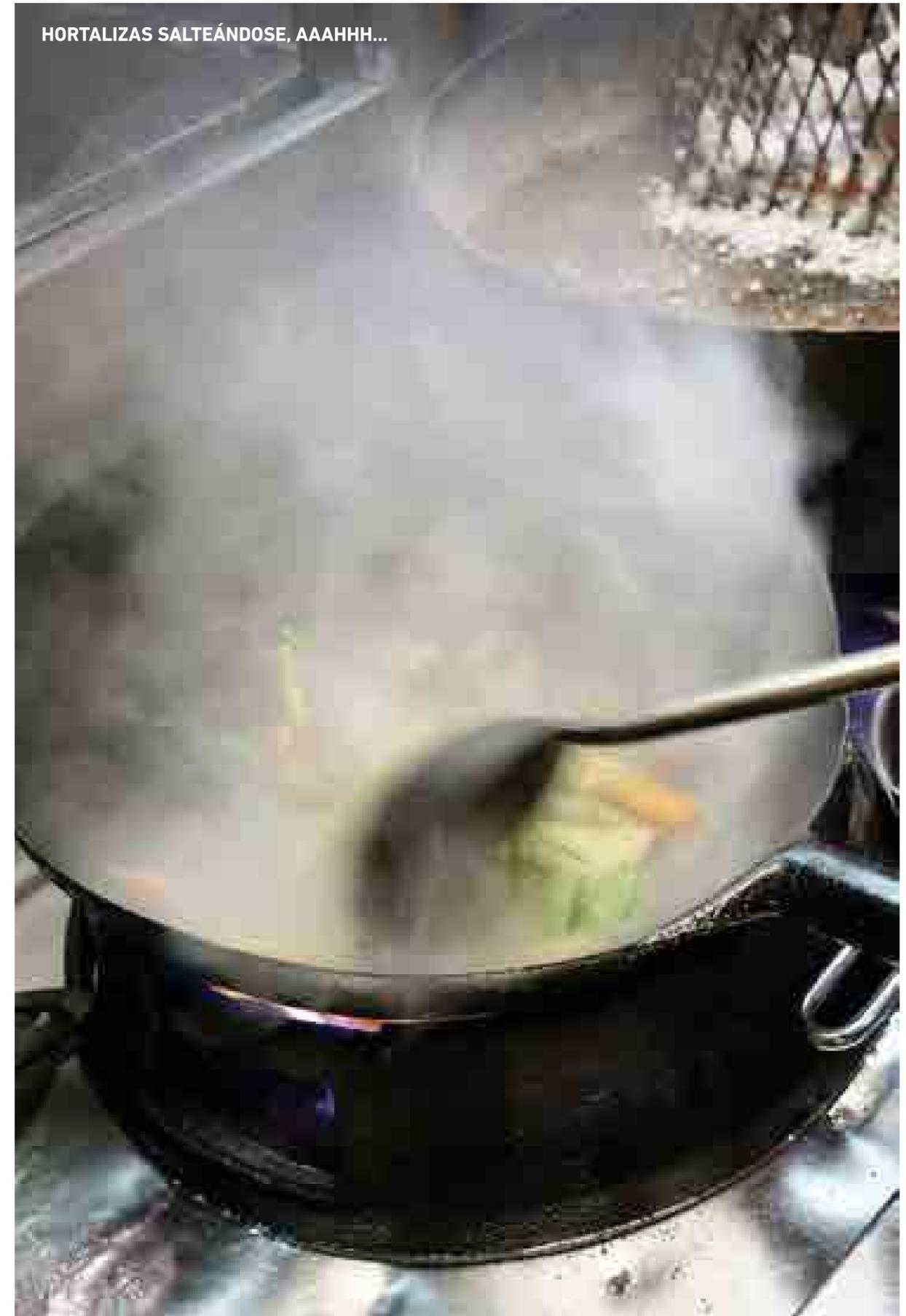


DIAGRAMA DEL MÉTODO CIENTÍFICO SEGÚN SAPIENS

Tomamos como ejemplo una HIPÓTESIS, pero, dentro de este mismo grupo, podríamos escoger cualquiera de los anteriores del mismo rango: cuestionamientos, teorías, esquemas, principios, leyes...



HORTALIZAS SALTEÁNDOSE, AAAHHH...



Comprender cocinar como un proceso

En primer lugar, resulta necesario explicar qué entendemos por proceso. En la tercera acepción de la definición propuesta por la RAE, proceso es el «conjunto de las fases sucesivas de un fenómeno natural o de una operación artificial». Para identificar cada proceso es necesario tener en cuenta que siempre hay un contexto en el que se dan esas acciones o procedimientos.

El contexto de cada proceso designa al conjunto de actores, variables, recursos, personalidades y otros elementos que condicionan la acción que se lleva a cabo. También propicia que se desarrolle de una manera concreta y según unas posibilidades determinadas. En realidad, el contexto y el proceso están en constante interacción, ya que la posibilidad de contar con unos recursos concretos (humanos, económicos, organizativos...) o con una determinada personalidad afectará indudablemente a su desarrollo. Los procesos se dividen en etapas o fases que se suceden en el tiempo. Ese conjunto de fases sucesivas se conforman de elementos, procedimientos y actividades que participan en un momento concreto y definido del desarrollo del proyecto y tienen como objetivo conseguir un resultado específico.

EL PROCESO CULINARIO

La actividad de cocinar genera un proceso por el que uno o varios actores (sobre todo el cocinero, pero también el personal de servicio, o la persona encargada de servir en el ámbito doméstico, y quien degusta, sea cliente o comensal) desempeñan una serie de acciones recogidas en diferentes fases (que incluyen actividades, procedimientos y elementos) cuya duración total es variable.

Las fases del proceso están relacionadas con un contexto y determinadas por él, (intervención de actores, recursos, etc.) e incluyen la aplicación de técnicas mediante herramientas para la obtención de un resultado final (la elaboración que se degusta).

A la derecha mostramos, un esquema básico para la comprensión del concepto «proceso», cuyo número de fases puede ser mayor o menor del propuesto en este ejemplo y de diferente duración.

El proceso culinario es el conjunto de fases que se realizan para cocinar.

INGENIERÍA CULINARIA

Ingeniería, RAE

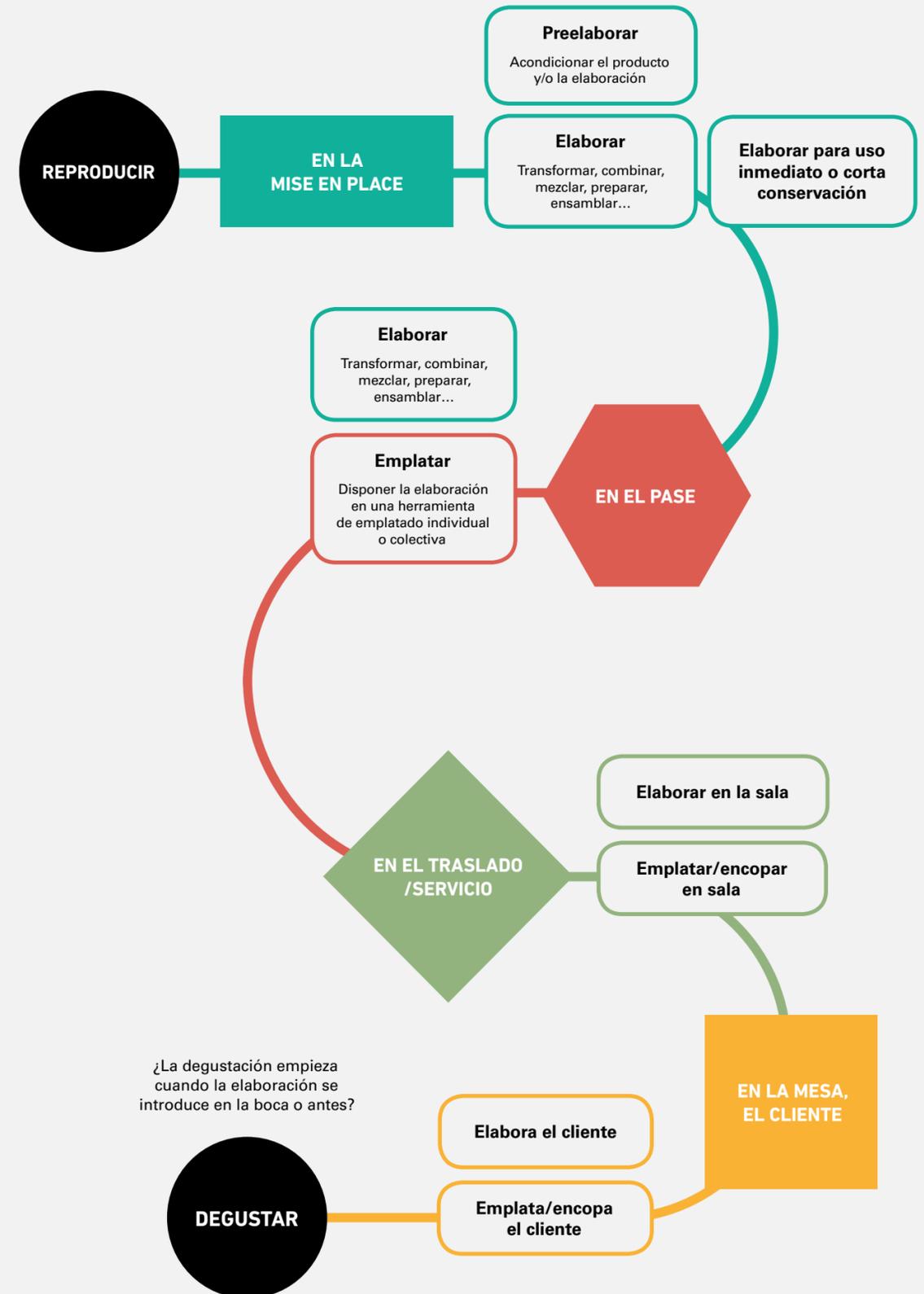
1. f. Conjunto de conocimientos orientados a la invención y utilización de técnicas para el aprovechamiento de los recursos naturales o para la actividad industrial.

La ingeniería culinaria es la rama que aplica un conjunto de conocimientos científicos y tecnológicos con el objetivo de crear o perfeccionar nuevas técnicas y herramientas que se emplearán para cocinar. Es uno de los motores que hace posible que la cocina continúe innovando y avanzando, pues es la aplicación de sus resultados la que permite obtener nuevas formas de cocinar.

Esta vertiente de la ingeniería es absolutamente imprescindible en la industria alimentaria, ya que el conjunto del proceso culinario que tiene lugar en la misma depende del empleo de maquinaria, diseñada por la ingeniería para la aplicación de técnicas en un proceso de producción. Sin embargo, en la cocina que realiza un cocinero en el ámbito público o privado, de forma artesanal, no podemos hablar de ingeniería culinaria.

COCINAR: REPRODUCIR

Se crea una elaboración que, posteriormente, se reproduce para su uso inmediato o conservación.



Fases del proceso de reproducción en el restaurante gastronómico

En el restaurante gastronómico se da, diariamente, un proceso de reproducción. En él se incluyen todos aquellos procesos que hacen posible cocinar, además del culinario propiamente dicho (en el que se llevan a cabo las elaboraciones). Por eso no podemos hablar solo de él: supondría omitir otros procesos distintos, anteriores y posteriores, que son absolutamente necesarios para que la oferta gastronómica exista.

El proceso culinario se encuadra dentro del de reproducción, complementado por otros que no son estrictamente culinarios, pero sí imprescindibles para poder cocinar y que hacen posible, además, que se dé el proceso experiencial que le sigue, en el que se incluye la degustación por parte de los clientes. Llegar hasta el proceso de degustación que vive el cliente en el restaurante gracias a la reproducción de las elaboraciones que forman parte de la oferta gastronómica es posible porque existen procesos previos, el culinario —evidentemente—, pero también otros.

Las fases dentro de un proceso, de cualquiera de los que describimos a continuación, hemos de entenderlas solapadas, una tras otra, no necesariamente en el tiempo (una *mise en place* se puede preparar unas horas antes del servicio, por ejemplo), pero sí en el marco de la actividad que se desarrolla en el restaurante. Todas preparan el escenario para que la siguiente fase funcione, pueda llevarse a cabo y tenga sentido.

En el restaurante la suma de procesos y los recursos necesarios para llevarlos a cabo configuran un sistema, del que cada proceso adquiere determinados condicionantes, en función de muchísimas variables que trataremos más ade-

lante. Lo importante ahora es comprender que los procesos que vamos a explicar se incluyen en un «todo», que no pueden darse unos sin otros, por lo que tienen una cierta interdependencia, cubren fases distintas que unidas alcanzan un fin último: hacer que el cliente viva una experiencia en el restaurante y, dentro de esta, que pueda degustar elaboraciones que forman parte de la oferta gastronómica del mismo.

PROCESOS PREVIOS NECESARIOS PARA COCINAR

Para que cocinar sea una opción viable en el restaurante gastronómico, y con el objetivo de que lo cocinado forme parte de una oferta gastronómica, son necesarios una serie de procesos previos al culinario: en primer lugar, obviamente, los que aseguran el abastecimiento del restaurante (organización, compras, control) y, en segundo lugar, los que hacen posible que la actividad se lleve a cabo día tras día (gestión, comunicación, organización del servicio). Todos ellos tienen diferentes fases internas, pero lo importante en este momento es entender que son los primeros eslabones de una cadena que continuará enlazando procesos, uno tras otro, con el objetivo de realizar una oferta de comida y bebida en el restaurante gastronómico.

“El proceso de reproducción incluye, además, otros previos y posteriores a la elaboración”

PROCESOS QUE CONECTAN CON EL DE REPRODUCCIÓN:

PROCESO DE COMERCIALIZACIÓN Y MARKETING

- ▶ Atraer clientes

PROCESO DE GESTIÓN

- ▶ Revisión de reservas

PROCESO DE ORGANIZACIÓN

- ▶ Comandas de productos

PROCESO DE COMPRAS

- ▶ Recepción de productos
- ▶ Comprobación, trazabilidad, APPCC
- ▶ Almacenamiento, conservación

PROCESO DE CONTROL

- ▶ Inventarios

PROCESO DE COMUNICACIÓN

- ▶ Reunión del equipo
 - Partidas
 - Cocina
 - Sala y cocina

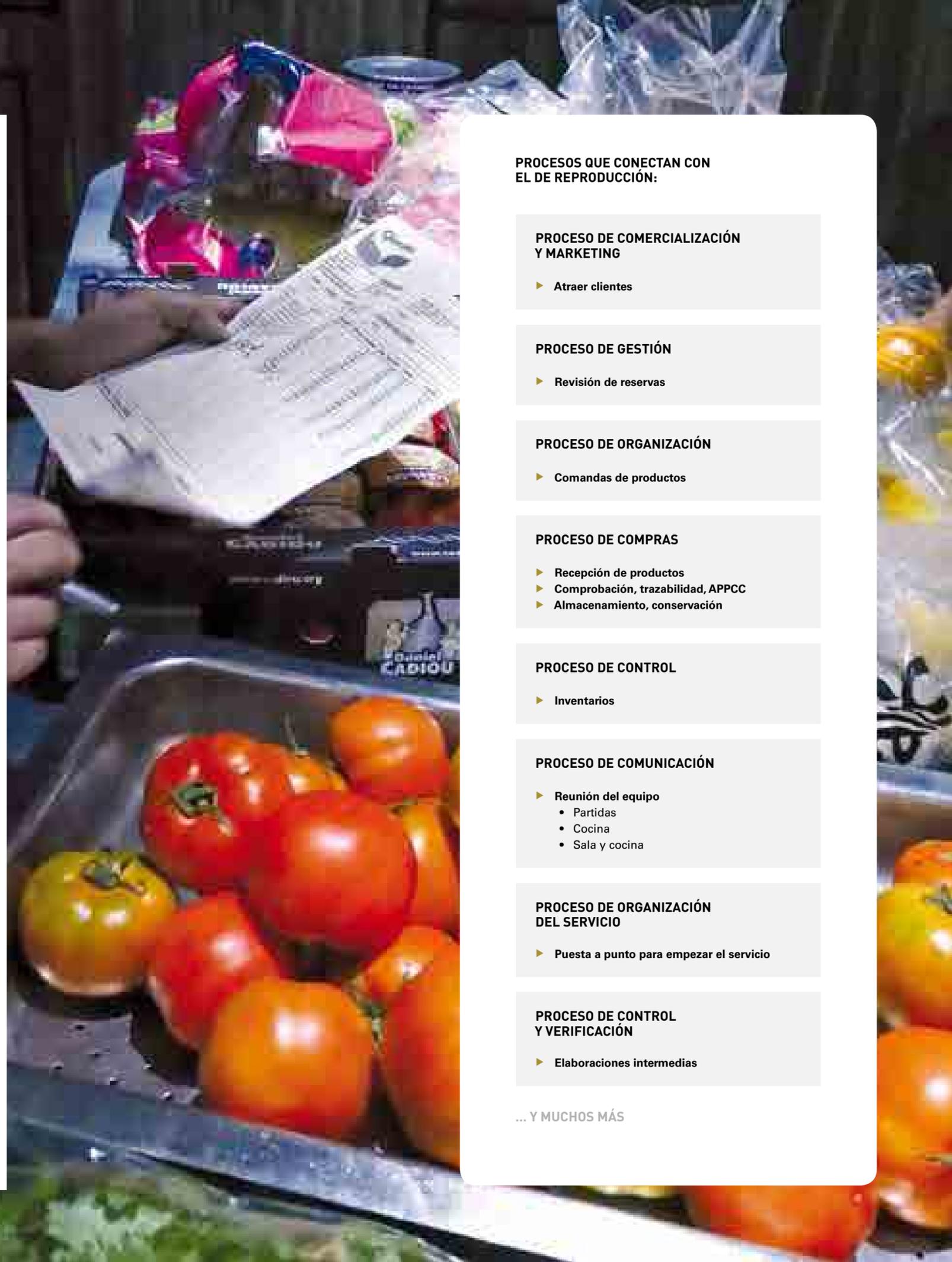
PROCESO DE ORGANIZACIÓN DEL SERVICIO

- ▶ Puesta a punto para empezar el servicio

PROCESO DE CONTROL Y VERIFICACIÓN

- ▶ Elaboraciones intermedias

... Y MUCHOS MÁS



EL PROCESO CULINARIO: FASES
FASE 1. MISE EN PLACE: PREPARAR

La fase que inaugura el proceso culinario es la *mise en place*, que incluye toda preelaboración y elaboración de elaboraciones intermedias que se emplearán durante el servicio. Todas las elaboraciones intermedias que se «adelantan» en esta fase pueden emplearse para cocinar en el momento (si el pase es a continuación, si se elabora seguidamente), o conservarse (ver pág. 114) para un proceso de elaboración que sucederá en otro momento futuro (y, en función de ello, se aplicarán técnicas de corta o larga conservación).

- ▶ **Preelaboración**
 - Para un uso inmediato
 - Para una conservación corta
 - Para una conservación larga
- ▶ **Elaboración en el espacio cocina**
 - Elaboraciones intermedias para un uso inmediato
 - Elaboraciones intermedias para una conservación corta
 - Elaboraciones intermedias para una conservación larga


FASE 2. SERVICIO O PASE: ELABORAR

El servicio o pase es la fase que comprende el periodo de tiempo en que el restaurante está abierto al público y durante el que se toman comandas, es decir, el tiempo en el que el personal de cocina se encuentra trabajando a la vez que los clientes esperan para degustar o degustan elaboraciones. Los profesionales de la cocina reproducen las elaboraciones que se incluyen en la oferta del restaurante, comidas y/o bebidas que se incluyen en su menú y/o en su carta. El tiempo destinado a elaborar en cocina no es necesariamente el total del tiempo que el restaurante está abierto, pues puede terminar el pase y que el cliente continúe en sala, alargando la sobremesa, atendido por el personal de sala.

- ▶ **Elaboración en el espacio cocina**
 - Elaboraciones intermedias
 - Que forman parte de otra elaboración intermedia
 - Que forman parte de una elaboración emplatada


FASE 3. SERVICIO O PASE: EMPLATAR

Una vez se han cocinado, las elaboraciones intermedias pasan a emplatarse antes de salir de la cocina, pudiendo pasar a estar contenidas en una herramienta individual (un plato, un bol, una cucharilla) o colectiva (una bandeja, una fuente). Cuando los cocineros emlatan las elaboraciones intermedias obtienen como resultado elaboraciones emplatadas, que pueden ser trasladadas al espacio de la sala o al lugar en el que el cliente vaya a degustarlas. Cuando el emplatado se realiza en cocina, sea individual o colectivo, en uno o varios recipientes, las elaboraciones que «marchan y pasan» son elaboraciones emplatadas y terminaría aquí su proceso de elaboración. Si ni el personal de sala ni el cliente realizan más transformaciones sobre ellas, son también elaboraciones que se degustan.

- ▶ **Emplatado en el espacio cocina**
 - Elaboraciones emplatadas
 - Elaboraciones que se degustan (si no hay más transformaciones)



Entre la fase 3, de emplatado en cocina, y la 4, que se corresponde con la salida de las elaboraciones de la misma, se produce un cambio fundamental de espacio. Hemos de incidir en el hecho de que el proceso culinario podría terminar en este momento. Las fases que describimos a continuación podrían no darse, cuando ni el personal de sala ni el propio cliente realizan transformaciones sobre la elaboración que salió emplatada y lista para degustar de la cocina, y se pasaría directamente a los procesos que hacen posible la degustación.

En los casos en los que el proceso culinario sí se traslada a la sala, entendemos las fases siguientes como continuación del mismo en un espacio diferente de la cocina, en el que actores distintos del cocinero, o el propio cocinero, continúan elaborando. Hay excepciones, por ejemplo, en una barra o en una mesa en la cocina.

FASE 4. EN LA SALA: ELABORAR Y/O EMPLATAR

Se puede elaborar en el espacio de la sala, continuando el proceso de reproducción de una elaboración si el personal de servicio, o el propio cocinero (si sale del espacio cocina), se presenta ante el cliente y continúa aplicando técnicas sobre el producto o sobre elaboraciones intermedias que se realizaron en cocina, empleando herramientas. Todas las elaboraciones serían intermedias hasta que se procediera a emplatadas.

También se puede emplatar en el espacio de la sala, en uno o varios recipientes, convirtiendo las elaboraciones intermedias (realizadas en sala o en cocina) en emplatadas. En todos los casos en los que las elaboraciones se presentan en sala en herramientas de emplatado colectivo, estas pueden ser emplatadas por el personal de servicio en porciones o raciones individuales para cada persona que degusta. También puede suceder que la elaboración se presente en sala en una herramienta de traslado, no de emplatado, y, desde esta, sea servida en raciones individuales por los profesionales del servicio a los clientes.

- ▶ **Elaboración delante del cliente (el cocinero o el personal de sala)**
 - Elaboraciones intermedias
- ▶ **Emplatado delante del cliente (el cocinero, el personal de sala)**
 - Elaboraciones emplatadas
 - Elaboraciones que se degustan (si no hay más transformaciones)


FASE 5. EN LA MESA: ELABORAR Y/O EMPLATAR

Si es el cliente el que lleva a cabo una parte del proceso de elaboración, o el conjunto del mismo, en la mesa o en la barra, nos encontramos ante un escenario en el que el «proceso culinario» no solo ha escapado del espacio cocina, sino que no es realizado en su totalidad por un actor profesional de la restauración.

- ▶ **Elaboración a cargo del cliente**
 - Elaboraciones intermedias
- ▶ **Emplatado a cargo del cliente**
 - Elaboraciones emplatadas
 - Elaboraciones que se degustan (si no hay más transformaciones)



PROCESOS NECESARIOS PARA EL TRASLADO Y EL SERVICIO

Forman parte del proceso de reproducción, puesto que los procesos de traslado y servicio completan la posibilidad de que la oferta gastronómica exista, aunque sucedan fuera del espacio cocina y no sean estrictamente «culinarios». Los profesionales de servicio (ver pág. 337) son los encargados de hacer llegar hasta el cliente las elaboraciones comida y bebida que forman parte de la misma y servir las a la mesa en la que se van a degustar.

PROCESO DE TRASLADO DE LAS ELABORACIONES

Con traslado nos referimos, literalmente, al hecho de llevar las elaboraciones de la cocina a la sala, hasta la mesa del cliente, emplatadas individual o colectivamente.

- ▶ Elaboraciones emplatadas en formato colectivo
- ▶ Elaboraciones emplatadas en formato individual

PROCESO DE SERVICIO DE LAS ELABORACIONES

Con servicio nos referimos a servir las elaboraciones en la mesa, haciendo posible que, una vez se retire el personal de servicio, el cliente pueda proceder a la degustación de las mismas.

- ▶ Elaboraciones emplatadas en formato colectivo
- ▶ Elaboraciones emplatadas en formato individual

PROCESO DE DEGUSTACIÓN

Lo que se degustan son elaboraciones, que han sido elaboradas en la cocina (o en cocina y sala) y emplatadas (en cocina o en sala). El protagonista de este proceso no es un profesional, sino un cliente que vive una experiencia en el restaurante gastronómico. La degustación se incluye dentro del proceso experiencial, que sigue al proceso de reproducción y es posible gracias al mismo.

PROCESO DE DEGUSTACIÓN

- ▶ Elaboraciones que se degustan

“ En conjunto, las fases del proceso de reproducción hacen posible la degustación ”



Representación gráfica de cocinar: el diagrama de flujo de un proceso de reproducción

Un diagrama de flujo es una representación gráfica de una sucesión de hechos, fases u operaciones que, en conjunto, forman un proceso. Además, en un formato más amplio, también puede representar un sistema, entendido como la suma de procesos. La cuestión del sistema la trataremos más adelante, ahora vamos a utilizar la idea de diagrama de flujo como el reflejo gráfico de un proceso.

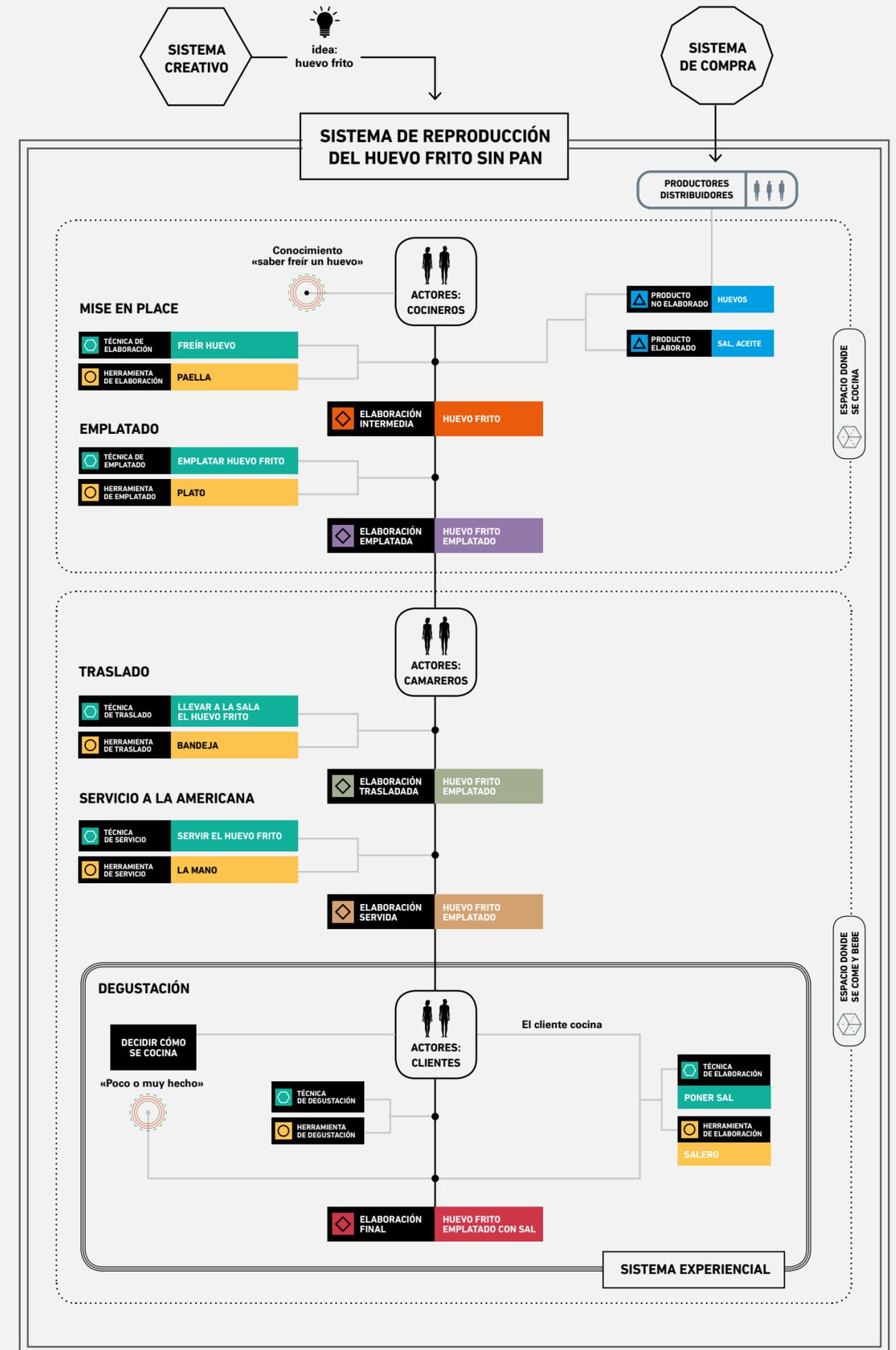
Un diagrama de flujo sintetiza información y favorece su comprensión. Aplicado a un proceso, establece sus límites, fijando un comienzo y un final. Además, marca su alcance y señala el camino hasta obtener un resultado. Todo ello puede aplicarse al proceso culinario, el cual se organiza en diferentes fases, que tienen duraciones distintas y requieren acciones y recursos específicos, y para llevarlas a cabo existen instrucciones y reglas establecidas. Toda esa información puede recogerse en un diagrama de flujo y percibirse de un vistazo. Cada diagrama representaría un proceso culinario concreto, es decir, cada uno se corresponde con el proceso de realización de una elaboración en particular.

Al representarse un proceso culinario de una elaboración concreta en el formato de un diagrama de flujo, este plasma cada una de las fases que dicha elaboración requiere para ser llevada a cabo. Engloba todas las fases del proceso culinario y no solo aquellas en las que se transforma un producto o elaboración. Es decir, el diagrama recogería todos los pasos que sigue el cocinero desde la preelaboración hasta la degustación o hasta su conservación, si va a emplearse como elaboración intermedia en otro proceso culinario diferente.

En una situación ideal, si tuviéramos un diagrama de flujo que acompañara a cada receta de cada elaboración, podríamos no solo seguir los pasos que la receta marca, sino consultar el diagrama una vez que comencemos a cocinar. De esta manera, el cocinero podría consultar las fases y tareas pendientes, así como su duración, en el formato gráfico y recurrir a la receta para informaciones más específicas.

A continuación mostramos el diagrama de flujo que corresponde al proceso culinario de elaboración de un huevo frito en el marco de un restaurante y que muestra la secuencia de pasos para obtener el resultado. Ejemplifica cómo el proceso culinario puede enmarcarse en un sistema, como explicaremos en la página 190.

A cada elaboración le correspondería un mapa como el que mostramos a continuación. Como en el caso de las elaboraciones, hay miles de mapas posibles.

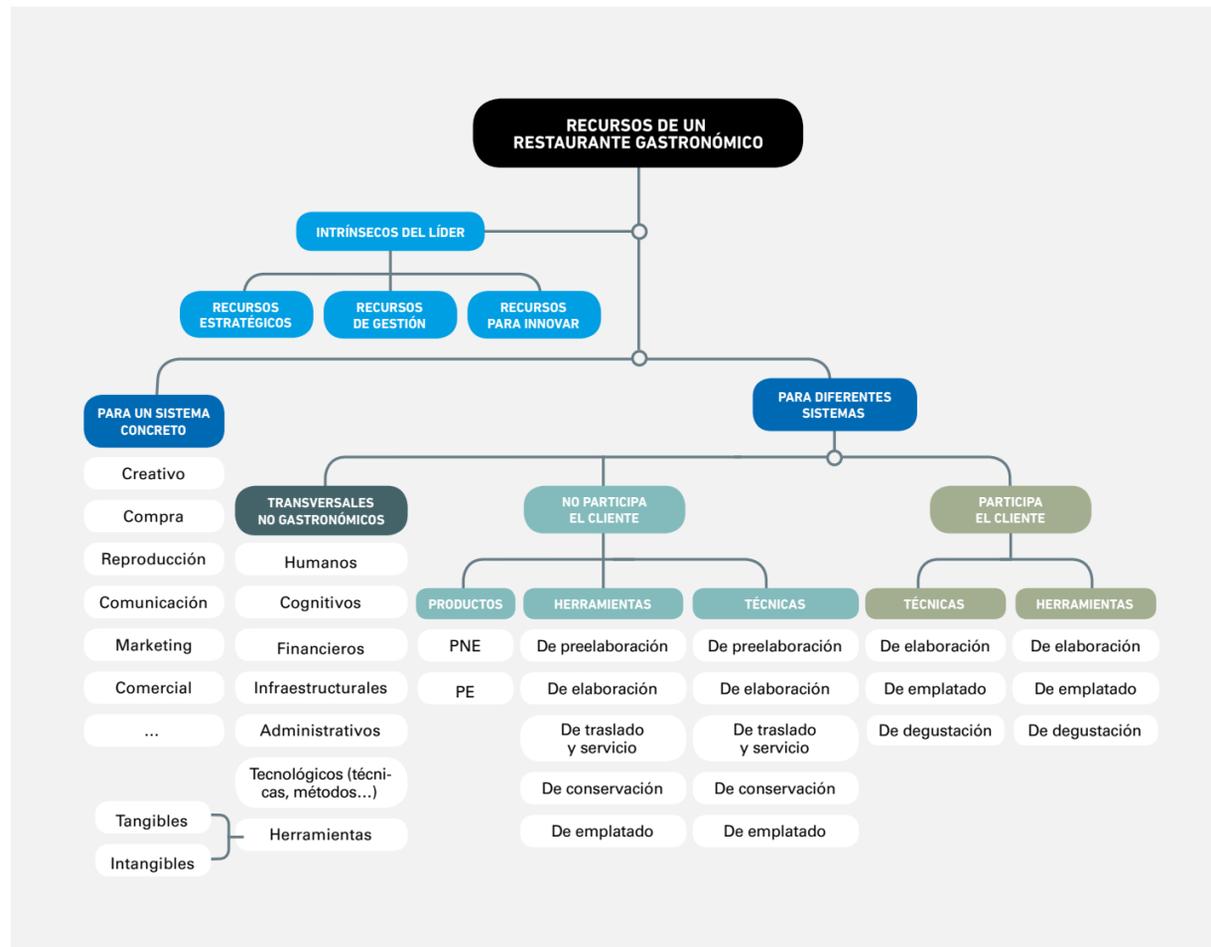


“La receta, el algoritmo, el diagrama de flujo, el proceso y el sistema serían lo ideal para cocinar cualquier elaboración”

Los recursos son imprescindibles para cocinar: ¡sin recursos, no hay proceso!

Los recursos son imprescindibles para poder llevar a cabo todos los procesos que se dan en el restaurante gastronómico y, sumados a estos, conforman el conjunto del sistema, al que nos dedicaremos más adelante. Aquí vamos a explicar qué es un recurso en un restaurante gastronómico.

Como realidad, como espacio en el que se da y se consume la oferta gastronómica, el restaurante gastronómico requiere multitud de recursos que no son productos que vayan a ser elaborados y terminen degustándose, que son necesarios en procesos distintos del culinario o para hacer posible el mismo. Por ejemplo, el mobiliario, la vajilla, los recursos humanos o la luz eléctrica que ilumina el restaurante son recursos, puesto que hacen posibles diferentes procesos dentro del sistema y, de no hallarse, de no encontrarse en el restaurante, las fases en las que cada uno de ellos se emplean quedarían anuladas, no serían posibles. Si nos referimos a los recursos, debemos hacer una gran distinción entre los dos grandes tipos que se encuentran en el restaurante y, en general, en cualquier ámbito en el que se cocine, pero que entendemos ahora aplicados a este: los recursos gastronómicos y los no gastronómicos.



* Las elaboraciones intermedias pueden ser vistas como un resultado o un recurso.

LOS RECURSOS NO GASTRONÓMICOS

Son recursos no gastronómicos todos aquellos que resultan necesarios para llevar a cabo la actividad de la restauración gastronómica y que no tienen relación directa con la gastronomía, en cuanto que no son productos, técnicas ni herramientas culinarias. Se incluyen aquí, entre otros, los recursos humanos (todo el personal, independientemente de la tarea que lleven a cabo), la infraestructura, el espacio y el tiempo, que son elementos imprescindibles para llevar a cabo la oferta gastronómica.

Algunos son intrínsecos a cada uno de los sistemas (de los que hablaremos más adelante) y se emplean para llevar a cabo procesos, como crear, comprar, reproducir, comunicar, vender, gestionar, innovar o hacer marketing, en un momento determinado y concreto, para obtener un resultado. Otros, sin embargo, son recursos que se utilizan de forma transversal y están presentes en diferentes sistemas, es decir, se usan en procesos distintos dentro del mismo, como los recursos humanos, financieros, organizativos, infraestructurales, administrativos, de control y todos aquellos productos no gastronómicos que se emplean en el restaurante, siendo necesarios para implementar más de un proceso y que sirven para obtener resultados en más de un sistema.

LOS RECURSOS GASTRONÓMICOS

Entendemos por recursos gastronómicos los elementos básicos que hacen posible el hecho culinario y gastronómico. Aunque en su conjunto requerirían un tratamiento más exhaustivo, vamos a centrarnos a continuación en aquellos que están directamente relacionados con los procesos que hemos descrito anteriormente y que encontraríamos en distintas fases del proceso de reproducción en el restaurante gastronómico.

Consideramos productos todos aquellos recursos gastronómicos que pueden comprarse, adquirirse. Pueden ser tanto comestibles (aquellos que se emplearán para transformarlos en elaboraciones) como no comestibles (aquellos que se utilizan como herramientas para realizar elaboraciones, emplatadas, trasladarlas, servir las o degustarlas).

► **Productos comestibles:** son todos aquellos recursos que se emplean para cocinar y que se transforman en elaboraciones. Pero no todos los productos comestibles son iguales, puesto que algunos se adquieren elaborados y, otros, sin elaborar. De acuerdo con Sapiens, distinguimos entre:

Productos no elaborados	Aquellos que se obtienen directamente del medio donde se producen, sin haber sufrido ninguna modificación en su composición y propiedades, pues no están (todavía) cocinados.	
Productos elaborados	Aquellos que se producen antes de venderse, es decir, se adquieren ya elaborados, por lo que llegan al cocinero ya transformados o modificados.	

- **Productos no comestibles:** todas las herramientas empleadas para aplicar técnicas, que, al igual que estas, se clasifican en función de la fase del proceso de reproducción en la que se emplean:

Herramientas de preelaboración	Aquellas empleadas para llevar a cabo el acondicionamiento y la puesta a punto de los productos.	
Herramientas de elaboración	Aquellas empleadas para transformar los productos mediante una serie de técnicas para obtener las elaboraciones intermedias.	
Herramientas de conservación	Aquellas que permiten conservar elaboraciones intermedias que serán empleadas o degustadas en otro momento distinto de aquel en el que han sido cocinadas.	
Herramientas de emplatado	Aquellas que permiten emplatado una elaboración, uniendo todas las elaboraciones finales que la forman en un mismo continente o distribuyéndolas en varios.	
Herramientas de traslado	Aquellas que permiten al cocinero o al personal de servicio trasladar la elaboración de la cocina a la mesa.	
Herramientas de servicio	Aquellas empleadas por el personal de servicio o por el individuo encargado de servir las elaboraciones.	

- **Las técnicas:** además de los productos, comestibles y no comestibles, contamos con otro tipo de recurso gastronómico, las técnicas. Podemos definir «técnica» como toda acción o grupo de acciones con las que se obtiene un resultado concreto, siendo un mundo muy complejo dentro del proceso culinario, en el que el nivel de dificultad (ver pág. 118) puede variar considerablemente en función de que se apliquen unas u otras sobre el producto. Cada una de ellas supone el manejo y control de una herramienta determinada, para lo que puede ser necesario un conocimiento específico. Al igual que sucede con las herramientas, las técnicas se clasifican en función del momento del proceso de reproducción en el que se emplean:

Técnicas de preelaboración	Aquellas que sirven para preparar y acondicionar los productos antes de emplearlos en un proceso de elaboración.	
Técnicas de elaboración	Aquellas que sirven para obtener elaboraciones intermedias y que pueden emplearse con el objetivo del consumo inmediato o con un propósito de conservación.	
Técnicas de conservación	Aquellas que elaboran el producto de modo que no perezca ni se eche a perder si no es consumido como elaboración inmediatamente después de ser cocinado. Permiten conservar elaboraciones intermedias que serán empleadas para cocinar o degustar en un momento distinto de aquel en que se cocinaron. Existen técnicas de corta y larga conservación (ver pág. 114).	
Técnicas de emplatado	Aquellas que sirven para colocar o disponer elaboraciones intermedias sobre una o varias herramientas de emplatado creando una composición, la elaboración emplatada.	
Técnicas de traslado y servicio	Aquellas entre las que se incluyen las técnicas de traslado de la cocina a la sala: son las empleadas por el personal de servicio para llevar elaboraciones del espacio de la cocina a la sala y servir las al cliente una vez en la misma. También todas las relacionadas con la atención al cliente para cubrir las necesidades relacionadas con la degustación.	

Sistemas y subsistemas: la complejidad de conectar la cocina con el restaurante

Todos los procesos que se realizan, que incluyen las fases que se encadenan para obtener un resultado, no serían nada sin los recursos, gastronómicos y no gastronómicos, que los hacen posibles. Cuando procesos y recursos se unen en la restauración gastronómica confirman la existencia de un sistema, el sistema general de funcionamiento del restaurante, del que entendemos que forman parte, como unidad superior que los agrupa y en la que refuerzan su objetivo.

El sistema general de funcionamiento del restaurante es el gran paraguas bajo el que numerosos subsistemas coexisten, haciendo posible la reproducción diaria de la oferta gastronómica, pues todos están conectados con el objetivo último de ofrecer una experiencia al cliente, que pasa —de manera obvia— por cocinar una oferta de elaboraciones y servirla, pero que necesita muchas otras esferas de trabajo para hacer ambas posibles, desde el aprovisionamiento hasta la limpieza (que tienen sus propios subsistemas).

Un sistema, cualquiera de ellos dentro del restaurante, existe cuando se dan los procesos que lo conforman y los recursos necesarios para llevarlos a cabo. En cada uno de los subsistemas que, conectados, hacen posible la actividad del restaurante, encontramos que se cumple esta premisa: todos se construyen en base a procesos que se realizan con unos recursos determinados, que hacen posible la conexión con otros sistemas dentro del mismo. Algunos se emplean de forma puntual, en un momento muy concreto de un proceso (por ejemplo, una determinada técnica de elaboración), y otros son transversales y podemos encontrarlos en diferentes procesos e incluso en distintos subsistemas (por ejemplo, la luz eléctrica que permite iluminar todos los espacios del restaurante, en todo momento).

En conjunto, el sistema de reproducción abarca todos los subsistemas necesarios para hacer posible una oferta gastronómica de comida y bebida en el restaurante gastronómico, que incluye muchos procesos y recursos más allá de los puramente culinarios. Hacer posible el hecho de cocinar para reproducir, es decir, hacer que el subsistema culinario suceda, requiere subsistemas previos y posteriores a los que debe estar conectado, que entendemos como parte del sistema general de funcionamiento.

Encontramos cuatro subsistemas que reproducen elaboraciones, diferenciados en sus procesos y recursos en función de las características de las mismas, y un quinto subsistema que traduce los resultados de la creación (sistema creativo y de innovación) en el restaurante, haciendo posible que puedan reproducirse:

Subsistema para reproducir comida del mundo dulce

Subsistema para reproducir comida del mundo salado

Subsistema para reproducir bebida del mundo dulce

Subsistema para reproducir bebida del mundo salado

Subsistema de prototipado de elaboraciones

En cada uno de ellos se incluyen otros subsistemas antes, durante y después del servicio, que, en conjunto, conforman estos subsistemas de reproducción:

- Antes del servicio encontramos los subsistemas de obtención del producto, vinculado con el sistema de compra, el subsistema de preelaboración, de elaboración y de conservación corta o para uso inmediato.
- Durante el servicio se dan los subsistemas de comunicación, de puesta a punto, de bienvenida (a la llegada del cliente), de presentación de la oferta gastronómica, de elaboración y emplataje, así como de traslado y servicio en sala. Dentro de ellos, encontramos subsistemas diferenciados para cocinar elaboraciones del mundo dulce o salado, comidas o bebidas.
- Tras el servicio, otros subsistemas se conectan, como son el de comunicación (buscando conocer las impresiones del cliente), el de despedida/fidelización, el de desbarase y el de conservación, corta y larga, una vez terminado el servicio.

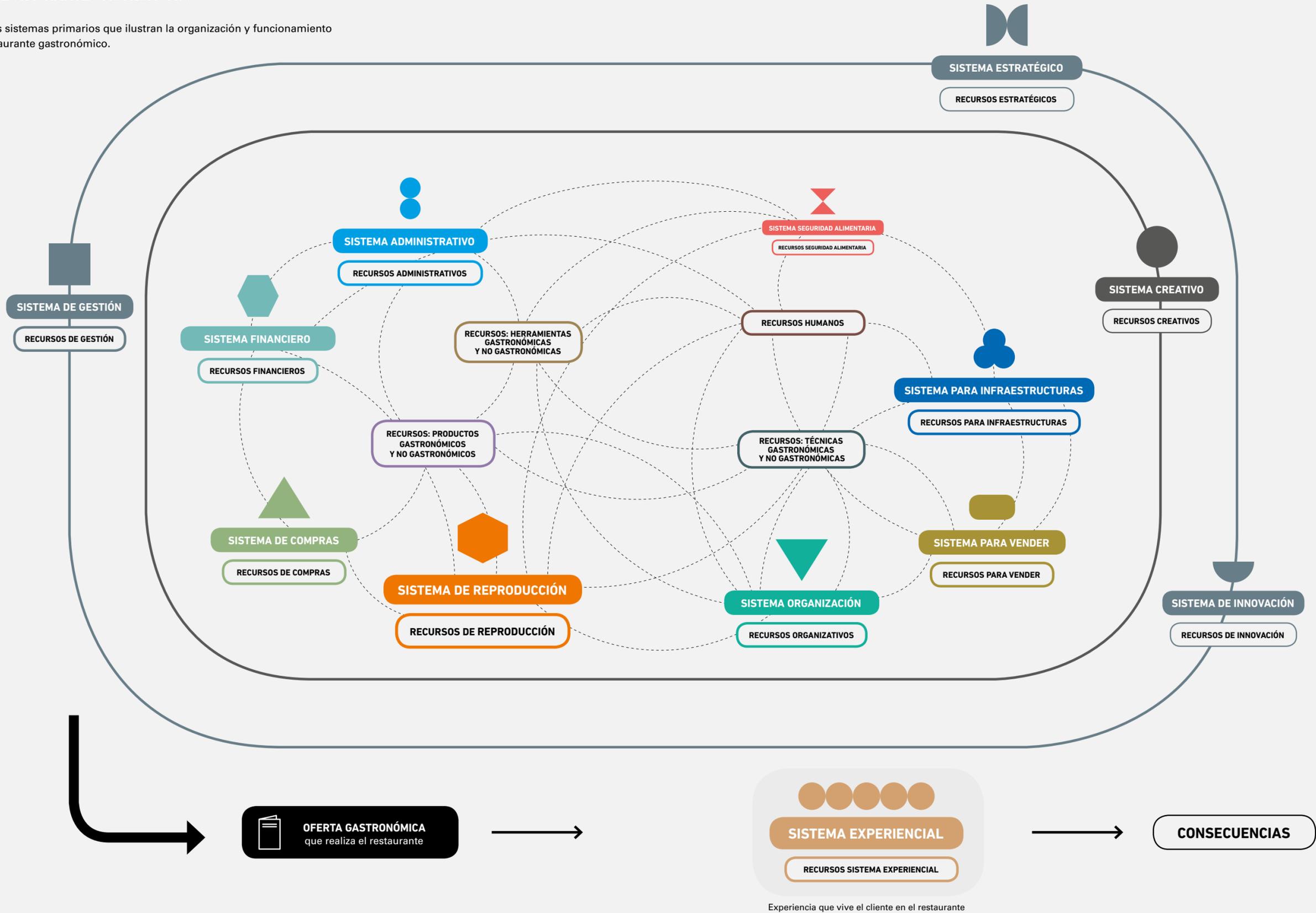
La naturaleza y características de la elaboración que se reproduce en el restaurante marca diferencias en el sistema, tanto en el subsistema culinario que la cocina, como por el que se emplata o el que hace posible su servicio, etc. Además, el propio sistema para reproducir puede variar en función de que hablemos del mundo dulce o salado, así como de cocinar elaboraciones comida o bebida, para las que los procesos y recursos varían y se concretan. En cada caso son tan específicos y se construyen en base a fases tan concretas (dentro de los procesos) que podrían diferenciarse en función de estos criterios, como subsistemas de reproducción distintos.

Vemos, así, hasta qué punto está todo conectado en el restaurante, cómo de ligado queda todo aquello que sucede en el mismo y que se gestiona, organiza, compra, cocina, sirve, ofrece... de una forma particular en cada caso, haciendo variar los procesos y recursos en cada subsistema y definiendo un sistema general de funcionamiento de cada establecimiento en el caso de cada oferta gastronómica, epicentro del sistema.

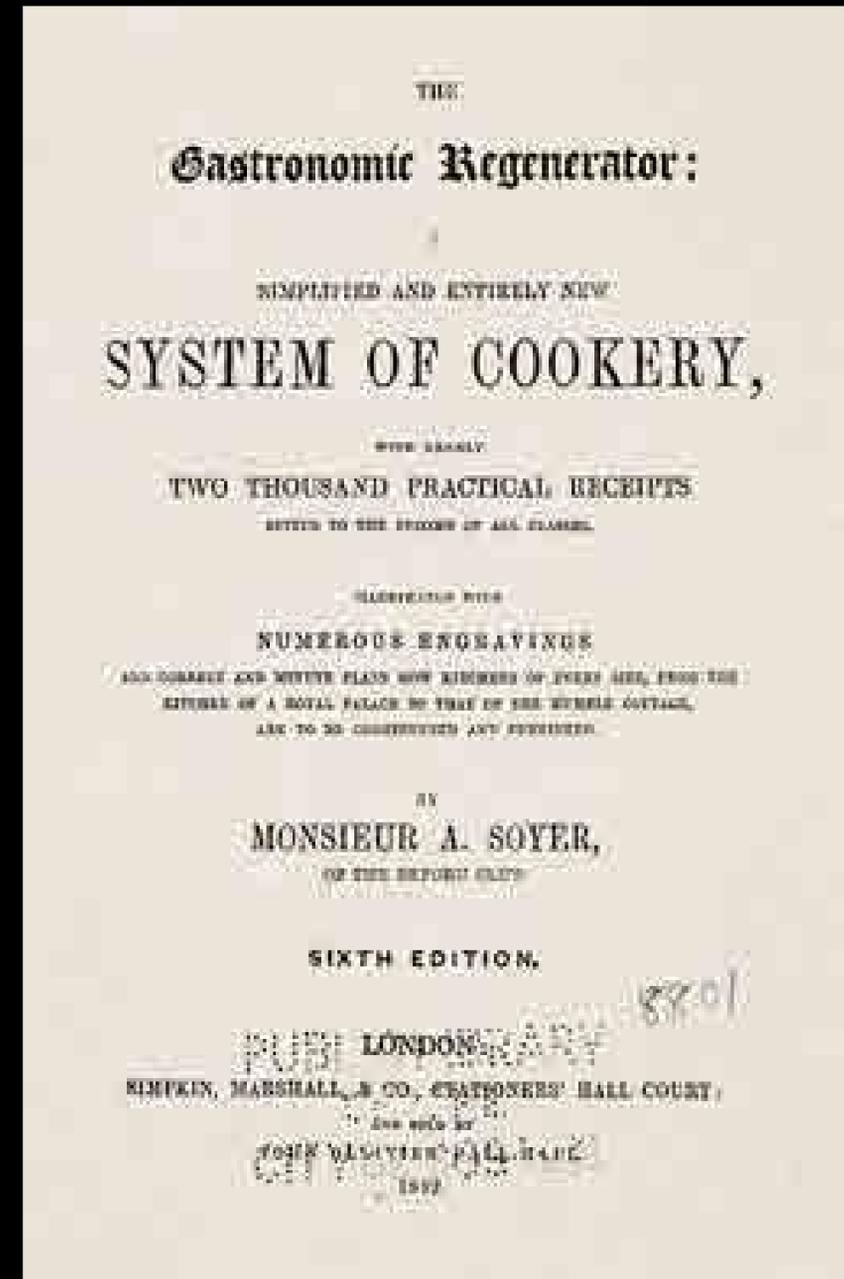
“ El restaurante gastronómico celebra una ceremonia de ceremonias porque posee un sistema de sistemas: un servicio general que da lugar a servicios particulares en cada mesa, posibles gracias a la coordinación entre subsistemas ”

EL SISTEMA GENERAL DE ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE UN RESTAURANTE GASTRONÓMICO

Principales sistemas primarios que ilustran la organización y funcionamiento de un restaurante gastronómico.



Comprender el pasado
para ir hacia el futuro...



El sistema para degustar: un sistema para comer y beber

DEGUSTAR

RAE

1. tr. Probar o catar, generalmente con deleite, alimentos o bebidas.
2. tr. Saborear y percibir con deleite sensaciones agradables.

Tal y como hemos visto (ver pág. 190), existe un sistema en el que se enmarcan todos los procesos y recursos necesarios para que los profesionales de la restauración realicen una oferta gastronómica. Ahora nos centramos en observar cómo los comensales o clientes que degustan (comen y beben) lo hacen también en base a un sistema, tanto en el ámbito público como en el privado.

SISTEMA PARA DEGUSTAR, COMER Y/O BEBER EN...

- ▶ **El ámbito privado, doméstico.** En función del número de personas que convivan en el ámbito doméstico (si una persona cocina y degusta sola, si lo hace en familia, si recibe visitas para comer y beber en casa), el sistema que se haya generado para comer y beber lo cocinado será uno u otro, con sus particularidades, pero tendrá siempre en común la disposición de unos recursos y la generación de una serie de procesos. Por una parte, tiene que haber recursos para degustar: un tiempo concreto, un espacio determinado, unas herramientas de emplatado (boles, platos, vasos), de servicio (un cucharón, una bandeja, unas pinzas), que facilitan la degustación (una mesa, unas sillas) y de degustación (tenedores, cuchillos, cucharas, copas, etc.).

Contando con los recursos, se llevan a cabo procesos que unen fases con el objetivo de comer y beber las elaboraciones. Por ejemplo, en un día normal, se han de trasladar las elaboraciones a la mesa (o al lugar donde se coma y se beba), donde se ponen en el centro, sentarse a la misma, servir la bebida y la comida en las herramientas de emplatado, comer y beber, degustar. En un día festivo, puede suceder que todas las elaboraciones se pongan sobre la mesa a la vez y cada comensal se sirva lo que desee comer de cada una de ellas, o que se emplate la comida en cocina y se sirva ya emplatada, quedando pendientes las bebidas del encopado en mesa.

- ▶ **El restaurante gastronómico.** El restaurante gastronómico crea una oferta que dialoga con el cliente, que incluye todos los subsistemas que hacen posible que viva una experiencia gastronómica mientras se encuentre en el mismo. La responsabilidad de acompañar al cliente a lo largo de la misma es de los profesionales del restaurante, pero la experiencia es de cada cliente. En ella, es fundamental la degustación de las elaboraciones comida y/o bebida, pero también el propio espacio, el ambiente, las sensaciones que le rodean... De que todos los recursos necesarios para degustar estén presentes y sean los adecuados se encargan los profesionales del equipo del restaurante, pero será el cliente quien lleve a cabo determinados procesos dentro del mismo.

- ▶ **La experiencia, el sistema experiencial.** Una vez que ha decidido vivir la experiencia y reservar (o no) una mesa en el restaurante, el cliente debe desplazarse para llegar. Desde que se le da la bienvenida y entra al establecimiento, donde es acomodado, el cliente ya puede estar degustando sensaciones. Incluso desde que realiza la reserva, el cliente puede tomar decisiones que determinarán su propio sistema de degustación, si solicita una mesa en concreto o pide que le cambien de mesa, que le faciliten unas herramientas de degustación distintas de las proporcionadas, que quiten la música, cambien la temperatura o bajen la luz, por ejemplo, pues estos recursos son necesarios sin haber empezado a comer ni beber. Al tomar la decisión de degustación de comida y bebida está condicionando el conjunto del sistema, pues de ella se desprende qué será lo que coma y/o beba. En el momento en que las elaboraciones llegan a la mesa y comienza la degustación, decidirá cómo disponer de las herramientas que se le hayan proporcionado (recursos) para llevar a cabo los procesos necesarios para degustar: puede que termine de cocinar las elaboraciones en mesa, si realiza transformaciones en las elaboraciones o las altera de alguna forma una vez emplatadas o encopadas, puede que tenga que emplatadas, si no lo fueron previamente, o que tenga que partirlas para hacerlas más pequeñas y poder degustarlas, etc.

COMIDA Y BEBIDA EN EL RESTAURANTE GASTRONÓMICO

En el caso del restaurante gastronómico, normalmente las elaboraciones comida y bebida se degustan a la vez e incluso pueden generar un único discurso si hay un diálogo entre ambas. Pero también existiría un sistema por el que solo se comieran o solo se bebieran elaboraciones, como sucedería en el caso de una cata de vinos que se realizase en un restaurante.

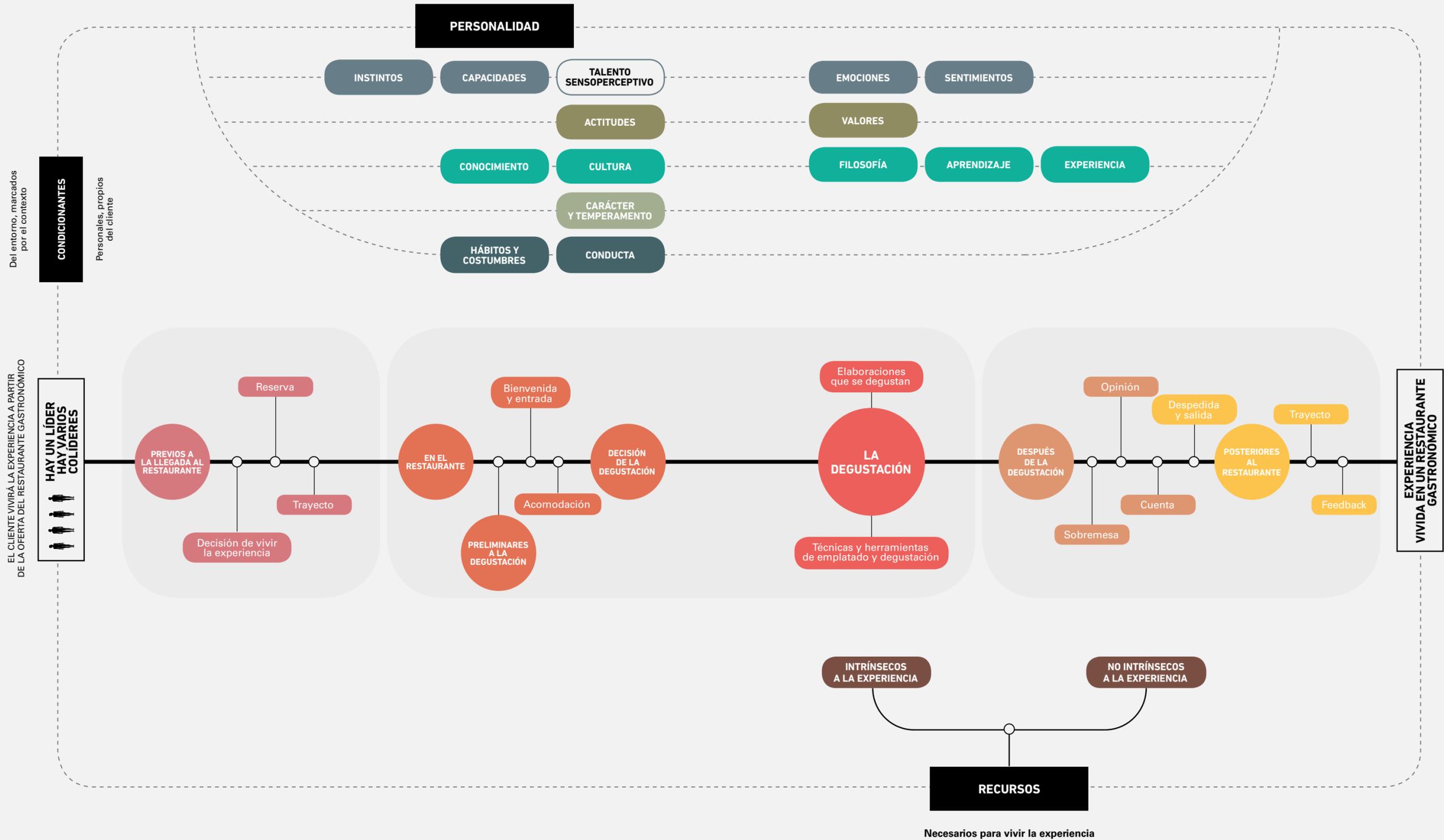


MAPA DEL SISTEMA EXPERIENCIAL DE LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA

Cómo es y cómo se comporta el cliente según sus:

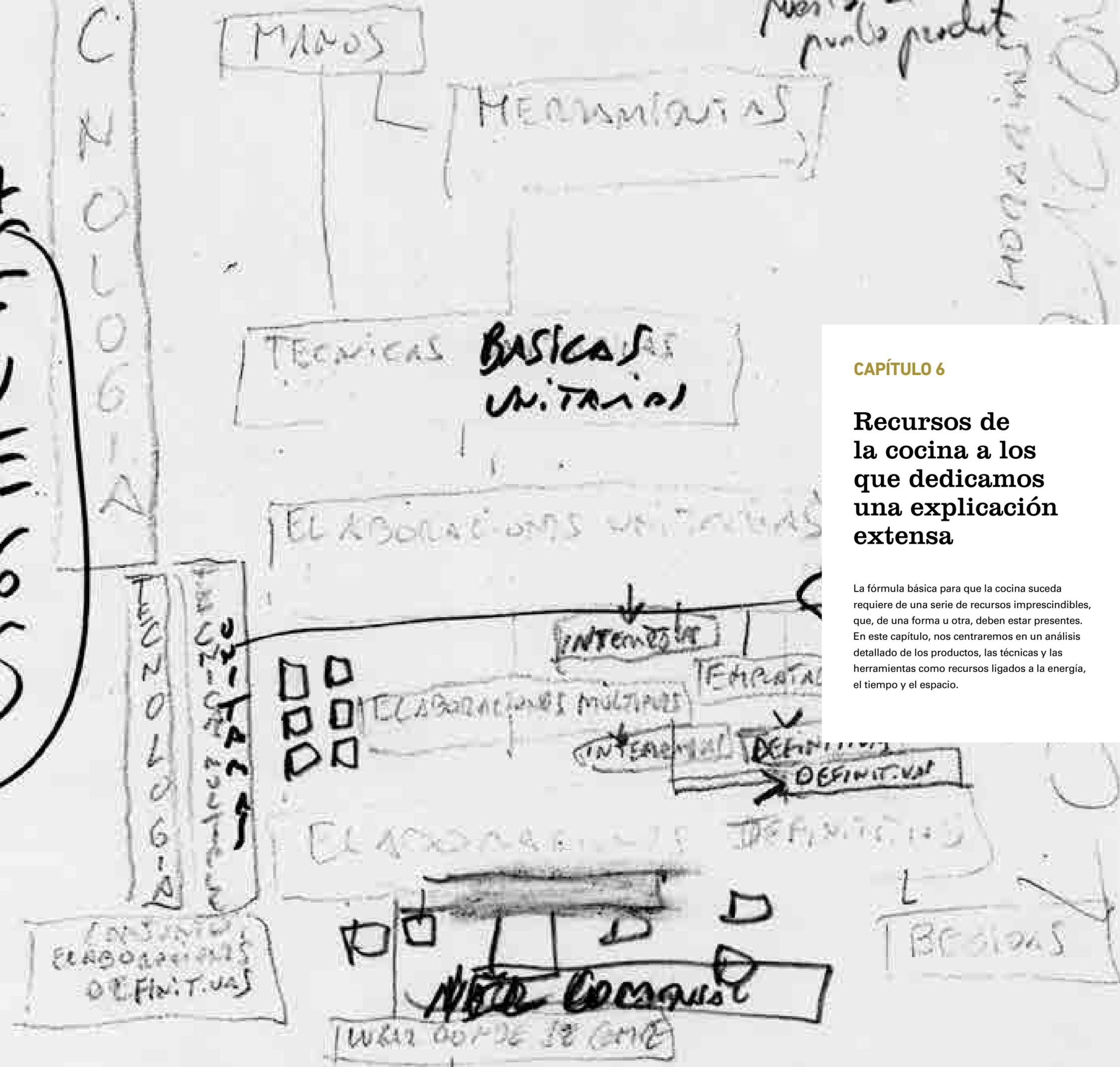
Procesos cognitivos básicos y complejos

Subprocesos cognitivos operativos



El hombre tiene las sa
CAPA de los
placido

COGNITIVO



CAPÍTULO 6

Recursos de la cocina a los que dedicamos una explicación extensa

La fórmula básica para que la cocina suceda requiere de una serie de recursos imprescindibles, que, de una forma u otra, deben estar presentes. En este capítulo, nos centraremos en un análisis detallado de los productos, las técnicas y las herramientas como recursos ligados a la energía, el tiempo y el espacio.

Los productos comestibles: el punto de partida de la ecuación culinaria

La importancia de comprender los que consideramos elementos fundamentales de la cocina nos lleva a hablar de ellos de forma conectada, analizando la relación del producto, que tratamos a continuación, con la herramienta y la técnica, así como con un cuarto elemento, que resulta de la transformación que estas provocan sobre el mismo: la elaboración intermedia o que se degusta.

PRODUCTO

RAE

1. m. Cosa producida.

En un primer contacto con el producto, nos encontramos ante la cuestión del léxico. Cuando nos referimos al «producto» o los «productos» somos conscientes de que este término es habitual en la jerga profesional para hablar de los mismos, pero no es el único con el que los cocineros hacen referencia a estos recursos comestibles de la cocina.

¿POR QUÉ EN SAPIENS EMPLEAMOS EL TÉRMINO «PRODUCTO» Y NO «ALIMENTO», «MATERIA PRIMA» O «INGREDIENTE»?

Las definiciones que la RAE aporta del término «alimento» consideran el aspecto nutricional, pero no contemplan el gastronómico, tienen un recorrido limitado. Además, en ese sentido, un alimento podría ser un producto, pero también un plato o una bebida, como elaboraciones. A efectos culinarios, el concepto «materia prima» estaría haciendo referencia exclusivamente a los productos que requieren una transformación que llevará a cabo la industria o que son fabricados, excluyendo la posibilidad de la cocina artesanal que elabora y no produce. Resulta poco preciso. Por último, «ingrediente» hace referencia a todo producto elaborado o no elaborado que queda recogido en una receta, pero no diferencia entre ellos.

¿QUÉ ENTENDEMOS EN SAPIENS POR PRODUCTO?

Sin producto no hay cocina, aunque dispongamos del resto de elementos necesarios para llevar a cabo la acción de cocinar. En el acervo culinario y gastronómico, no es común entender el producto como un recurso, pero así lo emplean tanto los cocineros amateurs como los profesionales, con el objetivo de reproducir elaboraciones, pero también de crearlas, para la alimentación o con un uso hedonista.

En el contexto de un restaurante gastronómico, es más probable que el producto se entienda como un recurso, pues es un concepto que suele estar presente en el marco de la gestión de una empresa. En el establecimiento de la restauración gastronómica, el producto hace posible la reproducción diaria de la oferta gastronómica y su papel en esta tiene un impacto directo sobre la experiencia que el cliente vive en el mismo.

SAPIENS CLASIFICA LOS PRODUCTOS

Podemos llevar a cabo una primera división de los productos en dos grandes categorías: productos gastronómicos y no gastronómicos (en función de que su uso sea exclusivamente culinario o no). Si nos centramos en los productos gastronómicos, estos se dividen, a su vez, en comestibles y no comestibles. En el segundo grupo encontramos las herramientas, que trataremos más adelante, para tratar ahora los productos gastronómicos comestibles, que pueden ser:

PRODUCTOS NO ELABORADOS	Productos no elaborados (en adelante, PNE), tanto naturales, si son silvestres o salvajes y existen en la naturaleza sin la intervención humana, como artificiales, cuando son criados o cultivados por el ser humano, a través de la domesticación de especies.
PRODUCTOS ELABORADOS	Productos elaborados (en adelante, PE) son aquellos que el cocinero (amateur o profesional) compra ya cocinados (se producen en la industria alimentaria o los elaboran pequeños artesanos) y emplea como elaboraciones intermedias en un proceso de elaboración (como la harina). A veces pueden consumirse directamente, si se emplatan, sirven y ofrecen para degustar como elaboraciones (por ejemplo, unos mejillones en escabeche).

La diferencia principal entre ambos está en cómo llegan al consumidor (cocinero que se abastece) y el uso que este hace de ellos. Partimos de que un PE ya ha sido elaborado, mientras que un PNE requiere casi siempre de, al menos, una preelaboración para poder ser consumido. Ambos tipos de producto se tratan específicamente en los proyectos que llevan su nombre en el marco de la Bullipedia.



LA IMPORTANCIA DEL PRODUCTO EN LA ECUACIÓN CULINARIA Y GASTRONÓMICA: SU PAPEL EN EL SISTEMA CULINARIO

La necesidad e importancia de comprender el producto tiene su máxima expresión en el momento de comprarlo, sea elaborado o no elaborado. Saber qué adquirimos para cocinar supone conocer el producto que vamos a emplear, es decir, saber cuándo hemos de comprarlo o con qué antelación, a quién, cuál es su precio medio, en qué estación o mes se encuentra en condiciones óptimas e, incluso cuándo no debemos comprarlo. El valor gastronómico del mismo y su calidad (su exclusividad, disponibilidad, no necesariamente ligadas a su precio) se incluyen en este conocimiento.

A nivel de la gestión del restaurante gastronómico, una mejor comprensión del producto que se elige y del que se recibe un abastecimiento (diario, semanal, mensual...) puede repercutir en mejoras sustanciales en el conjunto de la planificación de la compra, así como en la organización de la misma.

En el caso del PNE (en especial el natural), lo encontramos absolutamente condicionado por el lugar geográfico en el que se obtiene, marcado por un clima, una geografía, un ecosistema, una estacionalidad... que nos permiten conocer su origen. En este sentido, conocer más y mejor el producto supone incluir también una perspectiva histórica, que explica su recorrido hasta la actualidad. Muchos PNE han viajado por el mundo, criándose y cultivándose, en la actualidad, en lugares distintos de aquel del que partieron. Para un cocinero sería imposible conocer cada una de las variedades de producto que existen, pues hay millones. Sin embargo, sí puede tener el conocimiento esencial sobre cada uno de los que desee emplear en su cocina. Por ejemplo, existen más de 10 000 variedades de tomate, sería tedioso conocerlas todas. Pero si el cocinero comprende que el tomate es un ser vivo, una planta de la que existen distintas especies, conoce su composición, etc., podrá extrapolar ese conocimiento cada vez que emplee un tomate.

Si el cocinero se vuelca en esta comprensión, podrá emplearla también como impulso de su talento creativo. Un mayor conocimiento sobre el producto alimentará su capacidad de crear, en cuanto que será capaz de imaginar muchas más posibilidades para cada uno de los productos si conoce las oportunidades potenciales que le brindan como recursos.

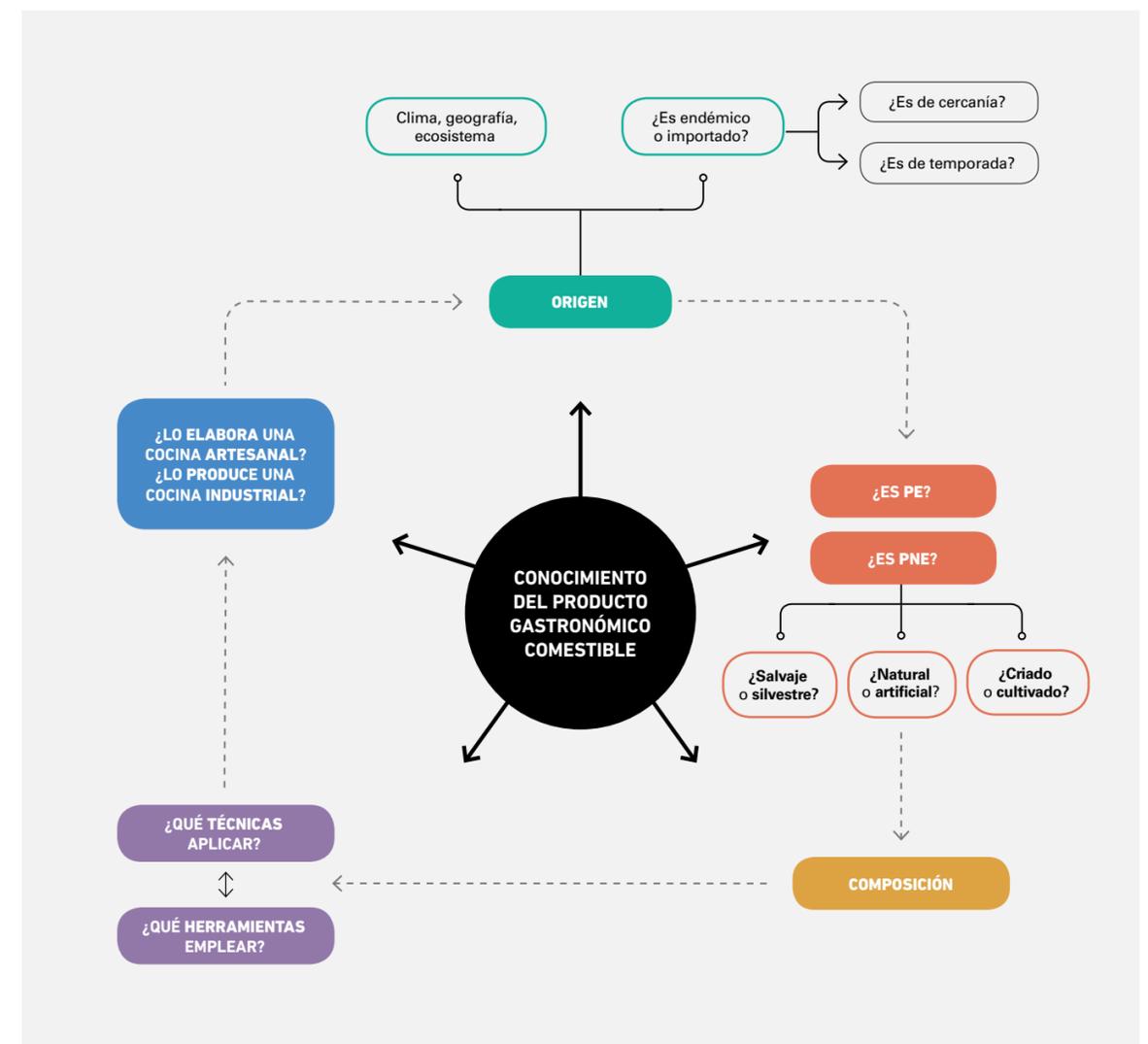
A efectos de la reproducción en cocina, saber más y comprender mejor supone también una ventaja de cara a la selección de los productos que harán posible la oferta diaria del restaurante, tanto aquellos que se eligen y emplean para elaborar (PNE), quedando integrados en elaboraciones que se degustan, como los que se adquieren ya elaborados (PE como son un excelente jamón ibérico o un vino de calidad, por ejemplo) y se transforman en elaboraciones al emplatarse y servirse en el marco de la estructura de oferta de comida y bebida. Como recurso para la reproducción en el restaurante gastronómico, el conocimiento y comprensión del producto es importante para el cocinero, pero también para los profesionales de la sala, no solo porque depende de ellos informar al cliente, sino también porque reforzará su papel como potenciales cocineros, cuando elaboran en un espacio distinto al de la cocina, normalmente ante el cliente.

Dentro de la estrategia de comunicación de un restaurante gastronómico, la comprensión del producto también cumple un papel destacado. Una comunicación basada en el producto puede reforzar una línea de discurso que se dirija al cliente, poniendo en valor, precisamente, ese elemento para reforzar su oferta o, sin subrayarlo como componente principal del mensaje, hacer entender al cliente una filosofía (si se elige un determinado tipo de producto de cercanía, ecológico...) recogida y plasmada en la cocina del restaurante.

EL PRODUCTO COMO RECURSO PUEDE MARCAR LAS CARACTERÍSTICAS DE UNA COCINA

En primer lugar, el empleo reiterado o exclusivo de un producto o familia de productos (tanto de PNE como de PE) puede dar lugar a cocineros especialistas y cocinas especializadas, que se encuentran en el ámbito público y, en particular, en la restauración gastronómica. Además, el uso exclusivo de un determinado tipo de productos (natural, en la «cocina natural», de cercanía o ecológico en la «cocina responsable», limitado o restringido por creencias religiosas, de temporada en una «cocina sostenible», etc.) está muy ligado al hecho de llevar a cabo un tipo de cocina concreto, con una voluntad determinada e, incluso, respaldado por una filosofía, que puede terminar por definir el estilo de un cocinero o ser una característica relevante de un movimiento de cocina.

Incluimos, a continuación, un mapa que refleja el conocimiento básico para comprender mejor el producto gastronómico comestible.



¿Qué necesitas si puedes imaginar cómo cocinar un producto? ¡La herramienta que te permita hacerlo!

Las herramientas, también denominadas utensilios, aparatos, maquinaria, vajilla, cubertería..., son productos gastronómicos, pero no son comestibles, por lo que se distinguen de la consideración de «productos» que acabamos de ver. Las herramientas se emplean, al igual que las técnicas, como recursos en un proceso de creación o reproducción, amateur o profesional, tanto con el objetivo de la alimentación como para el hedonismo y el placer. Como tales, forman parte de la obtención de un resultado, la elaboración intermedia o que se degusta o el producto elaborado, en el caso de la industria.

Como recursos, son tan numerosos como las técnicas que hacen posibles y evolucionan en paralelo a las mismas, bien porque se crea una herramienta y, en consecuencia, una nueva técnica posible o, viceversa, porque la idea de una nueva técnica o de una técnica que existe requiere la consecuente invención de una herramienta.

HERRAMIENTA

RAE

1. f. Instrumento, por lo común de hierro o acero, con que trabajan los artesanos.
2. f. Conjunto de herramientas.

Tal y como señala la definición de la RAE, son herramientas aquellos instrumentos que los artesanos, que en el terreno gastronómico pueden ser amateurs o profesionales, que cocinan en el ámbito doméstico o de la restauración emplean como recursos tanto para crear como para reproducir elaboraciones.

HERRAMIENTA

LAROUSSE

1. s.f. Utensilio con que se hace algún trabajo manual, generalmente de hierro o acero.
2. Conjunto de estos utensilios.
3. Parte del cuerpo que desempeña una función activa en la realización de una tarea.
7. herramienta de corte – Instrumento cortante.
8. herramienta mecánica – Máquina que realiza un trabajo mecánico, como una cepilladora, fresadora o torno.

Pero debemos incluir un matiz al analizar la cuestión léxica. Por un lado, vemos que una parte del cuerpo, que, en el caso de la cocina, se correspondería casi siempre con la mano, también puede considerarse una herramienta. Por otro lado, en la industria pueden emplearse herramientas de forma puntual, pero estaríamos hablando de maquinaria diseñada gracias al trabajo de la ingeniería, que se suma al conocimiento científico de los tecnólogos de alimentos. El diccionario *Larousse* incluye en la definición de «herramienta» la «herramienta mecánica», que podríamos situar en este contexto. La maquinaria permite nuevas aplicaciones de técnicas que producen productos elaborados novedosos o mejorar los que existen.

¿QUÉ ENTENDEMOS EN SAPIENS POR HERRAMIENTA?

Es importante subrayar que, en el marco de la clasificación de recursos que realizamos en Sapiens, las herramientas se sitúan en la categoría de productos gastronómicos no comestibles y, por lo tanto, cumplen una función concreta dentro del sistema. Es decir, las herramientas son aquellos recursos necesarios para preelaborar, elaborar o emplatar, incluso trasladar y servir, pero que no se consumen, que nunca terminarán siendo una elaboración. Por ejemplo, una olla o una sartén, pero también un microondas o un horno y otras herramientas de vajilla o cubertería, como un cuenco o un cuchillo, que son necesarias para elaborar. A la vez, la vajilla y la cubertería encuentran un lugar distinto como recursos para degustar, cuando se emplean en el sistema experiencial para permitir comer y beber lo cocinado. En este caso, a efectos de este uso, quienes las emplean son los comensales o clientes.

SAPIENS CLASIFICA LAS HERRAMIENTAS

Las distintas clasificaciones posibles de herramientas y sus diferentes tipos son objeto de estudio del volumen dedicado a tratarlas en exclusiva en el marco de la Bullipedia. Recogemos aquí los criterios principales considerados para su clasificación:

1	Según la fase del proceso de reproducción de una elaboración en el que se utilicen, pueden ser de preelaboración, de elaboración, de conservación, de emplatado, de traslado y servicio, de degustación.
2	Según el ámbito en el que se apliquen, sea artesanal o industrial.
3	Según el material del que esté hecha la herramienta.
4	Según la técnica definitoria que apliquen.
5	Según se empleen específicamente en Oriente u Occidente.
6	Según el actor que las emplea (en cocina, en sala).
7	Según el nivel de especialización de su aplicación.
8	Según su necesidad de energía externa para ser utilizadas.
9	Según requieran o no de cierta temperatura para su uso.

LA IMPORTANCIA DE LAS HERRAMIENTAS EN LA ECUACIÓN CULINARIA Y GASTRONÓMICA

En primer lugar, puede conocerse una técnica y tener el producto sobre el que se quiere aplicar, pero, si no se dispone de la herramienta necesaria (distinta de la propia mano del cocinero, la única disponible siempre) todo el proceso quedará anulado.

Desde que el primer *Homo habilis* diseñara en el Paleolítico una primera herramienta lítica con la que cortar, las técnicas y herramientas no han hecho más que evolucionar, haciendo avanzar la cocina y sus resultados posibles. Esta interrelación y dependencia entre unas y otras hace que, en muchas ocasiones, para la aplicación de una misma técnica, el paso del tiempo y el desarrollo de las herramientas logre mejorar u optimizar la original que se inventó para aplicarla. Volviendo al *Homo habilis*, de su primera lasca de piedra afilada han surgido cientos de variedades de cuchillos, cada uno de los cuales permite aplicar la técnica de cortar de una forma más precisa y adecuada, en función del producto que trate el cocinero.

Conocer la existencia de una herramienta no es siempre suficiente para poder usarla. Algunas requieren un conocimiento de su funcionamiento previo a su uso, que el cocinero puede aprender, del mismo modo que aprende la técnica que aplica al utilizarlas.

LA HERRAMIENTA COMO RECURSO PUEDE MARCAR LAS CARACTERÍSTICAS DE UNA COCINA

Por un lado, el empleo de determinadas herramientas requiere unos conocimientos que el cocinero deberá poseer, en distintos niveles en función de la dificultad de su uso, pudiendo ser propias de una cocina con cierta cota de tecnicidad. Algunas herramientas (a las que se asocian determinadas técnicas) son más comunes en la cocina profesional que en la amateur y, aunque podrían emplearse en esta última, no es lo habitual.

Por otro, una cocina y un cocinero también pueden estar especializados en el empleo de una herramienta o familia de herramientas, siempre asociadas a la aplicación de las técnicas que permiten llevarla a cabo. Como las anteriores, tienen una importante incidencia en las características que poseerá la elaboración resultante, que muchas veces se denomina en función de la herramienta empleada (por ejemplo, lubina «al horno» o carne «a la parrilla»).

Tal y como hemos mencionado al comienzo de este apartado, finalizado el proceso de reproducción de una elaboración, las herramientas continúan estando presentes en su degustación y se adecúan a la misma. Vemos que hay herramientas, como el cuchillo, que pueden emplearse tanto para elaborar como para degustar. Como recursos, están pensadas para hacer posible que esta se coma y/o se beba. Según el tipo de herramienta empleada para degustar, pueden inferirse algunas características de la elaboración, como su textura, el estado de su materia, su fragilidad, el número de bocados necesarios para degustarla, su origen oriental u occidental, etc.



Sin técnica no hay producto ni herramienta que valga: la técnica es un recurso imprescindible para cocinar

Puesto que entendemos cocinar como un proceso en el que se emplean recursos que hacen posibles resultados, las técnicas culinarias deben incluirse en este capítulo, ya que cambiaron las formas de consumir los alimentos, haciendo posible la transformación de los mismos, junto con el empleo de herramientas, y dando significado a la acción de cocinar. Por lo tanto, para entender la ecuación culinaria debemos tratar, además de los productos comestibles y las herramientas, las técnicas que la completan.

TÉCNICA

RAE

5. f. Conjunto de procedimientos y recursos de que se sirve una ciencia o un arte.

¿QUÉ ENTENDEMOS EN SAPIENS POR TÉCNICA?

En el marco de Sapiens, las técnicas son recursos gastronómicos, pero se diferencian de las categorías de productos (comestibles y no comestibles). Se emplean para reproducir pero también para crear, a nivel amateur o profesional, elaboraciones que son tanto comida como bebida, y son posibles gracias a las herramientas que se emplean para llevarlas a cabo.

Sin estos recursos imprescindibles, que tienen su origen en el Paleolítico y que, desde entonces, han hecho evolucionar cada día la manera en que el ser humano come y bebe, la cocina no existiría. Son, además, un recurso que puede explicarse y aprenderse, por lo que, cuanto más conocimiento sobre ellas tenga el cocinero, mejor las adecuará al producto del que disponga en cada ocasión.



SAPIENS CLASIFICA LAS TÉCNICAS

Las distintas clasificaciones posibles de técnicas y sus diferentes tipos son objeto de estudio del volumen dedicado a las mismas en el marco de la Bullipedia. Recogemos aquí los criterios principales considerados para su clasificación:

1	Según requieran de una acción o de más de una para aplicarse, son simples o compuestas.
2	Según la fase del proceso de reproducción de una elaboración en el que se lleven a cabo, pueden ser de preelaboración, elaboración, conservación, emplatado, traslado y servicio.
3	Según el tiempo hasta la degustación, son de uso inmediato o de conservación, si su aplicación asegura que la elaboración resultante no perecerá si no se degusta de inmediato (conservación a corto, medio o largo plazo).
4	Según su origen, aquellas que son iniciales, de las que se generan otras, son primarias y las que se consideran resultado de la evolución de una técnica primaria consecuencia de la aplicación de nuevos productos, nuevas herramientas o el perfeccionamiento tecnológico, derivadas.
5	Según sean imprescindibles en el proceso de elaboración, o no, son básicas o secundarias.
6	Según puedan aplicarse sin necesidad de otra técnica previa, son unitarias o consecuentes, si requieren de una técnica previa para poder llevarse a cabo.
7	Según transformen por aplicación de calor, o no, serán técnicas «con calor» o «sin calor».
8	Según tengan como resultado una elaboración intermedia o si recogen el conjunto de técnicas necesarias para llevar a cabo la elaboración que se degusta, son intermedias o finales.
9	Según requieran, o no, de cierta temperatura para su uso.

Podrían continuar sumándose criterios para clasificar las técnicas, como, por ejemplo, el grado de dificultad de su aplicación, que puede requerir de conocimiento específico para el manejo de una herramienta concreta.

LA IMPORTANCIA DE LAS TÉCNICAS EN LA ECUACIÓN CULINARIA Y GASTRONÓMICA

En paralelo a la evolución de la propia cocina, existen hoy miles de técnicas, cuyo conocimiento total sería inabordable. Existen tantas como elaboraciones, pues a cada elaboración le corresponde un «conjunto de procedimientos y recursos». Por ejemplo, se denomina «técnica de la paella» al conjunto de técnicas necesarias para poder preelaborar, elaborar, trasladar, servir y emplatar una paella. Dentro de ella se incluyen todas las técnicas intermedias que se infieren de las elaboraciones intermedias que integran una paella. Por ello, crear nuevas técnicas supone crear nuevas elaboraciones (intermedias o que se degustan) y, en el caso de la industria, nuevos productos elaborados.

El mundo de las técnicas es enorme porque, incluso bajo una técnica como «cortar», que parece bastante universal y genérica, observamos que existen variantes. No es lo mismo cortar vegetales, por ejemplo, cortar una col «en juliana» (nombre de la técnica cuando se realiza para cortar vegetales en tiras alargadas y finas) que emplear la técnica «cortar» para hacer rodajas un plátano. En muchos casos, cambiaría incluso la herramienta «cuchillo» de la que se acompaña esta técnica, haciéndose más precisa y adecuada en función del corte que requiera la elaboración.

Entendidas como recursos, las técnicas varían sustancialmente en función de que se incluyan en un tipo de cocina artesanal, que el cocinero (sea amateur o profesional) lleva a cabo por sí mismo, pudiendo ayudarse de herramientas, o en el proceso culinario que se realiza en la industria, empleando tecnología y conocimiento científico, que, además de cocineros que ensamblan, requieren tecnológicos de alimentos.

Comprender las técnicas, como explicamos en el caso de los productos comestibles, tiene un efecto directo sobre las posibilidades de creación y reproducción en cocina, ya que amplía horizontes o sistematiza procesos, pero el entendimiento de las mismas como recursos va más allá. Aunque no se pueden conocer todas las variaciones de cada técnica, por ser numerosísimas sus posibilidades, sí puede comprenderse la técnica primaria de la que otras derivan. Este conocimiento, además de al proceso de elaboración, sumaría posibilidades de mejora al sistema de comunicación del restaurante gastronómico, si las pone en valor en el contexto de su discurso y, particularmente, si existe un caso de especialización basada en el empleo de una técnica concreta (que tratamos a continuación).



LA TÉCNICA COMO RECURSO PUEDE MARCAR LAS CARACTERÍSTICAS DE UNA COCINA

Las técnicas se pueden aprender. El conocimiento de las mismas depende del interés y voluntad del cocinero, sea amateur o profesional, de emplearlas como recurso para expandir su conocimiento culinario y ampliar los resultados posibles del mismo. Cuantas más técnicas domine, más posibilidades de elaboración generará en su cocina y, potencialmente, mayor cantidad y tipo de elaboraciones podrá llevar a cabo.

La especialización de un cocinero profesional en el empleo de una técnica (normalmente asociada al uso de una herramienta que la hace posible) genera, en el ámbito público, una oferta gastronómica especializada. Las elaboraciones resultantes que se incluyan en ella tendrán en común el empleo sistemático de una técnica o grupo de técnicas que marcan sus características como resultados.

Las técnicas que se emplean en el proceso culinario tienen un impacto directo sobre el resultado, la elaboración intermedia o que se degusta, que reúne unas características muy marcadas precisamente por el tipo y número de técnicas que se hayan empleado en su elaboración. También generan características en la elaboración resultante las técnicas de emplatao (o encopado), que son determinantes en la com-

posición final de la comida o la bebida que se ha cocinado y que pueden, incluso, definir estos usos. En el caso de las técnicas de emplatao, si preceden al servicio (elaboraciones emplatao en cocina) o le siguen (si las elaboraciones las emplatao individualmente un actor de servicio, trasladándolas previamente a la sala, o si lo hace el propio comensal o cliente), observamos que, en función de unas u otras, se define el tipo de servicio que requiere esa cocina en concreto. Todas ellas pueden ser elegidas por el cocinero como parte de su estilo y pueden reflejar una filosofía, una forma de entender la cocina (cocina «*raw*» o «cruda», por ejemplo).

Como las herramientas, existen técnicas que escapan a la elaboración, a la labor de un cocinero o de un profesional del servicio, pues son empleadas por el comensal o cliente para degustar. Aunque no forman parte del proceso de reproducción, sino del de degustación, existen técnicas que se adecúan a las características de la elaboración y que permiten (de nuevo, junto al uso de herramientas) degustarla. Las técnicas de degustación nos dan mucha información sobre la elaboración que se come o bebe y el contexto en el que se degusta. Son, en este caso, un recurso del comensal o cliente que le permite comer y beber.



Más allá del fuego y el calor, para cocinar necesitamos energía

Cocinemos lo que cocinemos y en la forma que lo hagamos, la energía es absolutamente imprescindible para poder llevar a cabo las acciones necesarias en la realización de elaboraciones.

- **¿Qué es la energía?** La energía es un recurso natural que puede requerir de una tecnología asociada para su extracción y transformación, que no se crea ni se destruye, sino que se transforma. En sí misma, la energía no es un bien final. Se trata de un bien intermedio que satisface necesidades al ser transformada para emplearse en la producción de bienes finales.
- **¿Qué son las fuentes de energía?** Las fuentes de energía son fenómenos físicos o químicos de los que es posible explotar su energía. Las fuentes de energía pueden clasificarse empleando multitud de criterios, entre los que destacamos tres, siendo el primero de ellos el más utilizado.

Su procedencia, es decir, si se dan en la naturaleza o han sido transformadas.	<ul style="list-style-type: none"> • Son fuentes de energía primarias todas aquellas que vienen dadas por fenómenos físicos o químicos naturales, que no han sido transformados. El sol, la biomasa, las corrientes de agua, el viento, los minerales energéticos o radiactivos son ejemplos de fuentes de energía primarias. • Son fuentes de energía secundarias todas aquellas que han requerido de una transformación intencionada de las fuentes primarias para obtener la forma de energía deseada (eléctrica, química, etc.).
Si son o no renovables, es decir, si su explotación pone en riesgo agotarlas.	<ul style="list-style-type: none"> • Son fuentes de energía renovables todas aquellas cuyas reservas no corren peligro de desaparecer aunque continúen explotándose en el largo plazo. La energía hidráulica, eólica, solar, geotérmica, mareomotriz o de biomasa son fuentes de energía renovables. • Son fuentes de energía no renovables todas aquellas cuyas reservas no están aseguradas en el largo plazo. La energía generada por los combustibles fósiles (carbón, petróleo, gas natural) y la energía nuclear son fuentes de energía no renovables.
Si son limpias o sucias, desde el punto de vista ecologista, es decir, si su explotación es más o menos perjudicial para el medio ambiente.	<ul style="list-style-type: none"> • Son fuentes de energía limpias aquellas que están valoradas positivamente desde un punto de vista ecologista porque su explotación y consumo no deja una huella perjudicial en el medio ambiente. Coinciden con las renovables. • Son fuentes de energía sucias aquellas que están valoradas negativamente desde un punto de vista ecologista por su impacto dañino en el medio ambiente y/o porque su explotación genera un residuo contaminante.

- **¿Qué son las formas de energía?** Las formas de energía son las diferentes maneras que esta tiene de manifestarse. No nos referimos aquí al lugar del que proviene (fuentes), sino a la manera en que se manifiesta o, dicho de otro modo, a las formas en que podemos «visualizar» esa energía. Como la energía no se crea ni se destruye, todas sus formas son susceptibles de ser transformadas en otras diferentes, por lo que no debemos entenderlas como realidades aisladas. Por ejemplo, la energía sonora puede suponer una generación de energía térmica y, la eléctrica, convertirse en cualquiera de las otras formas de percibirla.

01 ENERGÍA ELÉCTRICA	Resulta de una diferencia de potencial entre dos puntos y se manifiesta en forma de corriente eléctrica.
02 ENERGÍA TÉRMICA	Resulta del movimiento de las partículas y se desprende en forma de calor.
03 ENERGÍA QUÍMICA	Aquella almacenada en productos como madera, carbón o petróleo. Es la producida por las reacciones químicas.
04 ENERGÍA MECÁNICA	Está formada por la suma de la energía cinética y la potencial. <ul style="list-style-type: none"> • La energía cinética es la que poseen los cuerpos en movimiento, de manera que, cuanto más rápido se mueven, más energía producen. • La energía potencial es la energía almacenada, en virtud de la posición, que potencialmente puede realizar un trabajo.
05 ENERGÍA ELECTROMAGNÉTICA	Aquella generada por la presencia de un campo electromagnético.
06 ENERGÍA LUMINOSA O LUMÍNICA	Aquella que se manifiesta y es transportada por ondas luminosas.
07 ENERGÍA SONORA	Aquella transportada por ondas sonoras como efecto del movimiento de las moléculas.

¿Qué fuentes de energía se emplean para cocinar?

En teoría, cualquier fuente de energía puede emplearse para cocinar. Algunas son energías primarias y otras secundarias que, debidamente transformadas, pueden convertirse en un recurso energético para el cocinero. Muchas veces, la fuente, sea primaria o secundaria, no resulta evidente. Cuando pensamos en qué energía ha secado las avellanas de un avellano, es relativamente fácil entender que ha sido la energía solar, pero si al cocinar estamos utilizando un horno, comprender que el aire caliente dentro del mismo es resultado de una transformación y transporte de energía es más complejo y nos hace perder esa noción del origen de la misma.

Algunos ejemplos de fuentes primarias de energía empleadas para cocinar son los combustibles fósiles, como el carbón, que de hecho es necesario para aplicar ciertas técnicas, como la del asado a la parrilla.

También es una fuente primaria la energía eólica, que se emplea desde la Edad Media en los molinos de viento para transformar las semillas de cereales en harina. En combinación con otras técnicas, también puede secar productos, extrayendo su parte líquida y transformándolos en otros muy diferentes.

La energía solar, por su parte, permite desarrollar técnicas de secado a través de la exposición continuada a los rayos del sol. Desde la prehistoria, el ser humano ha secado los productos empleando esta energía con el fin de conservarlos durante más tiempo, ampliando su vida útil.

En la actualidad, las fuentes de energía secundarias más empleadas para cocinar son la energía eléctrica y el gas. La electricidad tiene multitud de posibilidades de transformación y, por lo general, alimenta la mayor parte de las herramientas que empleamos para cocinar. Sin embargo, esa electricidad puede provenir de cualquier tipo de fuente de energía, primaria o secundaria, ya que puede haber sido producida por vía hidráulica o nuclear, geotérmica o a través de una batería. El gas, por su parte, se emplea en cocinas como proveedor de calor, ya que, junto con una chispa, genera fuego en forma de una llama controlada. Además, tiene otros usos, como, por ejemplo, en calderas que calientan el agua corriente.



¿Qué formas de energía se emplean para cocinar?

Una vez comprendido que es necesaria una fuente de la que obtener la energía para cocinar, planteamos la forma en la que esa energía se presenta para que podamos llevar a cabo esta acción. Como ya hemos explicado en puntos anteriores, cocinar no implica forzosamente la aplicación o transmisión de calor, pues existen otras formas de transformar la materia del producto. A continuación veremos qué formas de energía permiten llevar a cabo qué tipo de transformaciones al cocinar.

ENERGÍA TÉRMICA MANIFESTADA EN FORMA DE CALOR

El ser humano ha buscado fuentes de energía de las que obtener rendimiento desde la prehistoria. No solo para cocinar, también para alumbrarse o para calentarse. La fuente de energía primigenia, la que cambió la vida del homínido y le permitió avanzar como especie, fue el fuego. El fuego es el resultado de una reacción química de oxidación violenta por la que un conjunto de partículas o moléculas incandescentes de materia combustible son capaces de emitir luz visible. A la vez, esta fuerte reacción química de oxidación trae consigo un proceso exotérmico, es decir, desprende energía en forma de calor al aire que la rodea. Por tanto, la forma en que manifiesta su energía es térmica y lumínica. En este caso, la energía del fuego que se emplea para cocinar no es su forma lumínica, sino térmica, cuando se manifiesta en forma de calor. De la aplicación de calor resulta una cocción, que puede darse sobre el producto de diferentes maneras:

- Por contacto directo con el fuego se pueden dar reacciones de pardeamiento no enzimáticas, como es el caso de la reacción de Maillard, un conjunto de reacciones químicas muy complejas que, aunque pueden suceder a tempera-

tura ambiente, normalmente se producen durante la cocción, alterando el color y el aroma de los alimentos. Este tipo de reacciones incluyen también la caramelización directa generada por alta temperatura, la peroxidación de lípidos y la oxidación del ácido ascórbico.

- Una cocción también puede realizarse a través del aire caliente generado por el fuego, como en el caso de emplear un horno de leña.
- Además, el fuego puede transmitir calor a los líquidos, cocinándolos en sí mismos o cociendo en los líquidos calientes otros productos a los que se transmite el calor.

Existen otras formas distintas del fuego que son capaces de generar una cocción y/o de transmitir calor de un cuerpo a otro. Sin embargo, el fuego es la única fuente de energía primaria que genera calor por sí misma, es decir, energía térmica. Las formas evolucionadas del fuego son herramientas diseñadas simulando la capacidad de este para aplicar distintas técnicas sobre el producto. Estas herramientas generan calor y producen cocciones en diferentes formatos porque transforman energía eléctrica en energía térmica.

ENERGÍA CINÉTICA MANIFESTADA A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO

La energía cinética es la que cada individuo produce, la que el cuerpo en movimiento es capaz de generar. Al cocinar, usamos esta energía cuando aplicamos manualmente cualquier técnica o empleamos una herramienta que requiere nuestra energía para producir un resultado. Un buen ejemplo para reconocerla es la elaboración de mantequilla: se

emplea el movimiento (batiendo o agitando) para saturar la parte grasa de la nata. De esta forma, las grasas se unen en una masa única (mantequilla) liberando la parte líquida (suero). También se emplea energía cinética cuando, sin aplicar ninguna técnica de elaboración, se preelaboran los productos que van a emplearse, acondicionándolos para ser cocinados.

ENERGÍA ELÉCTRICA TRANSFORMADA EN CALOR, FRÍO, MOVIMIENTO, LUZ...

La electricidad es la forma de energía más empleada, ya que puede transformarse para cubrir todo tipo de funciones en la cocina a través de diferentes herramientas, aplicando la tecnología necesaria. La energía eléctrica resulta de la existencia de una diferencia de potencias entre dos puntos que permite establecer una corriente eléctrica entre ambos por medio de un conductor eléctrico. Desde un punto de vista histórico, su uso en la cocina es relativamente reciente y se remonta a 1900.

- La energía eléctrica se transforma en energía térmica calorífica en el caso de herramientas como los hornos eléctricos y las cocinas de inducción. En un horno, la energía calienta el aire que hay en el interior y que cocina los productos o elaboraciones. En el caso de la inducción empleamos una segunda herramienta (una sartén, una olla) que transfiere ese calor al alimento. Existen otras herramientas que funcionan gracias

a la energía eléctrica que permiten usar otras técnicas de cocción, como las parrillas eléctricas.

- La energía eléctrica también puede generar calor negativo o ausencia de este cuando se transforma a través de un sistema de refrigeración. En este caso, la electricidad se emplea para generar frío en neveras, cámaras, congeladores, timbres, mantequeras, sorbeteras, etc.
- Otro uso de la electricidad es la generación de energía cinética cuando, en lugar de batir a mano, se hace con una herramienta conectada a la red eléctrica, por ejemplo.
- La electricidad se transforma en energía electromagnética y térmica en el caso de los hornos microondas, que cocinan el producto en su interior a través de la generación de un campo electromagnético. El horno produce ondas que hacen vibrar o rotar las moléculas de agua de los productos, lo cual genera calor para cocerlos.

En el caso de disponibilidad energética, en el que los recursos necesarios son accesibles, la forma de energía empleada para cocinar depende de la técnica que el cocinero vaya a aplicar. Es la técnica la que define qué forma de energía se requiere y la que evidencia la necesidad, o no, de una herramienta para aplicarla.

En el caso de carestía energética, cuando los recursos son escasos, la forma de energía disponible es la que marca lo que se puede o no se puede cocinar, qué técnica es factible y cuál no.

¿Qué forma de energía requiere cada una de las técnicas que se utilizan para cocinar? Como veremos a continuación, la forma de energía depende, esencialmente, del tipo de transformación que el cocinero pretenda realizar.

TÉCNICAS

Sin cocción	Requieren energía cinética, pues la materia del producto o elaboración se transforma por manipulación: pelar, cortar, triturar, moler, etc.
De cocción sin calor	Requieren energía cinética, pues la materia del producto se transforma por reacciones químico-biológicas: fermentar, liofilizar, marinar, etc.
De cocción con calor	Requieren energía térmica calorífica, pues es el calor lo que transforma la materia del producto o elaboración: asar, hervir, etc.
De cocción con calor por secado	Requieren energía en forma lumínica que transporte calor para transformar la materia del producto: deshidratados, curados, etc.

El tiempo que empleamos cocinando es un recurso necesario, pero también una magnitud que ordena la cocina

EL TIEMPO COMO RECURSO

Como ya hemos explicado, los recursos que hacen posible cocinar no son siempre gastronómicos ni necesariamente tangibles. Hay otros, distintos de los productos, las técnicas o las herramientas, absolutamente imprescindibles y con capacidad para influir en el proceso y el resultado de manera determinante.

El tiempo es un recurso que interviene en todas las decisiones que el cocinero toma (sea amateur o profesional, cocine en el ámbito público o privado) desde que determina cocinar hasta que las elaboraciones son una realidad e, incluso entonces, continúa siendo un recurso para quien degusta (sea el propio cocinero u otro comensal), puesto que el tiempo no se detiene, continúa corriendo. Y es que ni se cocina ni se come igual cuando se tiene mucho tiempo que cuando se tiene poco: es un condicionante.

Entendemos que, como recurso, quien cocina conoce el tiempo del que dispone para ello. Así, puede decidir administrarlo de una forma más o menos eficiente, recurrir (en el caso de que la disponibilidad sea limitada) al empleo de productos elaborados que agilicen el proceso de elaboración, a la conservación de elaboraciones que puedan consumirse o emplearse para elaborar en otro momento y otras cuestiones que permitan reducir el tiempo que se dedica a cocinar y a comer.

“Una cosa es el tiempo de reproducción de una elaboración que se degusta y, otra, el tiempo total que lleva reproducir todas las elaboraciones que se degustan en un mismo servicio o en un día o en una semana...”

EL TIEMPO COMO INDICADOR

El tiempo es la magnitud física que ordena cronológicamente todo lo que sucede a nuestro alrededor en el presente, todo lo que sucedió en el pasado y sirve de herramienta para planificar el futuro. Para ello empleamos referencias concretas (una hora, un día, un mes, un año, un calendario en concreto, una fecha determinada), de acuerdo con unas unidades de medida comunes y establecidas a nivel internacional. Así, podemos medir y ordenar la cocina: por temporadas, por meses, por franjas horarias, por fechas determinadas que marcan una celebración para la que se cocina de una manera distinta.

Estas unidades de referencia ofrecen un prisma, basado en el tiempo, para observar la realidad de la cocina, sus resultados, pero entendiéndola y empleándola desde otra perspectiva. Nos distanciamos de la idea anterior que entiende el «tiempo necesario» como recurso de la cocina, para incluir referencias temporales que se dan de manera recurrente, en las mismas horas del día o repitiéndose sus fechas, inicios y finales, año tras año.

De esta manera, el tiempo es una herramienta de medida, el lugar no físico en el que todo ocurre y que tiene sus propias unidades y códigos. Entendemos el tiempo como un indicador que nos permite medir y ordenar la cocina, puesto que dota de unidades de referencia comunes que permiten un ideario común, como son las franjas horarias, los meses, las estaciones del año y los calendarios, bien colectivos o particulares, que registran festividades y celebraciones.

Como indicador, el tiempo permite conocer particularidades en situaciones que se repiten y a las que se asocian unas determinadas características que tienen su impacto a la hora de cocinar (y, muchas veces, también de comer y/o beber). Así, se puede analizar aquello que es propio de un momento concreto para el que la referencia temporal es importante, tanto para quien cocina como para quien come y/o bebe.

- ▶ Dicho momento puede tener una duración breve y darse a lo largo de un día, como es el caso de las franjas horarias, que hacen que, en cada una de ellas, se cocinen unas elaboraciones determinadas que se asocian a la tendencia de consumo de esa franja en concreto.

Ejemplo: las tostadas con mantequilla se toman (normalmente) para desayunar, a primera hora de la mañana.

- ▶ El momento puede hacer referencia a un periodo más prolongado y que forma parte de una unidad superior, como ocurre con los meses y las estaciones, que se enmarcan en un año natural. Tanto los meses como las estaciones se repiten de manera cíclica, con características que afectan a las formas de cocinar y comer en cada uno de ellos, año tras año.

Ejemplo: podemos hablar de «cocina de temporada» o «cocina de producto» porque, a partir de la estacionalidad y del producto propio de cada mes/estación, puede generarse una forma de cocinar concreta.

Este momento determinado también puede ser una fecha significativa que se concreta en un día y se repite como evento festivo o celebración, bien a nivel de una sociedad (calendario colectivo), bien a nivel particular (de un individuo, una familia, un grupo de amigos).

Ejemplo: los turrónes son una elaboración propia de las celebraciones de Navidad.

Para poder explicar o narrar tu cocina, para expresarte... tienes que tener tiempo. Generar una reflexión o repasar lo que ya se ha hecho es muy difícil si no se para en algún momento, si no se dispone del tiempo como recurso que puede emplearse en algo distinto de reproducir una oferta gastronómica a diario. Si el cocinero está centrado solo en esta reproducción, sin tener opción de disfrutar de una desconexión prolongada más allá del descanso semanal durante la misma, es muy complicado que pueda generar nuevas visiones sobre su trabajo, cuestionarse su propio sistema o dedicarse a explicarlo a otros.



Cocinar en el ámbito privado y cocinar en el ámbito público: semejanzas y diferencias entre los dos grandes escenarios de la cocina

Si el objetivo de este libro es explicar qué es la cocina, una de las consideraciones fundamentales que hemos de hacer en el mismo es distinguir entre la cocina que sucede en el ámbito público y la que se lleva a cabo en el privado. Para ello, es necesario exponer las diferencias fundamentales entre uno y otro, pues estas dos esferas de la cocina, absolutamente distintas entre sí, parten de recursos, tanto gastronómicos como no gastronómicos, que varían de una a otra, y cuentan con actores y tiempos históricos propios. Pero no podemos olvidar que comparten una base común: en ambas se cocina para la alimentación y para el hedonismo, creando o reproduciendo elaboraciones que son comidas y bebidas que pertenecen al mundo dulce y al salado.

Conocer cuál es el ámbito al que pertenece una determinada cocina (y sus resultados) supone también una comprensión histórica de esta realidad, puesto que la cocina en el ámbito privado permitió el desarrollo del arte culinario, que estuvo reservado a las clases altas durante siglos y debe su origen y evolución a la voluntad de aquellas élites de trasladar la ostentación de su riqueza y poderío a las elaboraciones que degustaban. El hecho de que algunos pudieran conocer el placer en la degustación en el ámbito privado es el origen de que, casi diecinueve siglos después, el arte culinario pasara a tener un precio y ser accesible al «gran público» (de forma progresiva). Esta pista histórica evidencia lo cercanas y limítrofes que son las cocinas pública y privada, y la cantidad de trasvases que ha habido entre ellas a lo largo de la historia.

En la actualidad existe una cocina privada que se da en el hogar, con exigencias y actores muy variados, y una cocina pública que presenta variedad de niveles en la hostelería, sobre todo en la restauración. Por lo que se refiere a la restauración gastronómica, hay dos grandes cocinas accesibles al público: una se corresponde con la cocina para la alimentación, que puede conocer el hedonismo, pero en otros niveles de recursos. Se asocia tradicionalmente a las clases populares, que la crean y consumen, y que se denomina comúnmente «cocina popular». Esta versión de la cocina ha llegado a los restaurantes en diferentes formatos, canónicos o más sofisticados. Como segunda opción en el ámbito público, encontramos la cocina que se asocia al arte culinario, que continúa reproduciéndose en el restaurante en diferentes versiones y que puede consumirse en un amplio rango de precios. Hablamos de dos grandes cocinas, pero no son las únicas; hay otras variantes que surgen de la mezcla de ambas y que trataremos a continuación.

Dado que, desde el prisma del ámbito público o privado, la cocina y sus resultados se definirían en función del lugar en el que se cocina y se come y/o bebe, la pregunta fundamental para conocer sus características sería: ¿dónde se cocina o se ha cocinado lo que se degusta?



Cocinar en el ámbito privado

Por ámbito privado entendemos aquel de acceso restringido que pertenece a uno o varios individuos y en el que no se paga un precio por las elaboraciones que se consumen. En la mayoría de las ocasiones se trata de un domicilio particular y, por tanto, el acceso a la cocina en el ámbito privado está restringido. Es decir, para acceder al espacio en el que sucede esta cocina y en el que potencialmente pueden degustarse sus resultados, se ha de tener algún vínculo con quien cocina (familiar, de pareja, de amistad) o ser invitado al mismo. Otros ámbitos privados que no responden a un domicilio, distintos de una casa, pueden ser un avión o un barco privado, medios de transporte que pueden ser de un particular, en los que se puede cocinar y a los que no se puede acceder sin invitación o vinculación con el propietario.

1. Espacio en el que se cocina, espacio en el que se degusta (se come y se bebe)

Partimos de que el espacio en el que se cocina puede ser abierto o cerrado y de que la degustación de elaboraciones en el ámbito privado no siempre se da en el mismo espacio en el que se cocina, siendo posibles las siguientes opciones:

- Por un lado, puede ocurrir que se cocine y se deguste en un mismo espacio, como puede ser el espacio físico cocina dentro de una casa, situación habitual para muchas familias en su vida diaria. En este caso, se cocina en un espacio cerrado y se degusta en el mismo.
- Pero puede suceder que el domicilio disponga de un comedor o de otro espacio interior distinto de la cocina, como un salón, en el que es posible degustar elaboraciones. En este caso, la comida y la bebida se trasladan del lugar en el que fueron cocinadas para servirse y degustarse en otro distinto, que también es un espacio cerrado.
- En un tercer caso, una propiedad privada puede incluir un espacio abierto, como un jardín una terraza o un balcón. En ocasiones, se puede cocinar en este espacio abierto, distinto del espacio cocina, si se tienen en el mismo las herramientas necesarias para ello. Por ejemplo, si se traslada un paellero de gas butano sobre el que se cocina una paella o si se dispone de una barbacoa (fija o móvil) en la que asar carnes o pescados. En estos casos, la cocina de ámbito privado se realiza en un espacio abierto.
- Además de cocinar en el exterior de la propiedad, se puede comer en un espacio abierto, bien porque las elaboraciones se trasladen de la cocina interior a este, bien porque se haya cocinado en el mismo espacio en el que se va a comer. Ocurre así cuando se come y bebe lo cocinado en el jardín o la terraza.

2. Cocinero amateur, cocinero profesional

En términos generales, el ámbito privado se asocia a la cocina doméstica de reproducción que se lleva a cabo a diario o de forma habitual, que realizan cocineros amateurs con más o menos recursos, pero sin una pretensión particularmente hedonista fuera de fechas señaladas. Encontramos cocineros más o menos preparados, que poseen diferentes niveles de conocimiento y actitud al llevar a cabo la acción de cocinar y que, en muchos casos, sí poseen una actitud gastronómica que los lleva a cocinar para alimentarse, pero también a hacerlo con la mejor de las calidades que pueden permitirse, procurándose no solo la nutrición del cuerpo sino también un placer relativo en los actos cotidianos de comer y beber.

Sin embargo, el ámbito privado no se limita a la cocina amateur. En esta esfera de la cocina se pueden encontrar dos tipos de cocinero: el amateur y el profesional. Lo cierto es que, en este ámbito, continúa habiendo hoy profesionales contratados tanto para cocinar como para servir, aunque no sea la opción más frecuente en la actualidad, pues no es accesible a todos los públicos. Por una cuestión de recursos económicos, no todo el mundo se puede permitir (o puede querer) contratar un cocinero o personal de servicio. Pero es clave que contemplemos esta posibilidad, porque es del ámbito privado de donde proviene la profesionalización de la cocina y del cocinero, así como del servicio. En este ámbito están las raíces de la cocina profesional, aunque no fuera la primera que se dio en el mismo.

Las primeras personas que hicieron de la cocina una profesión cocinaron en las casas, palacios y, en general, en las propiedades privadas de las clases altas que pudieron permitirse sus servicios desde el comienzo de la historia. Durante dieciocho siglos, el escenario privado fue el que permitió a los profesionales crear y reproducir elaboraciones que no existían fuera del mismo y que, en todo aquel tiempo, solo fueron consumidas en este. Aquí vemos, una vez más, cómo se subraya la cuestión del acceso limitado al ámbito privado, pues el arte culinario se creó en las élites y para las élites. Los pudientes o adinerados de cada época histórica disfrutaron del placer gastronómico en este escenario hasta la aparición del restaurante gastronómico en el ámbito público (que trataremos a continuación). Por eso, podemos afirmar que la gastronomía, como actitud y realidad, nace y crece en este ámbito privado, al que pertenece en primer lugar.

3. Comida y bebida, mundo dulce y mundo salado

Fue en las cocinas del ámbito privado en las que se planteó, por vez primera, la posibilidad de realizar una elaboración o familia de elaboraciones en exclusiva, con uso de comida o de bebida, siendo su gusto predominante dulce o salado. El escenario original en el que encontramos cocineros especialistas es doméstico, bien porque elaborasen para vender el resultado como producto elaborado en un mercado (por ejemplo, un pan), bien como parte de su actividad laboral al servicio de las élites en sus domicilios (pasteleros, cerveceros, confiteros, etc.).

4. Una excepción al no pago de un precio en el ámbito privado: los clubs

Hay una excepción dentro del ámbito privado en la que sí se paga por las elaboraciones. Se trata de los clubs, espacios privados con acceso restringido para sus socios, pero en los que estos pagan por lo consumido un precio estipulado, además del abono de una cuota que les garantiza su acceso.

5. Cocinar en el ámbito privado y degustar en un espacio distinto del mismo

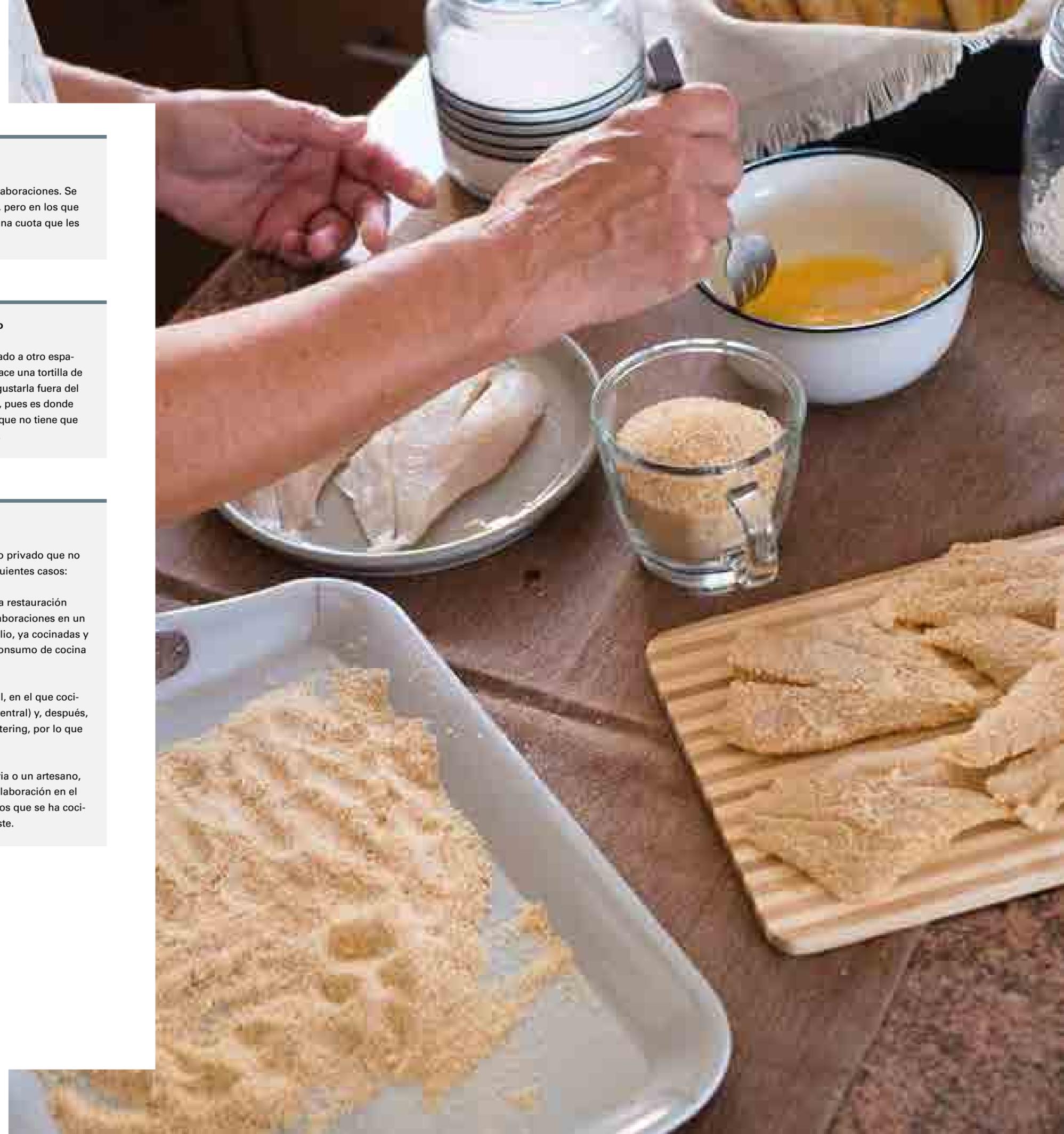
Entre los posibles destinos de una elaboración cocinada en casa está su traslado a otro espacio, distinto del privado, en el que se degustará. ¿Qué ocurre si un cocinero hace una tortilla de patata y se la lleva de excursión al campo, a la montaña o a la playa, para degustarla fuera del espacio de su casa? En esencia, su cocina continúa siendo de ámbito privado, pues es donde la elaboró, pero decide consumir sus resultados en un espacio público, en el que no tiene que pagar un precio por la elaboración puesto que él o ella misma la ha cocinado.

6. Degustar en el ámbito privado sin que se haya cocinado en el mismo

Puede darse el caso de que se coman y se beban elaboraciones en el ámbito privado que no han sido cocinadas en el mismo. Esta opción extraordinaria se da en los siguientes casos:

- En las ocasiones en las que se hace un pedido a un establecimiento de la restauración (ámbito público) que cuenta con servicio a domicilio o se recogen las elaboraciones en un establecimiento de la restauración (ámbito público) y se llevan al domicilio, ya cocinadas y listas para degustar a cambio del pago de un precio. Es decir, existe el consumo de cocina de ámbito público que se da en el espacio privado.
- En los casos en los que se contrata puntualmente un servicio profesional, en el que cocineros profesionales cocinan de forma centralizada, en un lugar (cocina central) y, después, trasladan las elaboraciones al domicilio y las sirven en un formato de catering, por lo que cobran un determinado precio.
- En las situaciones en las que quien ha cocinado es la industria alimentaria o un artesano, a quienes se compra un producto elaborado que se degusta como una elaboración en el ámbito privado, aunque no se cocinó en este. En estos casos, entendemos que se ha cocinado fuera del ámbito privado, aunque la degustación se produzca en este.

“ No todos los profesionales de la cocina están en el ámbito público ”



Cocinar en el ámbito público

Entendemos por ámbito público aquel de libre acceso condicionado al pago de un precio por las consumiciones realizadas en el mismo. Puede decirse que todo el mundo puede beneficiarse de la cocina que se realiza y se consume en el ámbito público, siempre que pague la cuenta, es decir, que abone el precio de las elaboraciones degustadas mientras se encuentra en este. Es necesario pensar en el ámbito público de forma abierta, más allá de la realidad del restaurante gastronómico, pues también pertenece a este escenario la cocina que realiza un pastelero que tenga un obrador, un barman que realice cócteles en un bar, una cafetería, la cocina de un hotel, etc., como veremos a continuación.

1. Espacio en el que se cocina, espacio en el que se degusta (se come y se bebe)

Suponemos, entendiendo que el cocinero y el cliente se encuentran en el mismo establecimiento, que se cocina en el mismo lugar (por ejemplo, un restaurante o un bar de cócteles) en el que se va a comer y beber. Sin embargo, hay que señalar que, dentro de un mismo local, normalmente el espacio en el que se cocina no es el espacio en el que se come. La cocina profesional suele ser un espacio propio de los cocineros y diferenciado del de degustación que ocupa el cliente, en el que consume las elaboraciones, por próximos que ambos se encuentren entre sí. Existe una cierta tendencia a incluir la cocina en la sala o a hacer la primera visible desde la segunda, pero continúan siendo espacios diferenciados en los que encontramos actores distintos. En el caso de las elaboraciones que se realizan en una barra y se consumen en ella, a pesar de tratarse del mismo espacio, el cocinero se encuentra a un lado (sin interferir en la degustación) y el cliente al otro (sin interferir en el trabajo del profesional). Si consideramos si el espacio de la cocina es abierto o cerrado, vemos que predominan las cocinas cerradas. La barra es un espacio abierto en sí mismo, aunque se ubique en un espacio superior cerrado, y es factible que se pueda observar al cocinero mientras trabaja. Si el local posee una terraza o un jardín, es posible encontrar la sala, la barra o el comedor en un espacio abierto. De lo contrario, se come y se bebe en un espacio cerrado.

2. Cocinero profesional

La cocina del ámbito público es profesional, ya que las personas que cocinan y sirven atendiendo la sala reciben un salario por esta actividad. No hay cocineros amateurs en la cocina pública, aunque pueda haber diferentes niveles de profesionalidad entre quienes trabajan en ella. De hecho, el ámbito público de la restauración gastronómica es, desde un punto de vista histórico, reciente: existe gracias a que, apenas hace doscientos cincuenta años, a finales del siglo XVIII, cocineros profesionales (generalistas y especializados) trasladaron su conocimiento culinario y gastronómico a lugares a los que cualquiera podía acceder a degustar las elaboraciones resultantes de su trabajo. El ámbito público es más antiguo, pues ya existían tabernas o puestos de comida en Mesopotamia, que se reprodujeron en todas las épocas históricas en diversos formatos, pero la gran diferencia es que la llegada del restaurante fijó una oferta a un precio concreto, que se conoce de antemano y, además, es el cliente el que elige qué desea consumir. En el escenario público nos encontramos otro «actor», la industria alimentaria, que podemos considerar como cocinera «pública» y profesional, ya que los productos elaborados que pone a disposición del gran público son accesibles a cambio del pago de un precio. Pertenecen también a este ámbito todas las cocinas que realizan cocineros profesionales y artesanos, cuando elaboran y/o producen un producto elaborado con el objetivo de ponerlo a la venta. También se incluye aquí todo el sector del *retail*, el comercio minorista en el que se abastecen los consumidores, para comer o para cocinar con aquello que adquieren.

3. Comida y bebida, mundo dulce y mundo salado: la superespecialización

Los cocineros que se dedican a trabajar en base a una especialización la llevan a cabo en el restaurante. Se incluye aquí el cocinero especializado en pastelería que trabaja en un restaurante gastronómico, pero también el pastelero que lo hace en su propio obrador. El barman que realiza cócteles en la barra de un restaurante en el que, además, se sirven otras elaboraciones o el que lo realiza en un local en el que, de forma exclusiva, se elaboran bebidas. También es un cocinero especializado aquel que produce vino o cerveza a nivel industrial, por pequeña que sea su empresa, puesto que lanza un producto cocinado al mercado. Todos ellos ponen un precio a su elaboración, haciendo posible el acceso a la misma al gran público, aunque elijan vías distintas para llegar a los consumidores. Existen, además, locales de la restauración especializados en uno de estos tipos de elaboración: comida o bebida, dulce o salada. La especialización en cocina es, en la actualidad, absolutamente pública, pues, a nivel de cocina amateur del ámbito privado, difícilmente se cocina solo comida o solo bebida, ni solo elaboraciones dulces o solo saladas.

4. La excepción al pago de un precio en el ámbito público: las embajadas y las cocinas de las colectividades

Excepciones a esta norma del «libre acceso a cambio del pago de un precio» son, por ejemplo, las embajadas. Se trata de lugares de acceso público en los que, en caso de darse un banquete, el acceso es restringido, a pesar de no pagarse un precio por las elaboraciones. También las cocinas para colectividades de lugares como colegios, hospitales o cárceles, a pesar de tener carácter público, no cumplen la norma de acceso libre si se paga lo consumido. Estas excepciones nos llevan a comprender que no todo ámbito público forma parte de la restauración gastronómica y que existen formas de servir elaboraciones que se contemplan como prestación de un servicio requerido por unos usuarios determinados y que no es accesible a todo el mundo.

5. Cocinar en el ámbito público y degustar en un espacio distinto del mismo

Nos encontramos aquí el caso de la cocina pública de los caterings, llevada a cabo por profesionales en cocinas centrales desde las que se distribuye la comida y la bebida al lugar en el que haya sido solicitada. Se trata de cocina pública porque establecen un precio por las elaboraciones, aunque no las sirvan en el ámbito público, puesto que están destinadas al consumo en escenarios privados, distintos del de la restauración. Incluso, en algunos casos, como sucede con la industria y la cocina de los artesanos que ofrecen al mercado productos elaborados, el consumidor puede tomar de esta cocina pública el producto elaborado para convertirlo en elaboración intermedia. Sucede cuando quien acude a la industria o al artesano no está pensando en degustar, sino en cocinar empleando dicho producto para preparar otras elaboraciones.

6. Cocinar y comer en playas, jardines, etc.

Son lugares públicos en los que se puede elaborar y degustar: las playas, los jardines, los parques, incluso los bosques. Potencialmente, es posible trasladar a estos lugares productos no elaborados, productos elaborados o elaboraciones intermedias que emplear en un proceso de elaboración con el objetivo de comer en el mismo lugar. Por ejemplo, cuando vamos a la playa y llevamos un bocadillo hecho de casa o comprado en el ámbito público, no cocinamos, pero, si llevamos a la playa el pan y los productos que queramos combinar y ensamblar dentro del bocadillo, estaríamos cocinando y comiendo en el mismo lugar.

LA COCINA DEL ÁMBITO PÚBLICO SEGÚN EL PRECIO

La introducción del factor precio en la ecuación de la degustación de elaboraciones impulsó una nueva etapa en el arte culinario que, progresivamente, iría expandiéndose con la apertura de restaurantes y volviéndose accesible a todo aquel que pudiera pagarlo, independientemente de su clase social. Y es que esta es otra cuestión importante y estrechamente relacionada con las diferencias que han generado los dos ámbitos en los que el ser humano cocina. A pesar de que actualmente la oferta de cocina pública es amplísima y existen en todo el mundo opciones asequibles para todos los públicos, no debe asumirse este hecho como la norma general en el pasado (tampoco en la actualidad en muchos lugares del mundo), pues la clase social ha marcado el acceso a más y mejor comida y bebida de manera innegable y evidente.

En la actualidad encontramos un amplio abanico de opciones en términos de precio, que permite al cliente de la restauración occidental decidir qué comer o beber en base al dinero que esté dispuesto a pagar por ello, pudiendo a su vez elegir entre diferentes calidades y discursos culinarios. En base al precio medio que paga un cliente que acude a un establecimiento, encontramos las siguientes opciones.

Establecimientos de:

GAMA ALTA (FRANJA DE PRECIO MÁS ELEVADA)

Se corresponderían con un restaurante gastronómico, que tiene una actitud y calidad propia de la alta gastronomía, en el que se crea o reproduce arte culinario y que puede considerarse, sin ninguna duda, alta cocina (sea, o no, creativa) sin rastro ni intención de realizar cocina de raíz popular.

PRECIO MEDIO

Pueden ser restaurantes gastronómicos, pero también se abren las puertas a otras opciones de establecimientos como un bar-restaurante u otro tipo de restaurante no gastronómico que tiene actitud y calidad propias de la media gastronomía, que realiza alta cocina, pero también puede ofrecer elaboraciones propias de la cocina popular refinada.

ECONÓMICOS

En este caso no se incluyen restaurantes gastronómicos, pero sí bares-restaurantes y restaurantes en todas sus versiones no gastronómicas. En este precio bajo, el más asequible, se encuentra la cocina popular y la cocina para la alimentación, aunque pueda mantenerse cierta actitud gastronómica y sea posible cuidar la calidad.

COCINA RÁPIDA Y TAKE AWAY

Es la franja de precio más baja, pues en muchas ocasiones lo que se cocina en este tipo de establecimientos ni siquiera se degusta en el mismo, sino que se traslada a otro espacio (privado o público). Se realizan elaboraciones de la cocina popular en distintas franjas de calidad, pudiendo mantenerse cierta actitud gastronómica. Se incluyen aquí los «no establecimientos», como son los *food trucks*.

LA COCINA DEL ÁMBITO PÚBLICO SEGÚN EL TIPO DE ESTABLECIMIENTO

En el marco del ámbito público, incluidos en el sector de la restauración, podemos encontrar una gran cantidad de establecimientos diferentes. Cada uno responde a una naturaleza en concreto, con unas características particulares que lo diferencian de los demás.

BARES, CAFETERÍAS...

Encontramos, por un lado, los bares y cafeterías, locales especializados en diferentes tipos de elaboraciones con uso de bebidas, mayoritariamente, aunque también puedan ofrecer otro tipo de elaboraciones a sus clientes.

Bar-restaurante

Un bar-restaurante es un local que cuenta con una barra, pero dispone, además, de cierto espacio de sala o emplea la barra como espacio de degustación. Se sirven tanto elaboraciones bebida como elaboraciones comida, puede disponer de una estructura de su oferta tanto en carta como en menú. Se acude al mismo a tomar una bebida (un vino, una cerveza, un vermut), pero también es posible acompañarla de comida. Este tipo de establecimiento puede desarrollar su cocina en todos los niveles de calidad, a pesar de no ser un restaurante gastronómico.

Bar de copas

Los bares de copas son locales que, habitualmente, se frecuentan en horario nocturno, fuera del cual muchos de ellos permanecen cerrados. Están especializados en la oferta de elaboraciones que son bebidas y que, en términos generales, se denominan «copas», pero incluyen un amplio abanico de cócteles, bebidas alcohólicas, etc. En términos generales, no sirven elaboraciones que no sean bebidas.

Cafetería

Toman su nombre de la elaboración principal que ofrecen, el café. Son locales estrechamente asociados al consumo de elaboraciones en momentos de pausa, como es el caso del café u otras bebidas, pudiendo acompañarse de comida, dulce o salada. Las franjas horarias de mayor consumo en las cafeterías se corresponden con los desayunos y las meriendas.

* Playas, jardines, etc., serían espacios públicos, pero no establecimientos.

Otros establecimientos especializados: chocolatería, horchatería

Estos locales se distinguen porque basan su oferta en una especialización de una elaboración determinada (chocolate a la taza u horchata, en los casos señalados). Normalmente, estas elaboraciones pueden consumirse tanto en el local como comprarse para llevar.

RESTAURANTES

Como establecimientos, los restaurantes existen en multitud de versiones. Las características que reúnan la cocina y la oferta gastronómica de cada uno de ellos proporcionan información sobre su nivel de calidad. Y, normalmente, en base a esa oferta, encontraremos diferentes rangos de precio, elaboraciones, espacios, etc. Además, en función del tipo de cocina que realicen y oferten a sus clientes, de si se trata de arte culinario o de elaboraciones que son propias de la «cocina popular», de su nivel de sofisticación, etc., podremos considerar calificar a un restaurante de «gastronómico» o no.

RESTAURACIÓN COLECTIVA

Catering/eventos

Hablamos de cocineros profesionales que elaboran en una cocina central y, después, distribuyen la comida y/o bebida allí donde haya sido contratado su servicio (un domicilio particular, un evento, etc.).

Social

Se engloba en esta categoría «social» toda la cocina que se realiza con el objetivo de prestar un servicio a una colectividad, como pueden ser colegios, hospitales, cárceles, etc.

RETAIL

En el *retail* se incluyen todos los comercios minoristas que tienen contacto directo con el consumidor, en los que se venden productos elaborados o no elaborados, que pueden provenir tanto de una producción industrial (bodegas) como de una producción artesanal (panaderías), e incluye todas las tiendas de alimentación y gastronomía, sean generales o especializadas en un producto o familia de productos.

LA COCINA DEL ÁMBITO PÚBLICO SEGÚN SU ACTITUD/CALIDAD

La cocina del ámbito público se desarrolla partiendo de actitudes y calidades diferentes, que nos permiten distinguir entre la alta gastronomía y la baja gastronomía en función del tipo de elaboraciones que se realice en cada una de ellas.

ALTA GASTRONOMÍA

Las elaboraciones que se crean o reproducen forman parte del arte culinario y de la cocina popular refinada, pensadas para el placer y el hedonismo. Puede ser una cocina creativa, o no, pero se corresponde siempre con alta cocina, lo que implica la excelencia en todo el sistema y no solo en el proceso culinario. Puede ser absolutamente virtuosa en la reproducción sin ser creativa. La alta gastronomía se da en el ámbito público como resultado de la combinación del trabajo de los mejores profesionales de la cocina, pero también de la sala.

MEDIA GASTRONOMÍA

En este nivel de actitud y calidad continuamos refiriéndonos a la alta cocina, en la que se crean o reproducen elaboraciones que pueden formar parte del arte culinario, pero también de la cocina popular o tradicional en una versión refinada de la misma. Se incluye en este nivel de actitud y calidad la denominada «cocina *prêt-à-porter*», que reproduce elaboraciones consideradas arte culinario o cocina popular muy refinada en niveles más sencillos que permiten ofrecerlas al público a precios más asequibles, más «democráticos» a nivel de mercado.

BAJA GASTRONOMÍA

La baja gastronomía se corresponde con el nivel inferior de actitud y calidad, y no puede considerarse alta cocina en ningún caso. No crea ni reproduce arte culinario, sino su opuesto: está centrada en la cocina popular pensada para la alimentación, más que para el placer de la degustación que podemos señalar en todos los niveles superiores. En ella se emplean productos de poca calidad y se lleva a cabo una reproducción de bajo nivel. Es también la más asequible en términos de precio.

LA COCINA DEL ÁMBITO PÚBLICO ¿DÓNDE ESTÁN LOS LUGARES EN LOS QUE SE COME Y SE BEBE?

La consideración del libre acceso a un establecimiento del ámbito público (sea el que fuere) a cambio de un precio puede no parecernos extraordinaria por ser lo habitual en la actualidad. Sin embargo, a nivel de la evolución de la cocina y, en general, de la oferta que realizan todos los tipos de establecimientos de la restauración mencionados anteriormente, esta consideración cambió la historia. De hecho, fue el trampolín para el consumo y disfrute a través de la degustación a nivel de sociedad, el acceso a la alta cocina y al arte culinario, pero también para la existencia de una cocina muy accesible, de raíz popular y pensada para la alimentación en el ámbito público. Esta evolución ha permitido a la cocina desarrollarse en cientos de versiones distintas en el ámbito público hasta lo que es hoy: una opción de ocio y disfrute para muchas personas en todo el mundo.

¿Dónde encontramos cocina hoy en el ámbito público? ¿Dónde están aquellos lugares que se corresponden con la descripción de consumición a cambio de un precio? El siguiente listado corresponde a todos los sectores en los que podemos encontrar presencia de la restauración, en todos sus formatos de establecimiento (restaurantes, bares, colectividades, etc.), precio, actitud y calidad.

A PIE DE CALLE

Todos los establecimientos mencionados: bares, cafeterías, bares-restaurantes, bares de copas, etc.

HOTELERÍA

Todos los establecimientos de la restauración que se encuentran en hoteles, moteles, pensiones, complejos hoteleros, etc.

ALOJAMIENTOS

Todos los establecimientos que se encuentran en campings, adheridos a alojamientos rurales, apartamentos, etc.

OCIO NOCTURNO

Todos los establecimientos que asocian su oferta al consumo recreativo de elaboraciones: pubs, discotecas, etc.

OCIO RECREATIVO

Todos los establecimientos que asocian su oferta a la práctica del juego: bingos, casinos, etc.

OCIO ESPECTÁCULO

Todos los establecimientos cuya oferta acompaña una película en un cine, un espectáculo en un teatro, etc.

CULTURA

Todos los establecimientos ligados a museos, entidades culturales, instalaciones artísticas, bibliotecas, galerías, etc.

ENSEÑANZA/EDUCACIÓN

Todos los establecimientos ubicados en escuelas, institutos, universidades, centros de estudios, etc., en los que prestan un servicio necesario para los usuarios.

SANIDAD

Todos los establecimientos ubicados en hospitales, clínicas de salud, etc., en los que prestan un servicio necesario para los usuarios.

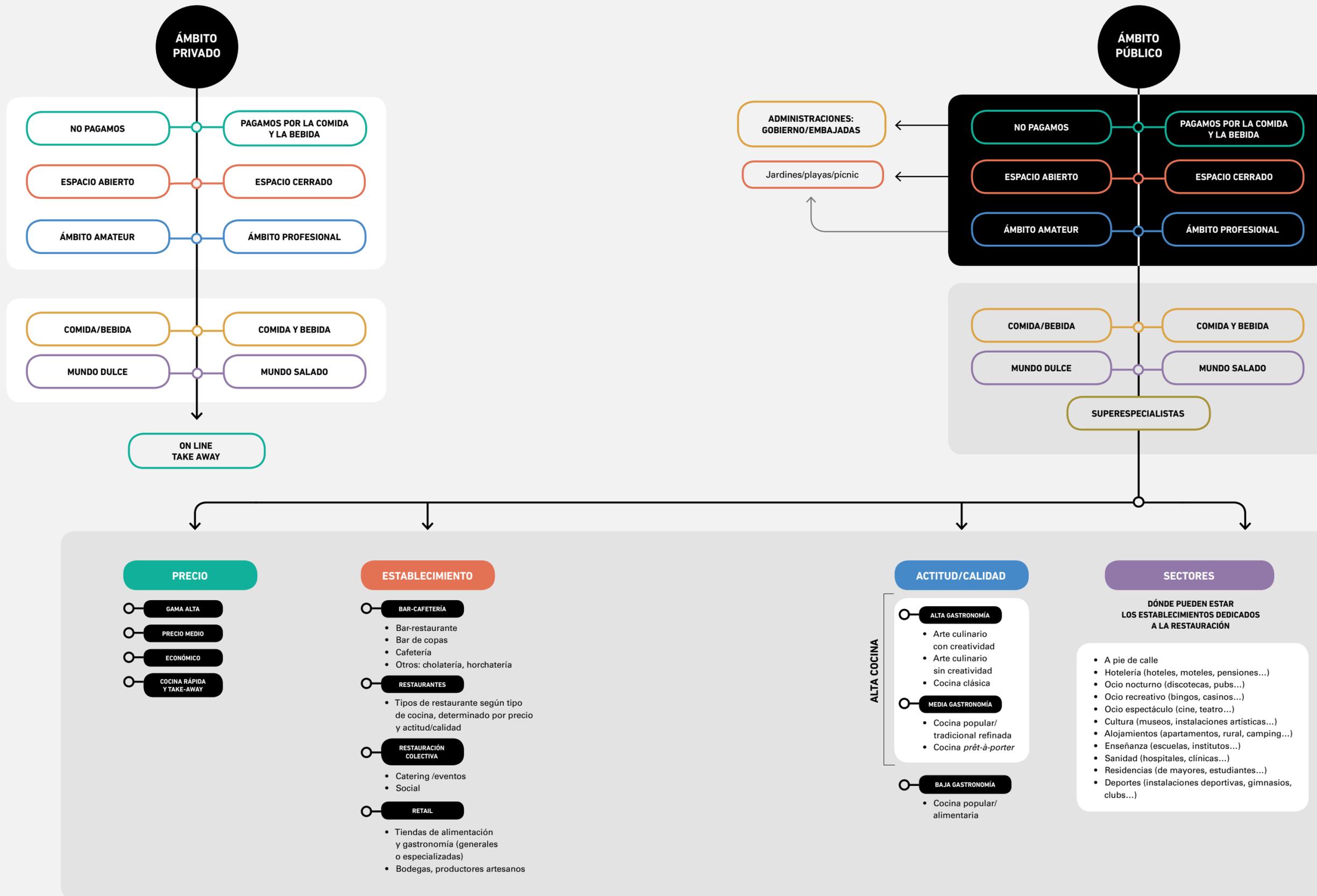
RESIDENCIAS

Todos los establecimientos ligados a residencias de estudiantes o de personas mayores, en los que prestan un servicio necesario para los usuarios.

DEPORTES

Todos los establecimientos que podemos encontrar en espacios pensados para hacer deporte (instalaciones deportivas o gimnasios, clubs, etc.), en los que prestan un servicio para los usuarios.

¿DÓNDE COMER Y BEBER?



RESTAURANTES



BARES Y CAFETERÍAS



SOCIAL



OCIO



HOTELERÍA/ALOJAMIENTOS



INDUSTRIA



ÁMBITO PRIVADO



ÁMBITO PÚBLICO



Al emplear el término «cocina» podemos referirnos también a un espacio o a una máquina

LA COCINA COMO ESPACIO

COCINA

RAE

1. f. Pieza o sitio de la casa en el cual se guisa la comida.

La cocina como espacio fijo destinado a elaborar existe como consecuencia de la transición del ser humano al sedentarismo (podríamos hablar de una primera cocina de las cuevas) que la especie adoptó en el Neolítico y que haría posible reconocer una pieza o parte del domicilio como área destinada a la preparación de elaboraciones. Hasta entonces, aunque el ser humano había cocinado, lo había hecho cada vez en un lugar distinto, siendo la cocina una acción, pero no pudiendo materializarse como unidad espacial. Posteriormente, los hogares, entendido aquí «hogar» como lugar en el que se encuentra un fuego sobre el que cocinar, fueron los primeros «espacios cocina», pues en torno a ellos se realizaba el proceso de elaboración y degustación.

Desde la prehistoria hasta la actualidad, independientemente de la cultura culinaria que observemos y en muchas versiones distintas en función de ella, la cocina es un espacio concreto dentro del ámbito privado de cada hogar. Varía su amplitud, su situación interior (la más habitual) o exterior, la infraestructura que posee, etc., pero se identifica como «cocina», valga la redundancia, el lugar en el que se cocinan las elaboraciones que después se comerán y beberán. En el ámbito privado, existen cocinas en todo tipo de formatos que, como tantas otras cuestiones analizadas en este libro, varían en función de los recursos de su propietario.

Podemos hablar de las cocinas más humildes en las que se elabora de forma amateur hasta gigantescas cocinas en palacios y castillos, de las que se encargaban cocineros profesionales que contaban, incluso, con espacios diferenciados dentro de las mismas. En términos generales, para muchas familias, la cocina es también un espacio en el que se come y se bebe, si no se dispone de un comedor diferenciado para ello, por lo que hablamos de un centro neurálgico dentro del hogar, que muchas veces se utiliza para reunir alrededor de una mesa a los miembros de una familia.

Además, existen las cocinas como espacios de ámbito público, que entendemos como aquellas en las que se desarrolla una actividad profesional que, a uno u otro nivel de calidad, reproduce elaboraciones que son comida y bebida, para ofrecer a un público. En este caso, la cocina es un lugar de trabajo en el que, en términos generales, solo se cocina y no se come (salvo excepciones, en las que algunos restaurantes incluyen una mesa en sus cocinas, en la que los clientes pueden llevar a cabo la degustación, o si el personal del restaurante come en la cocina del mismo). Por tanto, el diseño de este espacio, en cualquier local del ámbito público, pero especialmente en el restaurante gastronómico, está pensado para la funcionalidad del mismo, para lograr la mayor eficiencia mientras dure el servicio, y pueden encontrarse cocinas centrales, lineales, de pared, etc., en función de su distribución.

Del mismo modo que las cocinas domésticas han evolucionado con el paso del tiempo, las profesionales han ganado en diseño y ergonomía, centrándose cada vez más en facilitar la labor del profesional que se encuentra trabajando en ellas.

Es cierto que, también en el ámbito público, el rango de opciones es muy amplio y existen cocinas de todos los tamaños y diseños, pero, desde que, en el siglo XIX, Auguste Escoffier estableciera un sistema de brigadas por jerarquías para las cocinas profesionales, el reparto general de los espacios en las cocinas de los restaurantes ha sido mucho más consciente y planificado, pensado para la eficiencia de que cada especialista tenga su propia zona o lugar de trabajo, sin interferir en el trabajo de otros compañeros en el mismo espacio «cocina».

Aunque otros espacios dentro del restaurante pueden servir de «cocina», puesto que se elabora o se termina de elaborar en ellos (ver pág. 181), como son la barra o la sala, no podríamos decir que estos sustituyan, en Occidente, a la cocina como espacio diferenciado en el que los actores profesionales dedicados en exclusiva a la realización de elaboraciones (especialmente comida) desempeñan su función.

En el ámbito público, fuera del restaurante gastronómico, encontramos cocinas profesionales que, como «espacios», incluso han escapado a una ubicación fija, recorriendo el camino inverso a las cocinas amateurs y domésticas, adoptando opciones de movilidad que podríamos calificar de «nómadas», dado que permiten cocinar cada vez en un lugar distinto. Nos referimos a las cocinas de *food trucks*, que, integradas en furgonetas o pequeños camiones, permiten desplazar el espacio cocina, haciendo posible que esta sea móvil, aunque siempre integrada dentro del vehículo pertinente.

En la misma línea, podríamos hablar de cocinas como espacios efímeros, que existen durante un determinado tiempo (unas horas, unos días) en una ubicación concreta en el caso de los caterings, si desplazan a sus cocineros y sitúan su cocina (como espacio) en el lugar en el que darán servicio para un evento concreto.

Lo cierto es que el análisis de la cocina como espacio en el que se elabora y se transforma bien merecería un libro en sí mismo y, de hecho, son varios los autores que han dedicado su obra a observar la forma en que la cocina ha evolucionado, tomando características distintas en cada época, adoptando unas u otras formas de interiorismo, teniendo más o menos relevancia en el conjunto de la casa o el restaurante, etc.

ARQUITECTURA

RAE

1. f. Arte de proyectar y construir edificios.
2. f. Diseño de una construcción.

Dentro de las artes, la arquitectura es la encargada del diseño de las construcciones. En función de la naturaleza de la construcción a realizar, encontramos que existen especialidades, ramas de la arquitectura dependiendo del uso que se haga de la misma: civil, hidráulica, militar, naval o, incluso, religiosa.

La cocina, como espacio que se encuentra enmarcado en la parte superior de la construcción que la alberga (sea este del ámbito privado o público), forma parte de la planificación del mismo. Como encargada del diseño del conjunto del espacio, la arquitectura habrá de considerar la cocina en el diseño que realice para la edificación que planea.

INTERIORISMO

RAE

1. m. Arte de acondicionar y decorar los espacios interiores de la arquitectura.

El interiorismo es fundamental para el espacio cocina, pues se encarga de darle forma, acondicionándolo, preparándolo para que cumpla con la función que se le otorga. El interiorismo de las cocinas del ámbito privado es funcional, pero está planteado también desde una perspectiva estética, pues se trata de un espacio en el que se pasa mucho tiempo y se concentra la actividad de cocinar (y, a veces, de degustar) de una familia. En el ámbito público, la cocina es un lugar de trabajo, por lo que encontramos un interiorismo enfocado a la eficiencia. Que los rodapiés sean redondos, los suelos dispongan de desagües y, a la vez, sean antideslizantes, que las superficies sean resistentes, pero también fácilmente desinfectables (evitando para ello materiales porosos) son solo algunas cuestiones que se deben considerar. El interiorismo también debe procurar una buena disposición de las cámaras frigoríficas y de la zona de conservación de productos, para evitar romper la cadena de frío o de calor. Diseñar este espacio pensando en la trazabilidad y funcionalidad sin renunciar por ello a la estética es el reto de este ámbito.

EN EL ESPACIO COCINA, SE ENCUENTRA LA COCINA COMO APARATO, MÁQUINA O HERRAMIENTA

■ COCINA

RAE

2. f. Aparato que hace las veces de fogón, con hornillos o fuegos y a veces horno. Puede calentar con carbón, gas, electricidad, etc.

En el espacio que hemos señalado como cocina, dentro de un domicilio o de un establecimiento del ámbito público, nos encontramos con otra acepción más de este término, que, en este caso, hace referencia al artefacto que permite el suministro de calor, por el que pueden aplicarse técnicas como la cocción o el asado.

Tal y como sucede con el resto de las herramientas destinadas a la transformación de los alimentos, hay diferencias entre las cocinas, entendidas como herramientas, que se emplean en el ámbito privado y el público. Los cocineros profesionales suelen disponer de artefactos cocina mucho más potentes y precisos que los que habitualmente se encuentran en los domicilios para la cocina amateur.

Como herramienta que transmite calor a los productos y elaboraciones, originalmente la cocina tuvo una brasa de fuego real en su interior, cerrado, sobre el que se disponían los fogones. Con el paso del tiempo, la evolución en su diseño ha hecho que la cocina como herramienta esté alimentada por energías distintas del fuego, empleando gas u otros combustibles o electricidad para calentar los fogones. Además de fogones en la parte superior, que varían en número según el tamaño, una cocina puede incluir un horno, en el que las elaboraciones y productos se introducen para ser cocinados.

En la actualidad, las cocinas disponen de diferentes cuerpos o módulos, en los que se divide el fuego directo (por fogones o placas de inducción), pero, además, pueden incluir una zona de parrilla, planchas de hierro o cromo, freidoras, baños maría, etc. Junto a hornos mixtos, microondas, roners, salamandras, marmitas y/o rondones fijos o basculables, entre otros.

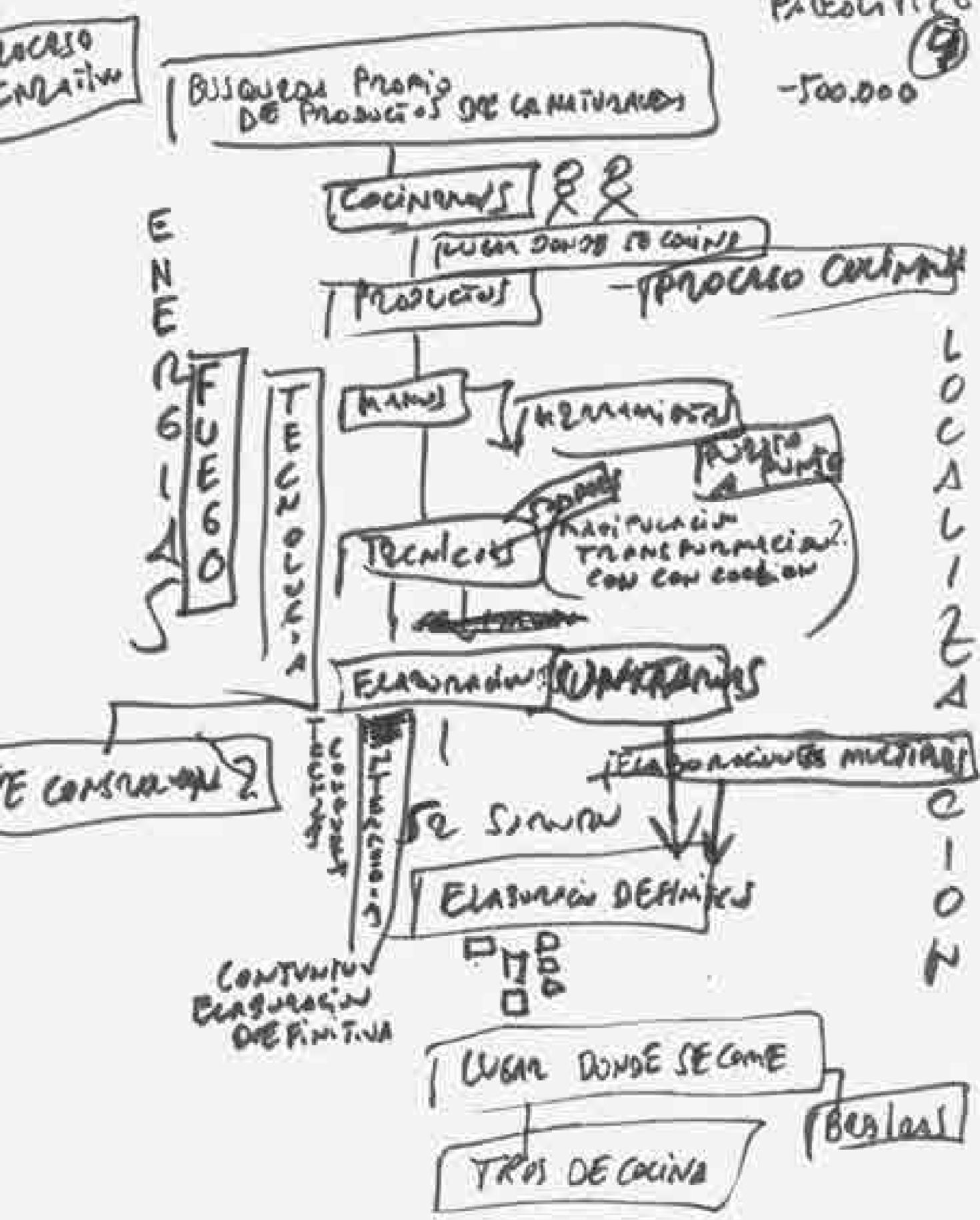
¿LAS MÁQUINAS PUEDEN COCINAR?

Científicos como Richard Wrangham o antropólogos como Lévi-Strauss señalan la acción de cocinar como clave para la humanidad, pues nos diferencia como especie del resto de animales. Si bien ya hay robots de cocina, que el cocinero emplea como herramienta que agiliza el proceso de elaboración o producción de comida y bebida, cabe plantear cuál será su presencia en el futuro próximo, dado el avance de la inteligencia artificial y del aprendizaje automático.

Si llega el momento en el que el robot pase de ser una herramienta a convertirse en el propio cocinero, sustituyendo el elemento humano implícito en la cocina, ¿tendremos que redefinir qué es cocinar relacionándolo con la conciencia y voluntad de transformación, con la actitud implícita que caracteriza esta acción?



“ Al decir cocina, ¿hablamos de un espacio?, ¿de un artefacto?, ¿de un conjunto de elaboraciones? ”



CAPÍTULO 7

¿Qué se cocina y cómo se cocina?

Dar respuesta a estas preguntas nos permitirá conocer mejor al cocinero y su proceso y sistema culinarios, y comprender que las características de estos se verán reflejadas en sus resultados: las elaboraciones.

LUGAR DONDE SE COME

TIPOS DE COCINA

Hemos visto algunos condicionantes a la hora de cocinar, pero hay muchos más

LOS CONDICIONANTES QUE PRESENTE LA ACCIÓN DE COCINAR DEFINIRÁN LAS CARACTERÍSTICAS DE CADA COCINA Y DE SUS RESULTADOS

De acuerdo con todo lo planteado hasta ahora, entendemos que el ser humano no cocina siempre de la misma manera, ya que esta acción admite innumerables matices, condicionados siempre por las decisiones que tome el cocinero, los recursos de los que disponga y el contexto en el que realice el acto de cocinar.

Si cocinar es un proceso que se lleva a cabo empleando unos recursos en el marco de un sistema, deberemos atender a los condicionantes del mismo, a aquellas cuestiones que lo caractericen cada vez, que serán consecuencia de los procesos que se incluyan en él para hacerlo posible. Habiendo comprendido que lo que condiciona la acción de cocinar y la define es variable y cambia siempre en función de la suma de factores en cada situación, afirmamos que se cocina (que se puede cocinar) de miles de maneras distintas.

La cocina no es una acción que se limite a existir de un modo estático, ni único. Como ya hemos señalado en capítulos anteriores, cómo se cocina, es decir, cómo se lleva a cabo el proceso empleando recursos en el marco de un sistema, queda determinado por quién, dónde, por qué, para qué y cuándo cocina, condicionantes que admiten, a su vez, cientos de respuestas. Estos son los fundamentales, los que generan un contexto mínimo en el que podemos empezar a hablar de un análisis de características.

Cada cocinero que realiza un proceso culinario que forma parte de un sistema responde de manera intencionada, a veces, sin plantearse todo lo anterior; otras, a una serie de estos condicionantes, que serán los que definan su acción particular en la cocina, su manera de cocinar. Como veremos en las páginas siguientes, cada respuesta a estas cuestiones da lugar a cocinas diferentes, que entienden tratamientos y usos distintos para los productos que emplean, las técnicas que aplican y las herramientas de las que se sirven. Dicho de otra forma, los condicionantes de cada sistema y cada proceso culinario terminarán por definir sus características.

Planteado lo anterior, en las páginas siguientes nos proponemos, además, tratar la cuestión del qué se cocina, de los resultados de cocinar desde esta visión que busca reconocer características que nos ayuden a comprender de un modo más detallado la realidad de la cocina. Podríamos llevar todas las cuestiones anteriores más allá, a lo que resulta del sistema, hasta la comida y la bebida para conocer más sobre las elaboraciones intermedias o productos elaborados que se obtienen tras cocinar. Nos preguntamos: ¿son las características del sistema del que resultan la comida y la bebida extrapolables a estas elaboraciones? O, planteado de otro modo, ¿las características de lo cocinado son las mismas que las del sistema que las hace posibles?

Referirnos a todas las formas posibles de cocinar y explicar cada uno de sus resultados es un trabajo que, en sí mismo, requiere una investigación pormenorizada y generaría un volumen de contenido que no se plantea en este libro, pero presentamos a continuación un mapa en el que hemos agrupado de forma ordenada algunos de los

condicionantes que nos plantearíamos analizar, que funcionarían como criterios para clasificar la cocina teniendo en cuenta sus características definitorias de forma aislada.

Pero sí queremos considerar aquí aquellos condicionantes que hemos entendido fundamentales en la restauración gastronómica de Occidente, que están vigentes en la actualidad y generan diferentes versiones de la comida y la bebida que se incluyen en la oferta gastronómica. Buscamos características analizando la cocina a través de ellos, para confirmar que la cocina y su fruto, la comida y la bebida que se ofrece a los clientes en el ámbito de la restauración, pueden explicarse en cientos de versiones posibles, en función de la característica que mejor las represente, pero también como la suma de todas las que recoge cada sistema, cada proceso y cada resultado.



POSIBLES CONDICIONANTES DE COCINAR Y DE LA COCINA, AGRUPADOS POR FAMILIAS EN BASE A SAPIENS

1 POR QUÉ/PARA QUÉ

- Según...
- La elaboración tenga uso de comida o de bebida
 - Objetivo a la hora de cocinar: crear o reproducir
 - Uso para la alimentación o hedonístico/gastronómico
 - Si se cocina para un uso inmediato o para la conservación
 - Tenga, o no, uso decorativo
 - Sea especializada o generalista
 - Se elabore para el mundo dulce o el salado
 - Interacción entre comida y bebida
 - Lo que se quiera transmitir con la comida
 - El aporte calórico
 - Si es creación propia o recreación de otro cocinero
 - Mise en place o elaboración en el pase

2 QUIÉN CREA/REPRODUCE

- Según...
- Número de cocineros
 - Edad del cocinero
 - Grado de profesionalidad del cocinero
 - Quién cocina en el restaurante
 - Actividades/profesiones (cazadores, pescadores, monjes, marineros)
 - Organización: cofradías, academias, iglesia, ejército
 - Creador de la receta
 - Estado civil de quien cocina: casado, soltero, divorciado, viudo
 - Raza, etnia de quien cocina
 - Idioma de quien cocina

3 DÓNDE SE CREA/REPRODUCE

- Según...
- Ámbito público o privado
 - Espacio donde se crea
 - Espacio donde se reproduce
 - Lugar en el mundo en el que se cocine (sea ámbito público o privado):
 - Medio rural o urbano
 - Zonas climáticas
 - Continentes y zonas geográficas
 - Biomas
 - Contexto geopolítico
 - Ecosistemas
 - Accidentes geográficos: isla, valle, montaña, golfo, mar, volcán, etc.
 - Lugar geopolítico en el que cocina un individuo, independientemente de lo que otros cocinan en él

4 TIEMPO

- Según...
- Tiempo necesario para crear
 - Tiempo necesario para reproducir una elaboración que se degusta
 - Año de creación de una elaboración
 - Año de creación de un concepto, aspecto, cuestión filosófica, etc.
- Referencias compartidas para ordenar el tiempo:
- Franjas horarias
 - Meses del año
 - Estaciones
 - Calendario colectivo de festividades y celebraciones
 - Calendario de fiestas y celebraciones particulares

5 PRODUCTO

- Según...
- Nivel de cercanía del producto
 - Producto natural o artificial
 - Proveedor del producto
 - Producto principal determinante
 - Cocina de mercado (si se compra en el mercado)
 - Mundo al que pertenece el producto
 - Sexo del producto
 - Estado de crecimiento del producto
 - Morfología (primaria, secundaria...) del producto
 - Si puede, o no, consumirse el producto entero
 - Si se consume el producto entero, o no
 - Nivel de maduración del producto
 - Estado de la materia del producto
 - Nivel de uso de productos de la industria alimentaria

6 HERRAMIENTAS

- Según...
- Si es industrial o artesanal
 - Herramienta principal

7 ENERGÍA

- Según...
- Energía y su fuente
 - Si hace falta, o no, energía calorífica

8 CARACTERÍSTICAS DEL PROCESO DE ELABORACIÓN

- Según...
- Nivel de tecnología aplicada
 - Nivel de ciencia aplicada
 - Nivel técnico, tecnicidad aplicada del cocinero a la cocina
 - Nivel de elaboración del producto
 - Nivel de dificultad de la elaboración
 - Nivel de resultado creativo y/o innovador
 - Nivel artístico que se aplique
 - Nivel de sofisticación
 - Nivel de calidad
 - Nivel de lujo
 - Nivel de precio
 - Nivel de comercialización
 - Nivel de automatización
 - Nivel de aprovechamiento
 - Nivel de improvisación
 - Nivel de inmediatez al elaborarla
 - Nivel de conocimiento
 - Amor-cariño que se quiere dar
 - Nivel de mise en place necesario
 - Alma duende-virtuosismo que se quiere dar
 - Nivel de conceptualización
 - Nivel de diversión-entretimiento que se quiere dar
 - Nivel de juego (playfood)
 - Nivel de felicidad al cocinar
 - Nivel de complacencia «al gusto del cliente»
 - Nivel de rareza
 - Nivel de equilibrio de la elaboración que se degusta
 - Nivel de equilibrio del conjunto de elaboraciones
 - Nivel de precisión, perfección, exactitud
 - Proporcionalidad
 - Nivel de refinamiento o rusticidad
 - Nivel de sencillez
 - Nivel de exclusividad
 - Nivel de rompimiento (si se rompe o no)
 - Nivel de masticación de la elaboración
 - Estructura de la elaboración
 - Nivel de efímero
 - Se considere elaboración o producción
 - Si se cocina, o no, en código abierto

9 TÉCNICAS UTILIZADAS PARA COCINAR

- Según...
- Cantidad de técnicas aplicadas en una elaboración que se degusta
 - Técnica de mezcla en el caso de la especialización coctelería
 - Técnica de elaboración definitiva
 - Técnicas simples o compuestas

10 RESULTADO: ELABORACIONES

- Según...
- El nombre que se da a la elaboración
 - Si el resultado está crudo o no
 - Cantidad de elaboraciones intermedias
 - Número de bocados necesarios para degustar la elaboración
 - Familias de elaboraciones: por costumbre o clásica, tradicional
 - Su función: tapas, aperitivo, snacks, comida al centro, entradas, primeros o segundos platos...
 - Orden de aparición en la carta
 - Estructura del menú degustación
 - Se ofrezca en la mesa de forma individual o colectiva
 - Sean, o no, elaboraciones básicas
 - Nivel de reflexión que provoque
 - Nivel de excitación que provoque
 - Orden alfabético
 - Elaboraciones creadas en Oriente u Occidente
 - Elaboraciones comunes en Oriente y Occidente
 - Composición de la elaboración
 - Forma de la elaboración
 - Color de la elaboración
 - Estética, belleza de la elaboración
 - Olor, aroma de la elaboración
 - Textura de la elaboración
 - Temperatura de la elaboración
 - Fragilidad de la elaboración
 - Ligereza de la elaboración
 - Gustos básicos-sabor-sensaciones trigeminales
 - Estado de la materia de la elaboración
 - Si se necesita temperatura o no para obtener la elaboración
 - Nivel de especiado, condimentado
 - Complejidad de gustos básicos
 - Complejidad de sensaciones trigeminales
 - Volumen de las elaboraciones
 - Sinestesia

11 EN RELACIÓN CON EL QUE COME

- Según...
- Prescripciones y restricciones religiosas
 - Prescripciones y restricciones por motivos de salud
 - Restricciones por motivos de principios o éticos
 - Género
 - Edad del comensal o cliente
 - Número de comensales que degustan
 - Clases sociales
 - Espacio en el que se come
 - Tipo de movilidad
 - Posición y postura en la que se come
 - Tiempo necesario para comer una elaboración que se degusta
 - Tiempo necesario para comer un conjunto de elaboraciones
 - Nivel de intervención del comensal o cliente sobre la elaboración
 - Liturgia
 - Herramientas de degustación
 - Nivel profesional de quien come, cliente-comensal
 - Interactuación del cliente con la comunicación de la oferta (carta, menú, buffet...)
 - Formato en que llega la oferta al cliente
 - Si el cliente tiene, o no, tiempo para comer
 - Nivel de memoria de quien come
 - Nivel de conocimiento de quien come
 - Si la experiencia es física-psíquica-emocional-espiritual

12 CONSECUENCIAS QUE GENERA

- Según...
- Estilos y movimientos de cocina
 - Tendencias, novedades y modas en cocina

13 TIPOS DE COCINA EN EL RESTAURANTE GASTRONÓMICO

- Según...
- Estructura de la oferta
 - Tipos de servicio
 - Orden de llegada de los clientes: a la vez o por turnos
 - Composición de las mesas del restaurante
 - Capacidad de las mesas del restaurante

14 HISTORIA: EL PASADO DE LA COCINA

- Según...
- Especies de Homo
 - Épocas del Homo sapiens
 - Perspectiva en edades de la historia universal
 - Cuándo aparecen en el tiempo histórico
 - Épocas históricas de la restauración gastronómica de Sapiens
 - Antiguas civilizaciones de Occidente y el Mediterráneo
 - La cultura en la que se cocina/con la que se cocina
 - Nivel de fusión
 - Nivel de internacionalidad
 - Nivel de cosmopolitismo
 - Nivel de vanguardia: segunda, posvanguardia, divergente, complementaria, local...

El resultado son los tipos de cocina →

Comprender y clasificar los tipos de cocina es complejo, pero no es imposible si se plantea de la manera adecuada

De los condicionantes que presente la acción de cocinar se desprenderán las características de la cocina, que nos permitirán hablar de tipos de cocina diferenciados entre sí. Partimos del hecho de que la cocina se ha construido, desde el Paleolítico, en base a una sucesión de características que se han ido sumando para hacerla diversa y compleja en elementos, y rica y variada en resultados. Entendiendo la cocina como una realidad que resulta de esta evolución, vamos a mostrar cómo es posible observar cada una de sus características de forma aislada o en combinación con otras y a explicar cómo estas generan diferentes tipos de cocina.

La primera pregunta es obvia: ¿cómo reconocer tipos de cocina entre tal inmensidad de características? Y la respuesta es clara: prestando atención a un condicionante distinto cada vez, pues será este el que marque la característica que observamos y nos permita detectar un tipo de cocina u otro. Al referirnos a cualquier cocina, sea la que sea, normalmente la calificamos con un adjetivo que la describe, que recoge una característica (o varias) con la que la diferenciamos, concretando una realidad que la distingue de las demás «cocinas» posibles que están definidas por otras características. Estos adjetivos son respuestas generadas como consecuencia de observar la cocina desde diferentes prismas. Muchas veces, de forma inconsciente, estamos empleando uno de sus condicionantes como criterio para nombrarla, ya que, como interlocutores, seleccionamos una característica particular y la empleamos para describir esa cocina, en concreto con un adjetivo.



Por ejemplo, ocurre así cuando decimos que una cocina es «vegetariana» (el condicionante principal del cocinero sería una convicción moral o ética que le impide emplear productos de origen animal y que funciona como criterio para señalar que vegetariana es su característica definitoria) o si señalamos que es «popular» (el condicionante principal del cocinero es la clase social en la que se incluye, por el que se le identifica como una persona que tiene recursos para cocinar, pero que cocina para alimentarse en la mayoría de las ocasiones) o «artesanal» (el condicionante principal es que se ha llevado a cabo fuera de la industria alimentaria, sin aplicación del conocimiento científico).

En general, los adjetivos que elegimos responden a un criterio concreto, que subraya una característica en particular. Siguiendo con los ejemplos anteriores, «vegetariana» establece que no incluye productos de origen animal, «popular» indica de raíz popular, creada por el pueblo, y, «artesanal» señala que está hecha a mano por uno o varios individuos, que no es industrial. Pero, a veces, un único adjetivo supone una suma de características, que, al darse en conjunto a la vez, generan un tipo de cocina concreto. En estos casos, cuando un tipo de cocina no se define solo por una característica principal, su comprensión puede resultar más compleja. Por ello, algunos tipos de cocina requieren una explicación más extensa y exhaustiva que otros.

Sucede así, por ejemplo, con la «alta cocina», que es un concepto en sí mismo, con unas características propias que emanan de un conjunto de condicionantes (o criterios) que se dan a la vez y que trataremos más adelante (ver pág. 266).

Emplear criterios (algunos de los cuales ya hemos visto con anterioridad) es necesario para reconocer tipos de cocina, porque cada uno de ellos nos permite observar un aspecto de esta realidad culinaria que analizamos y, a su vez, cada aspecto nos aporta una fracción de la visión que buscamos para explicarla en su totalidad. Solo así entenderemos la implicación de «popular» cuando se mezcla con otros adjetivos, como veremos más adelante, o el significado completo de «alta cocina» como tipo de cocina concreto.

El objetivo de comprender los tipos de cocina es inabarcable si no partimos del orden. Ordenar la cocina como un todo supondría clasificarla, es decir, ordenarla con criterio. Una clasificación de las características de la cocina pasaría por el empleo de criterios que, como hemos indicado, nos permitirían conocer esta realidad desde diferentes prismas. Así pues, para poder llegar a hablar de «tipos de cocina» necesitamos comprender, previamente, qué criterios emplearíamos, cuáles de todos esos condicionantes recogidos en el mapa anterior pueden servirnos para detectar las características más relevantes. Para enfrentar esta explicación de la forma más clara posible, vamos a partir de ejemplos muy conocidos, que se identifican con tipos de cocina muy presentes en el ideario colectivo. En las siguientes páginas planteamos algunas de las cuestiones (las que consideramos principales, las más básicas) que nos llevan a tratar la cocina característica por característica, planteando criterios uno por uno, de forma independiente.

“ Si comprendemos, podemos ordenar y clasificar ”

Un ejemplo de categorías y tipos de cocina, en este caso, según «número de bocados necesarios para degustar la elaboración»

Dedicamos este apartado a ejemplificar con una clasificación aquello que venimos explicando en las páginas anteriores, llevando a efecto la posibilidad de conocer la cocina «por partes», prestando atención a una característica cada vez. En esta ocasión, de aplicar el criterio «número de bocados necesarios para degustar la elaboración», se obtiene un resultado, una clasificación. En ella encontramos que «el número de bocados necesarios» está gradado en categorías, cada una de las cuales recoge o enuncia una característica de esa cocina (un número de bocados concreto), diferenciando posibilidades, de menos a más bocados necesarios. Si una de estas categorías de cocina tuviera un peso relevante o una influencia destacada, si hubiera sido tomada como referencia o imitada, si se referencia en el ideario colectivo o establece un concepto en sí misma, podríamos considerarla, además, un tipo de cocina.

Una vez explicado el criterio y planteada la clasificación, cabe reflexionar sobre las formas en que cada una de estas categorías sucede en la realidad, mientras se cocina y se come o bebe, para ver las implicaciones de esta característica concreta. De ese modo, podemos generar más conocimiento o, al menos, conectar el conocimiento que poseemos, haciéndose evidente que existen conexiones entre características de la cocina. Para reflejar esta cuestión, cabría preguntarnos, por ejemplo: ¿qué implica que una elaboración solo requiera un bocado para degustarse?, ¿todas las elaboraciones podrían comerse de un bocado?, ¿qué ha cambiado si requiere más de tres?, ¿qué informaciones da esta clasificación?, ¿con qué otros aspectos quedaría conectada?

Y así sucedería con cada criterio seleccionado que, de desarrollarse con tiempo y dedicación, terminaría por generar una reflexión y, en ocasiones, cierto conocimiento en torno al mismo. Por este motivo, ya hemos subrayado que un trabajo clasificatorio de la cocina supondría otro proyecto en sí mismo, que ahora ejemplificamos pero que no podemos incluir en este volumen, pues requiere mucho tiempo y dedicación.



CRITERIO: «SEGÚN NÚMERO DE BOCADOS NECESARIOS PARA DEGUSTAR LA ELABORACIÓN»

Esta clasificación da lugar a cuatro categorías de cocina, en función del número de bocados (sorbos, tragos o mordiscos) necesarios para degustar una elaboración. Así, encontramos una cocina que crea o reproduce una elaboración según...

Requiere un bocado para degustarse: entendemos que una elaboración es pequeña si solo se requiere un bocado para degustarla.

Requiere de cuatro a seis bocados para degustarse: entendemos que una elaboración es mediana si se requiere de cuatro a seis bocados para degustarla.

Requiere de dos a tres bocados para degustarse: entendemos que una elaboración es relativamente pequeña si se requiere de dos a tres bocados para degustarla.

Requiere de más de seis bocados para degustarse: entendemos que una elaboración es grande si se requieren más de seis bocados para degustarla.

Definiciones de términos clave para comprender esta clasificación:

BOCADO

RAE

1. m. Porción de comida que cabe de una vez en la boca.
2. m. Porción pequeña de comida.
4. m. Pedazo de cualquier cosa que se saca o arranca con la boca.

MORDISCO

RAE

1. m. Acción y efecto de morder.
3. m. Pedazo que se saca de algo mordiéndolo.

SORBO

RAE

1. m. Acción y efecto de sorber un líquido.
2. m. Porción que se sorbe de una vez.
3. m. Cantidad pequeña de una bebida.

TRAGO

RAE

1. m. Porción de agua u otro líquido, que se bebe o se puede beber de una vez.

CUCHARADA

RAE

1. f. Porción que cabe en una cuchara.

Cuando aplicamos el criterio «número de bocados necesarios para degustar la elaboración», lo que hacemos es emplear el número de bocados o *bites* (si utilizamos el término inglés) como parámetro, entendiendo por «bocado» o *bite* una porción de comida que se toma de una sola vez, que normalmente es una cantidad pequeña, pues el bocado más grande, dentro de lo posible, sería el que llena la boca.

El tamaño de la cavidad bucal es el límite, pero normalmente no se degusta «llenando» la boca, sino en pequeñas cantidades. Cada vez que introducimos comida en la boca a lo largo de la degustación, estamos dando un bocado y cada elaboración precisa un número determinado de ellos. En función de este número total, podemos determinar el tamaño de la elaboración y, generalmente, el volumen y el peso (acorde con su tamaño), sin necesidad de pesar o evaluar cada una de ellas.

- ▶ ¿Las cucharadas se consideran bocados? ¿Y los sorbos o tragos? Es fundamental que, antes de ir más allá en el desarrollo de este criterio, establezcamos la diferencia entre elaboraciones sólidas y elaboraciones líquidas, porque... ¿son todos los bocados iguales? En el caso de la comida sólida, dar un bocado supone introducir la elaboración completa en la boca. Para dar más de un bocado, tendremos que morder para partir la elaboración. Un mordisco es la acción de clavar los dientes en la elaboración con la intención de partirla y desprender una parte, por lo que bocado y mordisco van unidos. Si no se muerde, la elaboración se parte o se corta, con las manos o con las herramientas de degustación disponibles para ello. La comida líquida, sin embargo, no requiere la acción de morder para dividir en bocados, pues se degusta a cucharadas (si se presentan para degustar con cuchara) o a tragos o sorbos (si se lleva a la boca directamente de un vaso, copa, taza, cuenco... sin contar con una cuchara), y los consideramos tal y como los «mordiscos» al sólido, es decir, bocados «líquidos» necesarios para degustar una elaboración. Las herramientas de degustación que se empleen o la ausencia de las mismas está directamente relacionada con el número de bocados que requiera la elaboración que se degusta.
- ▶ Mordiscos y sorbos son formas distintas de dar bocados a las elaboraciones, en función de que el estado de su materia sea sólido o líquido. Dado que existen diferentes posibilidades de combi-

nación de estados de la materia, sólidos, líquidos, semi-sólidos, semi-líquidos, etc., es posible que una elaboración pueda contener más de un estado en la materia que la compone o que sea el resultado de elaboraciones intermedias con estados diferentes. Así, puede ocurrir que una elaboración se deguste en cuatro bocados, de los cuales dos sean sorbos o tragos y, los otros dos, mordiscos. Por ejemplo, un vasito de gazpacho sobre el que se cruza un pico de pan envuelto en jamón ibérico. En adelante, una vez aclarada esta diferencia entre mordiscos y sorbos o tragos, nos referiremos a todos ellos como bocados.

Además del estado en el que se encuentre la materia de la elaboración que se degusta, hay otras cuestiones que son determinantes en relación con este criterio. La primera hace referencia a la diferenciación entre el mundo dulce y el salado. En general, las elaboraciones que forman parte del considerado «mundo dulce» dentro de la cocina suelen ser piezas individuales, entre las cuales hay todo tipo de tamaños: desde las más pequeñas, que requieren uno o dos bocados para ser degustadas (como un *macaron*, por ejemplo), hasta más de seis bocados en las más grandes (como un *croissant*). Las más pequeñas podrían considerarse el equivalente en tamaño a los aperitivos o *snacks* en la cocina del «mundo salado». Este, por su parte, está formado por elaboraciones de todos los tamaños posibles, que no siempre son individuales, hasta que se emplatan de esa manera. Tanto en un mundo como en otro, los bocados pueden ser mordiscos o cucharadas, tragos o sorbos.

- ▶ ¿Se deshace la elaboración al cogerla con las manos? ¿Se rompe al morderla? ¿Se puede partir? Todo ello depende de su temperatura, textura y fragilidad. El número de bocados necesarios para degustar una elaboración participa en la fragilidad, la textura y la temperatura de la misma, también relacionadas entre sí. Pero ¿por qué son estos tres parámetros tan importantes? Porque en función de ellos la elaboración tiene unas características concretas que afectan a la forma en que se degusta y determinan que pueda romperse, deshacerse o desmoronarse al darle el primer bocado y los que le sigan en función de su tamaño. Que una elaboración sea pequeña y frágil puede suponer que se coma de un solo bocado para evitar que se desmorone o rompa, si el cocinero que la creó consideró este factor de la degustación.

Si es mediana o grande, requiere más bocados y tiene muchas probabilidades de que, tras el primero de ellos, necesitemos posarla (si la hemos cogido con la mano) o que se haya deshecho en el plato (a pesar de que empleemos herramientas de degustación, lo que el cocinero seguramente habrá previsto a la hora de emplatarla).

Por ejemplo, un pastel de hojaldre cubierto con chocolate caliente: el hojaldre es muy frágil y tiene una textura laminada que es débil, se rompe con facilidad y, además, la temperatura muy caliente del chocolate hace que este fluya y pueda caer del hojaldre. Si la elaboración que se degusta es pequeña, seguramente no llegue a deshacerse el hojaldre ni a derramarse el chocolate, pues en dos bocados se habrá comido. Pero, si es grande, es probable que se deshaga sobre el plato, rompiéndose parte del hojaldre en trozos mínimos y derramándose el chocolate, como consecuencia de cortarla en pedazos del tamaño de un bocado. Así, podríamos poner miles de ejemplos distintos que visualizan las variables que intervienen en esta cuestión.

En base a esto, podemos afirmar que el número de bocados nos da información sobre el tipo de elaboración que se está degustando, en función de que sea pequeña, mediana o grande:

- Las elaboraciones que se degustan pequeñas o relativamente pequeñas suelen ser aperitivos, *snacks* o *petit-fours*, aunque cualquier tipo de elaboración se puede presentar en formato pequeño si se adapta a este para poder ser degustada en pocos bocados. Pueden incluso no necesitar emplatado.
- Las elaboraciones que se degustan medianas son, en muchos casos, tapas o medias raciones que adaptan un tamaño original más grande a un formato más pequeño o a formar parte de un menú degustación. Caben ambas opciones: que requieran herramientas de degustación para cortarlas en bocados o que puedan degustarse mordiéndolo o sorbiendo, dando los bocados directamente sobre la elaboración.
- Las elaboraciones que se degustan grandes son aquellas que, en la mayoría de las ocasiones, requieren un emplatado y unas herramientas de

degustación que permiten hacer «bocados» de ellas y que, excepcionalmente, pueden comerse mordiéndolo o sorbiendo.

- ▶ Una de las maneras de enfocar el minimalismo en cocina, la sencillez o complejidad de una elaboración, es ligándolo a pocos bocados o a pocos elementos (independientemente de los bocados) en la composición final. Que el cocinero decida que las elaboraciones tengan uno u otro tamaño depende, fundamentalmente, de la estructura de la oferta gastronómica que tenga el restaurante y, en el caso del ámbito privado, de que se trate de una degustación de elaboraciones de uso cotidiano o de celebración.

En el primer caso, atendiendo a las posibles estructuras de la oferta gastronómica:

- En un menú degustación, el tamaño de las elaboraciones está directamente relacionado con su «longitud». Cuanto más «largo» sea el menú, más pequeñas las elaboraciones y, viceversa, un menú más corto supone elaboraciones más grandes. Muchas de las elaboraciones que se incluyen en los menús degustación son medianas, aunque también las hay pequeñas, pero rara vez hay elaboraciones que requieran más de seis *bites* en su degustación.
- Cuando la oferta gastronómica se concreta en una carta, por lo general, las elaboraciones que se clasifiquen como entrantes y postres suelen ser medianas y, las que se consideren «platos», bien primeros o segundos, o bien agrupados por familias, grandes, que requieran herramientas de degustación y se emplatan individualmente.
- Si se trata de una oferta compuesta por tapas y/o pinchos, las elaboraciones serán pequeñas o medianas y, en muchos casos, no requerirán herramientas de degustación e, incluso, podrán tomarse directamente con la mano y degustarse a bocados.
- En los platos combinados se da una suma de elaboraciones intermedias pequeñas o medianas en una misma herramienta de emplatado, que se unen en el mismo sin funcionar como elaboraciones intermedias, sino que son independientes unas de otras.

- En el caso de un catering, nos encontramos con elaboraciones pequeñas, que se adaptan a espacios de degustación en los que muchas veces no existe la opción de sentarse o ni siquiera de tener un apoyo. Para hacer la degustación lo más cómoda posible, las elaboraciones son pequeñas o, como mucho, medianas, pero no grandes. A veces puede incluirse una herramienta de degustación, un pequeño tenedor o cuchara, pero incluso las elaboraciones líquidas suelen servirse para ser degustadas directamente del recipiente que las contiene.
- El buffet es el formato de oferta en el que no hay un tamaño preestablecido, pues es el cliente quien elige y combina elaboraciones en función de cuánto y cómo desee comer.

En el caso del ámbito privado, en casa, para la degustación en familia o con amigos, las elaboraciones suelen tener el tamaño de un plato, es decir, necesitan más de seis bocados para ser degustadas, en las comidas y las cenas, y son medianas en los desayunos y meriendas, de entre cuatro y seis bocados, normalmente (aunque pueden ser más grandes). Cuando se realizan elaboraciones pequeñas como aperitivos o *snacks* normalmente es porque se está celebrando algo o se ha reunido a un grupo de invitados, de forma que las elaboraciones que requieren menos bocados son más cómodas para iniciar la degustación que, después, puede estar seguida de otras elaboraciones más grandes.

- No se cocinan las mismas elaboraciones para ofrecer a la carta que en un menú o un buffet: sus tamaños cambian y se combinan. Que una elaboración requiera más o menos bocados para ser degustada tiene mucho que ver con su composición, que puede hacer que todos los bocados de la elaboración que se degusta, que es una sola y uniforme, sean iguales (como, por ejemplo, un risotto, un entrecot o una crema de calabaza) o diferentes entre sí, si se incluyen elaboraciones intermedias que se degustan como parte de la misma elaboración. En este segundo caso, los bocados podrían tener temperaturas, texturas y fragilidades distintas entre sí, según la estructura y composición de la elaboración emplatada.

En función de cuántas elaboraciones se degustan y del tamaño de cada una de ellas, el número de bocados total en una comida será mayor o menor. Teniendo en cuenta lo explicado anteriormente, puede haber mayor número de bocados en una comida a la carta (que suelen ser dos platos y un postre) que en un menú degustación (que tendría que incluir muchas elaboraciones pequeñas y medianas para alcanzar el número de bocados totales de una degustación a la carta), aunque todo depende, siempre, de la cantidad de elaboraciones que se incluyan en el menú y de la cantidad de platos que se pidan a la carta. También ligado al número de bocados necesarios para degustar una elaboración está la cuestión de la masticación y la salivación, que influyen en el sabor de la misma. Muchas veces, para que la percepción de olores retronasales sea una realidad, quien degusta ha de masticar y es, entonces, cuando esta desprende sustancias que dan más información sobre su sabor. En general, siempre que hablemos de sólidos, hay masticación, que nos haría plantear la facilidad de la «rotura» de la elaboración, lo que condiciona el empleo de herramientas de degustación y los bocados necesarios, y que podríamos considerar como otro criterio.

REFLEXIONES QUE GENERA ESTA CLASIFICACIÓN EN TORNO A LA CREACIÓN, LA REPRODUCCIÓN Y LA DEGUSTACIÓN

Al crear una elaboración, el cocinero profesional puede emplear el número de bocados como base de la creación, sobre todo si lo que hace es crear la composición no solo de una elaboración intermedia o que se degusta, sino de un menú degustación. En este caso, tendrá que calcular cuánta cantidad de comida ofrece al cliente y lograr un buen balance entre todas las elaboraciones que cree y el número de bocados que sean necesarios para degustarlas. Es una manera más de caracterizar las elaboraciones, de «diseñarlas» durante el proceso creativo y, como tal, puede ser una técnica creativa. Hay creaciones que resultan más mágicas con un bocado, o dos, que con diez. Es una cuestión subjetiva y con ella un cocinero puede marcar una característica muy importante de su estilo personal.

Cuando un cocinero crea *snacks*, bombones o aperitivos, está queriendo contar una historia que ha de explicar en apenas uno o dos bocados, en los que su mensaje puede incluir diversos contrastes (de texturas, de temperaturas, etc.) que acumulan mucha información, aunque su «explicación» (los bocados necesarios para degustarlas) sea muy breve. Cuando se crea un plato a la carta, la historia a contar con una sola elaboración se amplía, pues el cliente tiene más margen para detectar contrastes y comprender el mensaje que manda el cocinero, ya que la degustación dura más tiempo.

El cocinero profesional que reproduce elaboraciones lo hace replicando el tamaño que les es propio y sabe el número de bocados que requiere degustar cada elaboración. Puede ocurrir, en el caso de muchas elaboraciones, que adapte su tamaño y lo cambie en función de la ocasión para la que cocina, por ejemplo, si lo hace para un catering o un aperitivo, o si se trata de un menú degustación o una elaboración a la carta.

En caso de que el cocinero sea amateur y cocine en el ámbito doméstico, reproducirá el tamaño de las elaboraciones que sean individuales, que, normalmente, es grande, o las servirá en raciones grandes, si salen sin servir de la cocina. La excepción son las elaboraciones que se realizan para desayunos y meriendas, que son más pequeñas, y las que se realizan como entrantes, normalmente por motivos de celebración, que se degustan en pocos bocados.

El comensal o cliente puede decidir dar más o menos bocados a una elaboración con independencia de los que el cocinero diseñara para ella. Por ejemplo, puede beber de un solo sorbo un gazpacho pensado para degustar a cucharadas o, al contrario, puede comer en pocos mordiscos un bocadillo que hubiera requerido más bocados. En general, salvo excepciones, los tamaños por número de bocados son los que explicamos en la clasificación: uno en elaboración pequeñas, de dos a tres en las relativamente pequeñas, de cuatro a seis en las medianas y más de seis en las grandes.

Aquí encontramos uno de los casos en los que el cliente «cocina», puesto que decide cómo degustar: por ejemplo, un bombón que el cocinero pastelero crea pensando en combinar dos texturas a descubrir en dos bocados y que el cliente se come de uno solo.



Reflexiones sobre algunos tipos de cocina

Planteamos algunos de los tipos de cocina más conocidos en el ideario colectivo y accedemos a ellos en un formato de entrevista, haciéndole preguntas directas y muy concretas sobre cada uno de ellos a la cocina. Así, a medida que avanza la conversación, pasamos por las líneas de definición que dan lugar a diferentes tipos de cocina. Como conceptos que reúnen unas características determinadas, en algunas ocasiones, llevamos cada tipo a su propio límite. Esto nos permite conocer las características que incluye cada uno de ellos, pero, sobre todo, tener claro qué queda fuera o es incompatible con su definición. Algunas de estas cuestiones se plantean en otros momentos de este libro, pero consideramos importante incluirlas en este apartado, pues son parte de esta contextualización.

¿Qué tipo de cocina puede ser, a la vez, comida y bebida?

» Como ya hemos explicado, cocinar tiene como resultado elaboraciones que, una vez son finales, tienen uso como comida o como bebida. En algunas ocasiones, como en el ejemplo de un jugo de limón (elaboración intermedia que puede ser una bebida o parte de otra elaboración comida como una salsa, un ceviche, un aliño, etc.), encontramos que una misma elaboración puede tener ambos usos. La cocina no especializada crea y/o reproduce elaboraciones que pueden ser comida y bebida.

¿Hay bebida salada? ¿Un cóctel pertenece al mundo dulce o salado?

» Definir un vino es muy difícil, ¿es dulce o salado? Lo mismo pasa con otras elaboraciones, como un cóctel, aunque en este el sabor predominante puede ser cualquiera que elija el cocinero, de forma que ese gusto puede ayudarnos a definirlo. Pero lo que, realmente, hará que se incluya en uno u otro mundo (dulce o salado) serán sus características organolépticas o la posición que ocupe en la estructura del menú o carta, por ejemplo. Una infusión de parmesano es una bebida de sabor salado, pero puede emplearse en un proceso de elaboración tanto del mundo dulce como del salado.

¿Puede haber un tipo de cocina para la alimentación que tenga actitud gastronómica?

» Existe una cocina para la alimentación que contempla el hedonismo, porque tiene una actitud y una voluntad gastronómicas. Se encontraría en un punto intermedio entre la que se limita a la alimentación y la que se dedica al hedonismo, diferenciándose de la primera por una mayor calidad en el proceso y resultados. Una ensalada con el mejor tomate y aceite, en términos de calidad, que comemos en casa para alimentarnos sería un ejemplo claro.

¿Existe un tipo de cocina hedonista para la alimentación?

» Puede existir una cocina que cree y reproduzca elaboraciones con actitud gastronómica, pensadas para el hedonismo, pero que el comensal no valore como tal y la consuma con una actitud puramente alimentaria. No sería un tipo de cocina «hedonista para la alimentación»: es quien degusta el que hace este uso de ella, quien la cocinó tenía otro propósito.



¿Cocina alimentaria es igual a cocina popular?

» Tradicionalmente, la cocina de las clases populares se ha asociado a la cocina para la alimentación. Y es que la alimentación en sí misma, a lo largo de la historia, ha sido durante mucho tiempo una cuestión de clase, de recursos, de que no exista otra opción distinta que hacer lo posible con aquello de lo que se dispone.

En este caso, alimentarse y nutrir el cuerpo se logra maximizando las alternativas disponibles, sin tener posibilidad de plantearse otra forma o uso de los actos de comer y beber. Sin embargo, en la actualidad no podemos plantear la cocina alimentaria exclusivamente de esta manera. Continúa existiendo en la versión mencionada, pero también hay muchas ocasiones en las que es resultado de una elección. En estos casos, refleja una actitud, una voluntad referida a comer y beber para alimentarse, sin más pretensión, pero no necesariamente por tener pocos o reducidos recursos. La diferencia con el caso anterior es que hay una actitud explícita: quien come y bebe lo hace con un fin alimenticio, en diferentes niveles de calidad, por elección propia.



¿Cuál es el antónimo de «cocina popular»? ¿«Alta cocina»? ¿«Cocina de las clases altas»? ¿Tiene un antónimo posible?

» Es algo muy difícil de establecer, ya que en la actualidad no podemos decir que «alta cocina» o «cocina de las clases altas» (aquella primera cocina para el hedonismo creada y reproducida para las élites) sea lo contrario de «cocina popular» hoy, por lo que no funcionarían como antónimos. Lo fueron históricamente, como binomio de contrapuestos, en el pasado, cuando la sociedad se dividía de una forma mucho más drástica en pudientes y menos pudientes, y el acceso al hedonismo de manera continuada estaba restringido a las clases altas, para las que se creó el arte culinario.

¿Existe la «cocina popular clásica»?

» No, el adjetivo «clásica» no encaja con la cocina popular, puesto que «clásico» califica el arte culinario que se ha codificado y reproducido a lo largo de la historia. La cocina popular es «tradicional», en un equivalente del término «clásica», puesto que se transmite y hereda un conocimiento culinario popular que pasa de generación en generación.



¿Puede ser creativa la «cocina popular»?

» La cocina popular ha demostrado, a lo largo de la historia, su capacidad para ser creativa, pues todo lo que se reproduce ha sido creado previamente; en muchos casos, para maximizar recursos, en situaciones de escasez, de necesidad, pero también desde la disponibilidad de unos determinados recursos con los que se han ido generando miles de recetas que podemos considerar elaboraciones de la cocina popular. Aunque consideramos que, en términos generales, la cocina popular está guiada por el propósito de la alimentación, no podemos negar la existencia de una finalidad hedonística, en niveles de calidad y de recursos variables, que ha superado con creces el objetivo de la mera nutrición. De lo contrario, no se hubieran creado miles y miles de recetas de cocina popular en todo el mundo.

¿Puede ser artística la «cocina popular»?

» La cocina artística se vincula directamente con el arte culinario, pero parece difícil no encontrar algún tipo de cocina popular que pueda tener una actitud artística sin llegar a ser arte culinario. Es necesario fijar la idea de que existe una diferencia entre el origen de la cocina, sus raíces, y la actitud que esta puede llegar a desarrollar.

¿Puede ser moderna la «cocina popular»? ¿Tras unas generaciones sería «cocina tradicional moderna»? ¿Y «tradicional evolucionada»?

» La «cocina moderna» se asocia a lo creativo, al mundo profesional. Moderno significa actual, de hoy, de ahí que, por supuesto, haya una cocina alimenticia o popular moderna, puesto que se practica en la actualidad. Podríamos hablar de una cocina tradicional moderna, la que se reproduce hoy heredada de generaciones anteriores, pero de una cocina tradicional evolucionada o evolutiva, puesto que, si es tradicional, la clave está en la fidelidad de su reproducción.

¿La cocina popular puede ser «evolucionada» o «evolutiva»?

» «Evolucionada» o «evolutiva» supone que hay una transformación de algo ya creado, implica un cambio, y sí, la cocina popular puede evolucionar, cambiar, desarrollarse. Aquella que no es ortodoxa no tiene por qué continuar con cánones previos, pudiendo ser evolucionada o evolutiva. Un buen ejemplo de evolución en la cocina popular es su sofisticación y traslado al restaurante gastronómico.

¿La cocina popular siempre es «ortodoxa»?

» La cocina popular tradicional sí, es ortodoxa puesto que se transmite, de generación en generación, basada en una codificación y su valor diferenciador reside en este hecho. En sí mismas, las recetas que se transmiten no son, literalmente, ortodoxas, ya que cada uno (cada familia, cada grupo que comparte una receta y la transmite) tiene su propia manera de cocinarla, partiendo de una receta común y original. Incluso en la tradición podemos decir que cada familia tiene «su tradición». Por ejemplo, la receta para hacer croquetas parte de una base común (la receta ortodoxa) que permite que las reconozcamos como elaboración, pero se versiona y reproduce con matices diferentes en cada caso. Por otra parte, la cocina popular no tiene por qué ser canónica ni ortodoxa si no es tradicional, si todavía no puede considerarse así, pero se crea y reproduce para el pueblo y por el pueblo, y este la va incorporando en su cultura.

¿Y cuándo es «anacrónico» un tipo de cocina? ¿Solo es anacrónico lo tradicional? ¿Puede ser anacrónico lo clásico?

» La RAE define anacrónico como «que no es propio de la época en la que se trata», pero podemos observar diferentes usos de este término. Por una parte, puede emplearse con cierta connotación

negativa, haciendo alusión a una receta que ya no se hace, no continúa reproduciéndose, como ocurre con las recetas de la Edad Media. Por otra, sea tradicional o clásica, popular o arte culinario, un tipo de cocina puede considerarse anacrónico cuando continúa reproduciendo elaboraciones que pertenecen a otra época, que han trascendido el tiempo histórico en el que fueron creadas. Se trata de una transferencia de la cocina amateur o profesional que se ha transmitido, generacionalmente, desde el pasado hasta el presente y se consume en la actualidad, aunque no de forma frecuente, y ese factor es lo que hace que parezca «desfasado» o «propio de otra época».

Puede referirse a una receta como la del caldo denominado «restaurant», que hoy conoceríamos como «consomé», que tiene al menos trescientos años pero que se reproduce en la actualidad sin una percepción de anacronismo. También puede suceder que una receta continúe reproduciéndose, pero sí se perciba como «desfasada». Un buen ejemplo de receta de una elaboración anacrónica es la langosta thermidor, que sería arte culinario que puede considerarse clásico, pero también anacrónico. ¿Por qué? Porque, en este caso, la manera en que se elabora la langosta (que hierve la carne para después incorporar una salsa y volver a cocinarla en ella) no tiene éxito en la cocina, sería anacrónica para los cocineros creativos actuales.



¿Qué es la «cocina popular refinada» o «sofisticada»?

» Se califica como «refinada» toda la cocina popular que se ha transformado, en un proceso de sofisticación, aumentando su calidad con los mejores productos, evolucionando en versiones de elaboraciones que tienen su origen en las clases populares, pero que han pasado a consumirse en los restaurantes gastronómicos, en los que las realizan cocineros profesionales y que encuentran su espacio en el marco de la oferta gastronómica. La parte «refinada» de la cocina popular encuentra su escenario en el ámbito público de la restauración, se considera parte de la «alta cocina» actual y es accesible a cambio del pago de un precio.

¿Qué es la cocina «prêt-à-porter»?

» Se trata todavía de un concepto reciente, difícil de tratar de forma objetiva y que genera un gris enorme, una definición que se ha de concretar. Desde Sapiens denominamos «cocina *prêt-à-porter*» a aquella que crea y reproduce elaboraciones que no son de raíz popular ni creadas para la alimentación y que, a pesar de estar guiada por el hedonismo, no podemos considerar «arte culinario». Se inspira en las técnicas, herramientas y producto empleados habitualmente en este, adaptándolos en una versión que lo emula, pero con una calidad y precio más asequibles, que «democratizan» el acceso a este tipo de cocina y a sus elaboraciones (que pueden tomar el formato de las tapas, pueden estar pensadas para compartir, etc.). Es una versión informal que se enmarca en la «alta cocina», pero que no podemos considerar «alta gastronomía», pues para hacerse asequible a un público más amplio puede prescindir de determinadas partes de la oferta gastronómica que sí tiene un restaurante gastronómico en el que se da alta gastronomía, como es un servicio excelente, una vajilla y cristalería refinadas, una decoración y ambiente distinguido, etc. Se da en establecimientos como los bistrónomicos o los gastrobares, restaurantes creados en base a este concepto *prêt-à-porter* o se mezcla y combina con otro tipo de elaboraciones (de la «cocina popular refinada» y del «arte culinario») en la estructura de la oferta del restaurante gastronómico. Pero como hemos señalado, sigue tratándose de un gris.

¿La «cocina popular refinada/sofisticada» puede ser creativa? ¿Y la «prêt-à-porter»?

» La sofisticación de las elaboraciones de la cocina popular y el tipo de cocina «*prêt-à-porter*» pueden ir, en ambos casos, ligadas a obtener resultados con un determinado nivel creativo. Todo depende de la actitud que se tenga al crear o reproducir dichas elaboraciones, como hemos señalado en repetidas ocasiones.

¿La «cocina popular refinada/sofisticada» puede ser artística? ¿Y un tipo de «cocina prêt-à-porter»?

» La «cocina popular refinada» puede tener actitud gastronómica y es alta cocina, pero no es «arte culinario» por definición. En el caso de la «*prêt-à-porter*», el «arte culinario» es su inspiración, así que el componente artístico puede estar presente en mayor o menor medida.

¿Qué define el «arte culinario» como resultado de un tipo de cocina concreto?

» Entendemos por «arte culinario» el conjunto de elaboraciones creadas con el objetivo del hedonismo por cocineros profesionales, con uso de comida y de bebida, que se inicia en el ámbito privado (residencias de las clases altas) y se traslada al público con la llegada del restaurante gastronómico a finales del siglo XVIII. Desde entonces, continúa creándose y reproduciéndose arte culinario, a cuyo consumo se accede a cambio del pago de un precio, en el ámbito público de la restauración gastronómica. Tiene voluntad artística y refleja el concepto de belleza propio de la época histórica en el que fue creado. En muchas ocasiones, contiene un alto nivel de resultado creativo, aunque este no es imprescindible para considerar una elaboración «arte culinario». Como concepto no genera duda, no necesita una antítesis para explicarse, pero varía en función de que sea más antiguo o más moderno, del momento en el que se crea y se reproduce. El origen del concepto «arte culinario» es realmente lejano en el tiempo. Desconocemos si se empleaba antes de forma oficial para designar este tipo de cocina, pero, desde luego, está registrado en libros desde la invención de la imprenta en el siglo XV.



¿Qué podemos considerar «arte culinario antiguo»?

» Es aquel que realizaron los cocineros profesionales que crearon y reprodujeron elaboraciones para el hedonismo en el ámbito privado, con actitud y voluntad gastronómicas implícitas, al servicio de las clases adineradas desde las primeras civilizaciones, para que estas pudieran disfrutar con la degustación. Con la calificación de «antiguo» estaríamos abarcando todo el tiempo pasado hasta que las recetas del arte culinario se codificaron en Francia en el siglo XIX.

Pero ¿la «cocina antigua» solo es «arte culinario»?

» Se puede calificar así toda la cocina que sucedió en el pasado, toda la creada o reproducida en un tiempo histórico lejano. Pero no es solo «arte culinario», ya que en la antigüedad este representó una parte pequeña del total de la cocina, puesto que solo se realizaba para las élites, que eran una minoría. La mayoría de la cocina antigua fue «cocina popular».

Entonces, ¿qué es el «arte culinario clásico»?

» Si tomamos como referencia la RAE, encontramos más de una acepción posible para el concepto de «clásico» que, entendido como aquello que «se tiene por modelo digno de imitación», nos llevaría a pensar que el arte culinario creado por la *nouvelle cuisine* y por la cocina tecnoemocional, que se imita y continúa reproduciéndose en distintos formatos, sería ya un arte culinario clásico, en cuanto

que es modelo para muchos cocineros en el mundo, a pesar de pertenecer a un pasado todavía muy reciente en la historia. Sin embargo, consideramos que, para calificar de «clásico» el arte culinario, este debe haber sido reproducido durante algunas generaciones más de cocineros (se suponen cinco generaciones, aunque los términos de tiempo sean ambiguos y no haya un consenso al respecto). Por ello, el arte culinario que calificamos de «clásico» es aquel que los cocineros profesionales han reproducido durante el último siglo, basados en el recetario francés codificado por Auguste Escoffier (*Le Guide Culinaire*, 1903).

¿Existe el «arte culinario tradicional»?

» No podemos calificar de «tradicional» el «arte culinario». El adjetivo «tradicional» hace alusión a una herencia de generaciones en la transmisión de recetas de la cocina popular en el ámbito privado y, por tanto, no es aplicable en este caso.

¿Qué sería «arte culinario moderno» o actual, contemporáneo?

» El arte culinario moderno, actual o contemporáneo es el que realizan cocineros profesionales que han continuado creando nuevas elaboraciones para el hedonismo, sumándolas a todas las anteriores y reproduciéndolas en los restaurantes gastronómicos. Sería moderno todo aquello que llegó con las dos vanguardias de cocina del siglo XX, que romperían con todo lo anterior para volver a crear arte culinario desde un prisma distinto.

¿Dónde se realiza «arte culinario» en la actualidad?

» En la actualidad, el arte culinario se encuentra en el restaurante gastronómico, accesible a cambio del pago de un precio. Pero, además de en la sala de un restaurante, puede encontrarse en las barras de cócteles y bebidas cuyas elaboraciones tienen el propósito de la excelencia y el disfrute en la degustación, en los obradores de especialistas del mundo dulce y salado que crean y/o reproducen arte culinario que se adquiere como producto elaborado y se disfruta en el ámbito privado, etc. Es decir, el arte culinario llegó al restaurante y continuó creciendo en él y, además, puede encontrarse en otro tipo de establecimientos de la restauración en el ámbito público y darse en el privado, todavía hoy, aunque en contadas ocasiones.

¿En un restaurante gastronómico solo hay «arte culinario»?

» En la actualidad, el restaurante gastronómico incluye en su oferta elaboraciones que consideramos «arte culinario», pero no exclusivamente. También se encuentran otros tipos de cocina como la «popular refinada» o la *«prêt-à-porter»*, pudiendo mezclarse elaboraciones de estos diferentes tipos de cocina en una misma oferta gastronómica. Una cosa es la actitud y otra el resultado, absolutamente condicionado por el nivel de calidad con el que se trabaje, sea en el «arte culinario», en la «cocina *prêt-à-porter*» o en la «cocina popular refinada».

¿Todo el «arte culinario» es creativo o se traduce en un resultado creativo?

» Todo el arte culinario fue creado, pero no siempre es creativo o se traduce en un resultado creativo. Se puede elaborar arte culinario con una actitud gastronómica y artística, pero basando su valor, su calificativo de «arte», en un virtuosismo excelente en la reproducción y no en un enfoque que tenga como objetivo alcanzar un resultado con nivel creativo incluido.

¿Puede realizar «arte culinario creativo» un cocinero amateur, en el ámbito privado?

» Está vinculado a respuestas ya comentadas relacionadas con el papel de la creatividad y la actitud que adopta. Aunque existen excepciones que no nos permiten dar un «no» rotundo, debemos afirmar que resulta muy complejo realizar arte culinario creativo en un ámbito privado por un amateur.

¿«Regional» y «cosmopolita» son adjetivos aplicables tanto a la «cocina popular» como al «arte culinario»?

» Si calificamos de «regional» una «cocina popular» o un determinado conjunto de elaboraciones del «arte culinario», estamos haciendo alusión a unas características que, en uno u otro formato, las elaboraciones adoptan de una unidad geopolítica (una región). Entendemos aquí que emplearán productos, técnicas, inspiración que viene de las mismas, que se acerca a un lugar concreto del mundo que es una región y no otra. Es importante señalar que, para considerarse «regionales», ni la «cocina popular» ni el «arte culinario» han de estar necesariamente reproducidos en su región de origen, pudiendo haberse trasladado a otros lugares del mundo. Si calificamos de «cosmopolita» una «cocina popular» o un determinado conjunto de elaboraciones del «arte culinario», estamos haciendo alusión a una movilidad de las mismas, que han sido trasladadas desde el lugar en el que se crearon a otros, distintos, más o menos lejanos, que hacen que las elaboraciones reproducidas puedan estar influenciadas por factores culturales y adoptar rasgos de aquellos lugares de «destino» en los que se reproducen.

¿La «cocina tradicional» y el «arte culinario» siempre son de calidad?

» El «arte culinario», sí, es siempre de calidad. Si no cumple con esta premisa, no puede considerarse como tal y la cuestión sería: ¿qué es entonces? La «cocina tradicional», sin embargo, se reproduce en muchos niveles de calidad distintos, en función de quién cocine y dónde se cocine, de los recursos con los que se elabore, etc., pero no es una condición *sine qua non*: puede haber una calidad baja en las elaboraciones tradicionales.

¿Puede crear «arte culinario» un cocinero o una cocina de un país o región que no tiene riqueza en sus recursos?

» Es fundamental precisar que el arte culinario surge, se crea, cuando el resto de necesidades que puede satisfacer la acción de cocinar están cubiertas. Mientras los recursos no permitan pensar en el hedonismo como objetivo único, la cocina asegurará la alimentación, pudiendo llegar a tener actitud gastronómica, pero sin generar elaboraciones que puedan considerarse arte culinario. Por eso, todavía existen grandes diferencias a nivel internacional, ya que ciertos países y, en ocasiones, determinadas

regiones dentro de los mismos, han estado más «ahogados» o «desahogados» en sus recursos, con el consecuente reflejo de esa situación en la cocina profesional. Esta cuestión puede observarse en el caso de los cocineros profesionales de aquellos países que se consideran «emergentes» o que salen de situaciones de desarrollo, en los que se está creando arte culinario en la actualidad, desplazando la atención de otros focos de interés históricamente potentes. El sector del turismo también puede generar un auge en la riqueza de un país, región o ciudad en concreto. En este caso, si aumentan los recursos disponibles o se prioriza su empleo para la creación de arte culinario es porque existe un público turista que puede permitirse comer y beber por placer.

¿Qué características posee la denominada «alta cocina» (originalmente *haute cuisine*) como tipo de cocina?

» A pesar de ser un término muy empleado en la actualidad, no se utilizó mucho hasta finales de 1800, por lo que apenas se encuentran publicaciones que incluyan «alta cocina» en sus títulos o contenidos. En principio, se denominó con este término a la cocina que se practicó en los primeros hoteles y restaurantes en el siglo



xix. Desde entonces hasta la actualidad, «alta cocina» es la que se practica en el ámbito público en el máximo nivel de calidad. Corresponde al escenario profesional de la cocina y se encuentra (se cocina y se degusta) en el ámbito público de la restauración gastronómica. Dentro de la alta cocina en la actualidad se encuentra la «cocina popular refinada», el «arte culinario» y la «*prêt-à-porter*».

¿Y existiría un antónimo para «alta cocina»?

» No hay un concepto de «baja cocina», no podemos definirlo por contraposición a otro término. Incluso la «cocina popular» que pensábamos que era su antónimo, ha sido capaz de evolucionar y sofisticarse para encajar en la «alta cocina». No solo admite elaboraciones que se consideren «arte culinario», de forma que no podemos relacionarla únicamente con el mismo, lo que puede resultar confuso. Hoy encontramos restaurantes de alta cocina en los que se sirven elaboraciones sofisticadas de raíz popular que han evolucionado acercándose al «arte culinario» propio de la «alta cocina». La única opción para establecer un antónimo sería relacionándola, por oposición, con la «cocina para la alimentación», pues sus objetivos distinguen todo lo que sí es «alta cocina», pensada para el placer, o que puede llegar a englobarse en la misma (incluso si es de raíz popular, se incluyen elaboraciones que se han sofisticado para el placer).

¿Cuándo es clásica la «alta cocina»? ¿Y tradicional?

» Aunque no hay un consenso absoluto, podríamos decir que la «alta cocina» es clásica cuando reproduce arte culinario creado hasta el siglo xix o codificado a principios del xx y no será, nunca, tradicional. El adjetivo tradicional corresponde a la transmisión de la codificación de una receta de la cocina popular (no sofisticada ni refinada) durante, al menos, cinco generaciones (aunque todavía existe debate sobre esta consideración y el número de generaciones), que continúan reproduciéndola siguiendo la referencia original.

¿Es lo mismo «arte culinario clásico» y «alta cocina clásica»?

» Al considerar la cocina popular refinada alta cocina, se incluyen aquí elaboraciones que no forman parte del arte culinario clásico y, por tanto, estos dos tipos no se corresponden, pues incluyen elaboraciones que representan realidades distintas.

¿Cuándo podemos hablar de una «alta cocina» moderna?

» Existe una «alta cocina» moderna, contemporánea, que, además, admite elaboraciones que tienen su raíz en la «cocina popular», que se sofistican y refinan para lograr la excelencia e incluirse en la oferta gastronómica de restaurantes, realizadas por cocineros profesionales. En términos de «arte culinario», la «alta cocina moderna» crea elaboraciones y reproduce aquellas elaboraciones o emplea productos, técnicas y/o herramientas que tienen su origen en los movimientos de cocina del siglo xx, la *nouvelle cuisine* y la cocina tecnoemocional. Una gran duda sería si la *nouvelle cuisine* de finales de los sesenta y principios de los setenta, puede considerarse ya clásica o ¿sigue siendo moderna por su cercanía en el tiempo?

¿Se puede hacer «alta cocina» en el ámbito privado? ¿Puede hacer «alta cocina» un cocinero amateur?

» La respuesta a la primera pregunta es sí, siempre que cocine un profesional, cambiando el ámbito público por el privado si se le contrata en el mismo. Ocurrirá entonces que la «alta cocina» practicada en el ámbito de la restauración gastronómica abandona este escenario y se traslada al privado, cuestión muy poco habitual. En el caso de un amateur, en la actualidad el nivel de recursos gastronómicos disponibles productos, herramientas y técnicas hace viable que pueda reproducir alta cocina en el ámbito privado (casa). En cualquier caso, el escenario privado no es el usual de esta cocina ni el cocinero amateur su autor habitual.

¿Solo hay hedonismo en la «alta cocina»?

» En la «alta cocina» siempre hay actitud hedonista implícita, lo que no implica que no pueda haber actitud gastronómica en otros tipos de cocina que, por sus características, no se puedan calificar de esta manera. Es decir, el hedonismo no es exclusivo de este tipo de cocina y podemos encontrar presencia de una actitud gastronómica en la cocina más humilde, de las clases populares, consumida con motivo de una celebración o con una implicación festiva. También se incluye el disfrute como parte de las posibilidades de comer y beber en muchas de las elaboraciones que fueron creadas guiándose el cocinero por algo más que la mera alimentación. El límite lo encontraríamos en un ejemplo de cocina para la alimentación, como el *fast food*. Si el cliente que la consume la considera un «placer», ¿hablaríamos de hedonismo alimentario? Desde la perspec-

tiva de Sapiens, puede haber felicidad en la actitud del cliente, que puede estar degustando algo que realmente le apetece comer, pero no consideramos que haya hedonismo gastronómico.

¿La «alta cocina» es la que se elabora en un restaurante gastronómico?

» Sí, pero hay formatos y formatos, ya que, como hemos señalado anteriormente, hoy la «alta cocina» reproduce en el restaurante elaboraciones que forman parte del arte culinario, pero también aquellas que se han sofisticado desde su raíz popular o son «*prêt-à-porter*» y se ajustan a la oferta gastronómica de un restaurante de este tipo. Por otra parte, hay elaboraciones que encajan con la «alta cocina» en el restaurante gastronómico, pero que podemos encontrarlas como parte de la oferta de otro tipo de establecimiento de la restauración, como sería, por ejemplo, una ostra al natural que se ofrece en una barra ubicada dentro de un mercado de abastos. En estos casos, nos preguntamos: ¿es una ostra al natural «alta cocina», si, además, se puede encontrar en otro tipo de establecimiento?

¿«Alta cocina» siempre va asociada a lujo y al «arte culinario»?

» Aunque el ideario colectivo lo identifica de esta manera, la razón de asociar el lujo y el «arte culinario» a la «alta cocina» (o *haute cuisine*, término original francés) es porque esta tiene sus raíces en ambos, juntos describen lo que caracterizó su origen. Desde este punto de vista, la asociación del lujo y el arte culinario a la alta cocina es lógica, pero pertenece a un tiempo pasado, en el que al restaurante (entonces denominado «de lujo» y no «gastronómico») se trasladó el «arte culinario» que, durante siglos, se había creado y reproducido en los domicilios de las clases adineradas, generando por primera vez una opción de acceso al lujo que se encontraba en el ámbito público, al que se podía acceder a cambio del pago de un precio. La «alta cocina» hoy es resultado de toda una regeneración y un replanteamiento que hace que no hablemos solo de lujo y arte culinario, en el formato de restaurante y servicio que se asocia a ambos, con aquel tipo de liturgia y de formas heredadas del clasicismo, sino de un amplio abanico o paraguas que denominamos «alta cocina» en la que cabe el lujo, pero también la sofisticación de las elaboraciones populares, el refinamiento de lo «no lujoso», de lo que no fue creado para el lujo ni puede llamarse «arte culinario». Como consecuencia, «lo

gastronómico» se da en establecimientos que llevan el concepto de alta cocina más allá de sus propios orígenes. Este ha sido uno de los grandes cambios ocurridos en la cocina del ámbito público y que genera estos «grises» en los que puede haber confusión, como fruto de esa transformación y su relación con otros conceptos tratados.

¿Hay cruce entre lo «alimenticio», lo «popular», la «alta cocina» y el «arte culinario»?

» Es difícil que los extremos, las elaboraciones para la mera alimentación y el «arte culinario» se crucen, puesto que responden a intencionalidades y recursos diferentes. Es posible que haya una cierta actitud gastronómica en la alimentación, si se emplean las mejores calidades, aunque no se contemple el hedonismo, pero no encajaría con elaboraciones que puedan considerarse «arte culinario». Lo «popular» se traslada a la «alta cocina» en versiones refinadas, pudiendo sofisticarse aquello que se creó para la alimentación y llegar a considerarse «alta cocina», pero nunca «arte culinario». El caso del gazpacho (elaboración popular que se sofisticó) y de las croquetas (elaboración del arte culinario que acaba siendo consumida popularmente) son buenos ejemplos de estos trasvases posibles de elaboraciones entre tipos de cocina diferentes (ver pág. 284).



¿Qué es un tipo de «cocina royale»?

» Englobaría toda la cocina creada y reproducida en las cocinas reales y de las élites aristocráticas de todos los tiempos hasta la llegada del siglo XVIII y el desmantelamiento de la realeza francesa, que impulsará el traslado de este tipo de cocina a escenarios nuevos, como el restaurante gastronómico.

¿Y qué características concretan un tipo de «cocina bourgeoise»?

» La cocina *bourgeoise* es aquella que tomó su nombre del público al que estaba dirigida, la burguesía, primera clase media de la historia occidental. Trató de imitar la cocina aristocrática o *royale*, aquella que se cocinaba y consumía en las casas de la realeza, la nobleza y la aristocracia. La imitó y no la copió porque no disponía de los mismos recursos, siendo respetable, pero mucho más sencilla que la anterior. La referencia de este tipo de cocina la marca el cocinero Urban Dubois, con el libro *Nouvelle cuisine bourgeoise* (publicado en 1870), en el que adapta recetas de elaboraciones propias de la nobleza al bolsillo burgués.



¿Qué es la *nouvelle cuisine*? ¿Y la cocina tecnoemocional?

» A lo largo de la historia, en diferentes épocas, han existido distintas *nouvelle cuisine*, pues fueron «nuevas cocinas» en cada una de ellas. En 1742 Menon publicó un tratado culinario introduciendo este término, *nouvelle cuisine*, como título del tercer volumen. La *nouvelle cuisine* del siglo XX se configuró como la primera vanguardia gastronómica. Se originó y tuvo su epicentro en Francia en la década de los sesenta y terminaría por desarrollarse como un movimiento de cocina (ver pág. 300). Por su parte, la cocina tecnoemocional representa la segunda vanguardia gastronómica del pasado siglo, con origen en la década de los noventa en España y también terminaría por configurarse como un movimiento (ver pág. 300).

¿Qué tipo de cocina se corresponde con la «alta gastronomía»? ¿Qué características ha de reunir?

» «Alta gastronomía» supondría un excelente servicio y ambiente que acompañen la degustación y, en términos de elaboraciones, un refinamiento total de las que tengan raíz popular, además de incluir el «arte culinario», con el que originariamente se corresponde.

¿Puede haber actitud gastronómica sin que se dé «alta gastronomía»?

» Actitud y voluntad gastronómicas hacen posible que en establecimientos como el Quim de la Boquería o el Pinocho encontremos un alto nivel de refinamiento de la cocina popular que, gracias a la elección del producto y al correcto conocimiento de técnicas y herramientas, hacen que su cocina sea para la alimentación de base, pero refinadísima de partida. Hay actitud, pero no podemos considerarlo alta gastronomía porque... ¡no hay ambiente de lujo! ¡No hay servicio de lujo! ¡No hay sala! No es «alta gastronomía» pero es genial, por eso tiene una actitud gastronómica clarísima. Entraríamos en el abanico de grises que cuestionarían si es, o no, «alta cocina», si se ha refinado lo suficiente para incluirse como tal.

Entonces, por un lado, la actitud, puede hacer que una cocina para la alimentación y de raíz popular se «eleve» si, además, se sofisticó, trasladándola a un escenario de cocina profesional (con producto perfecto y conocimiento adecuado de técnicas y herramientas), que podemos considerar para el hedonismo en su versión actual. Por otra parte, si, además de actitud y conocimiento y producto, técnicas y herramientas, hay un servicio, un ambiente, un local determinado, un espacio construido para la degustación pensada para el hedonismo, nos encontramos ante la definición de alta gastronomía.

Proponemos varios criterios principales para descubrir tipos de cocina de un cocinero o restaurante

Como hemos dicho en la página 250, son cientos los criterios que pueden aplicarse a la cocina para conocer de ella distintas características. De entre todos, señalamos a continuación los que consideramos fundamentales para una primera comprensión de los tipos de cocina posibles. Así, aplicándolos, obtenemos categorías (incluimos algunas, no todas las que podrían generarse) que reconocemos como tipos de cocina y que forman parte del ideario colectivo.

01
SEGÚN SU USO PARA LA ALIMENTACIÓN O HEDONÍSTICO

Una de las cuestiones ya tratadas, que hemos desarrollado con detalle en un apartado específico (ver pág. 80), es la gran diferencia entre cocinar para la alimentación y hacerlo para el hedonismo.

Cocina para la alimentación: estricto sentido de alimentación, de comer y beber para nutrir el cuerpo, sin una pretensión distinta de esta.

Cocina para la alimentación que contempla el hedonismo, porque tiene una actitud y una voluntad gastronómica: diferencia en el producto, la técnica, la herramienta; serán los mejores que pueda permitirse y de calidad, con el mejor conocimiento que pueda tener para tratarlos.

Cocina para el hedonismo: clara voluntad de búsqueda de placer, que es la que hace que podamos hablar de gastronomía, del disfrute a la mesa. Existiendo, además, una más o menos artística, más o menos creativa, etc., en función del momento histórico en el que nos encontremos.

02
SEGÚN EL OBJETIVO DE SU CREACIÓN, REPRODUCCIÓN Y CONSUMO

Otro de los criterios que puede definir el tipo de cocina es el objetivo que se tenga al cocinar: crear o reproducir. Como hemos explicado en los apartados «cocinar para crear» (ver pág. 94) y «cocinar para reproducir» (ver pág. 106), este es un tema complejo, porque no siempre reproduce quien creó ni consume quien reproduce o crea, etc., con todas las combinaciones posibles entre estas variables.

Cocina para crear

Cocina para reproducir

Cocina para consumir

Cocina creada, reproducida y consumida

Cocina creada, no reproducida y consumida

Cocina no creada, reproducida y consumida

...

03
SEGÚN SU ESPECIALIZACIÓN

Tratamos la especialización en cocina como un apartado (ver pág. 304) en el que incluimos algunas de las especializaciones fundamentales (comida y bebida, mundo dulce y mundo salado, conservación, decoración...) y que, en este momento, valoramos como criterio que genera tipos de cocina.

Cocina especializada, que crea y/o reproduce un cocinero especializado

Cocina no especializada, que crea y/o reproduce un cocinero no especializado

...

04
SEGÚN SU USO COMO ELABORACIÓN COMIDA O BEBIDA (ESPECIALIZACIÓN FUNDAMENTAL EN EL MUNDO CULINARIO)

Como individuos, podemos comer y beber lo que nosotros mismos hemos cocinado o podemos consumir las elaboraciones que otros han cocinado para nosotros. En función del uso de comida o bebida que tenga una elaboración (ver pág. 60), podemos distinguir tipos de cocina diferentes.

Cocina creada, reproducida y consumida – Con uso de comida

Cocina creada, reproducida y consumida – Con uso de bebida

05
SEGÚN SE ELABORE PARA EL MUNDO DULCE O SALADO (ESPECIALIZACIÓN BÁSICA EN EL MUNDO CULINARIO)

Cuando hablamos de «cocina», el ideario colectivo remite al mundo salado o mezcla elaboraciones de ambos mundos. Pero existen diferencias que marcan esta especialización y que pueden generar rasgos que caractericen un tipo de cocina en concreto.

Cocina creada, reproducida y consumida – Mundo dulce

Cocina creada, reproducida y consumida – Mundo salado

Cocina creada en el mundo dulce y trasladada al mundo salado

Cocina creada en el mundo salado y trasladada al mundo dulce

...

06
SEGÚN SU ÁMBITO SEA PÚBLICO O PRIVADO

Esta diferenciación es una de las más claras, puesto que el adjetivo «público» o «privado» nos remite a escenarios muy concretos y definidos. Sin embargo, como hemos tratado en el apartado dedicado a ambas cocinas (ver pág. 225), vemos grandes diferencias a lo largo del tiempo en los dos ámbitos, que evolucionan paralelos a la historia del ser humano y que, en la actualidad, representan realidades muy distintas de aquellas de las que partieron.

Cocina creada, reproducida y consumida en el ámbito público

Cocina creada, reproducida y consumida en el ámbito privado

Cocina creada en el ámbito privado y reproducida y consumida en el ámbito público

...

07

**¿DÓNDE EN EL
ÁMBITO PÚBLICO?**

En el marco del ámbito público, la cocina existe en múltiples y variadas versiones, con características distintas que permitirían hablar de diferentes tipos de cocina con tiempos, espacios y actores diferenciados.

Cocina de bares, cafeterías, restaurantes no gastronómicos, etc.

Cocina de la restauración gastronómica

Cocina de las colectividades

Cocina de catering

Cocina de la industria alimentaria

Cocina de los clubs sociales

...

08

**SEGÚN LAS CLASES
SOCIALES**

En relación con las clases sociales, pueden encontrarse referencias transversales a lo largo del libro y, en particular, en el apartado dedicado a la alimentación y el hedonismo (ver pág. 80). Tomar las clases sociales como criterio para analizar la comida supone observar qué diferencias y particularidades se observan en las formas de cocinar y comer de cada una de ellas. Desde un punto de vista histórico, las clases medias son un concepto muy reciente.

Cocina creada, reproducida y consumida por las clases populares

Cocina creada, reproducida y consumida por las clases adineradas

Cocina creada por las clases populares y reproducida y consumida por las clases adineradas

...

09

**SEGÚN SEA
PROFESIONAL
O AMATEUR**

Cuestión ligada directamente a quién cocina (ver pág. 136), a la figura del cocinero (ver pág. 140), tanto a aquel que crea como al que reproduce y que marcará el resultado y el tipo de cocina. En función de quién cocina, se condiciona el grado de complejidad o sofisticación o la capacidad de evolución de una cocina.

Cocina creada y/o reproducida amateur

Cocina creada y/o reproducida profesional

...

10

**SEGÚN SEA
ORTODOXA-
CANÓNICA
O EVOLUTIVA**

Este criterio relaciona la cocina directamente con su reproducción, si esta es fidedigna y reproduce el tipo de cocina como se creó en su origen temporal y se sigue canónicamente la receta. Si, por el contrario, la cocina es fruto de la evolución, bien por la incorporación de nuevos productos, bien por la mejora de técnicas o herramientas o por una sofisticación de la receta original, estaríamos hablando de otro tipo de cocina.

Cocina ortodoxa/canónica

Cocina evolutiva/evolucionada

11

**SEGÚN SU NIVEL
DE RESULTADO
CREATIVO**

El nivel de resultado creativo en la cocina se trata en la página 96. Puede ser desde nulo (veríamos una relación directa con la cocina canónica, que no reinterpreta, solo reproduce) hasta muy alto, pasando por todas sus versiones intermedias.

Cocina creativa: aquella que es creada. Dentro de la creatividad, hay diversos niveles, desde muy alto hasta muy bajo, además de un nivel interpretativo, todos ellos desarrollados en el apartado dedicado a la creatividad en la cocina (ver pág. 96).

Cocina no creativa

...

12

**SEGÚN SU NIVEL
DE SOFISTICACIÓN
Y REFINAMIENTO**

Muy ligado al criterio anterior, tratado en la página 96. Hablamos de una cocina que se refina o sofisticada cuando podemos asociarla a una actitud más hedonista, que sobrepasa la alimentación, el origen «rústico», sin pretensiones refinadas. Así, se puede partir de una cocina de raíces populares que se sofisticada al reproducirse, generando un tipo de cocina popular sofisticada o refinada, que llega a otros públicos y cocinan otros cocineros distintos de los que crearon la receta original, ortodoxa.

Cocina sofisticada/refinada

Cocina no sofisticada/rústica

13

**SEGÚN SU NIVEL
DE RESULTADO
ARTÍSTICO**

Un criterio que define el arte culinario tal y como hemos visto en la página 263. Hablamos de un tipo de cocina hedonista que tiene una actitud artística, que busca la belleza para generar un placer alejándose radicalmente del concepto de alimentar.

Cocina con componente artístico/arte culinario

Cocina sin componente artístico

14

**SEGÚN SU NIVEL
DE CALIDAD**

El nivel de calidad (bajo, medio, alto) hace referencia tanto al proceso como al resultado de la cocina y está vinculado con la ausencia o presencia de una actitud y voluntad gastronómicas, con la clase social y otras cuestiones tratadas en este libro. La calidad marca si una cocina en concreto puede considerarse, o no, alta cocina.

Cocina de calidad baja

Cocina de calidad media

Cocina de calidad alta

15

SEGÚN SU NIVEL DE LUJO

Como criterio, considerar el nivel de lujo nos ayuda a comprender la evolución del arte culinario, cuyo origen se asocia al mismo, y de la alta cocina en el ámbito público, que imitó el lujo hasta entonces limitado a la élite adinerada y al ámbito privado. Sin embargo, definir el lujo hoy no es una tarea fácil y se trata de un criterio absolutamente subjetivo, en función de la percepción personal que se tenga del mismo. El nivel de lujo de una cocina está estrechamente relacionado con su calidad y precio, cuando se da en el ámbito público, siendo un fuerte condicionante en el discurso de una oferta gastronómica.

Cocina de nivel de lujo muy alto

Cocina de nivel de lujo alto

Cocina de nivel de lujo bajo

Cocina sin lujo

16

SEGÚN SEA «DE AUTOR» (NOMINAL) O NO

Que una cocina se considere «de autor», es decir, que sea nominal, que haga alusión a una persona en concreto, está absolutamente ligado a la presencia de un estilo personal influyente, que puede llegar a construir un cocinero profesional, cuestión que tratamos en el apartado dedicado a los estilos y movimientos de cocina (ver pág. 300). De ser así, la cocina está conceptualizada de forma nominal, tiene un nombre e identidad propia. No se hace, en general, alusión a una cocina «no nominal», pero se trata de una categoría generada por este criterio.

Cocina de autor/nominal

Cocina de no autor/no nominal

17

SEGÚN EL LUGAR DEL MUNDO EN EL QUE SE CREA, SE REPRODUCE Y/O SE CONSUME

Una cocina puede ser regional si las elaboraciones que la representan fueron creadas en una región determinada. Puede ser local o nacional, en función de la unidad geopolítica con la que se identifique. A la vez, esa unidad se encontrará en un contexto geográfico concreto, caracterizado por un clima, que presentará un determinado bioma. El lugar específico del mundo en el que se cocina genera características en el proceso y el resultado y, por tanto, tipos de cocina. Además, las cocinas viajan y se mueven con el ser humano, se trasladan de lugar y se reproducen en puntos del globo distintos de aquel en el que se crearon, convirtiéndose en cocinas que representan la multiculturalidad y el cosmopolitismo en sus formas de consumo.

Cocina local, regional, nacional...: la que se creó, se reproduce y consume en el lugar de origen.

Cocina cosmopolita: la que ha viajado y se reproduce y consume en lugares distintos del origen.

...

18

SEGÚN EL CONTEXTO HISTÓRICO EN EL QUE SE COCINA

Una de las consideraciones fundamentales que nos ayuda a distinguir tipos de cocina es el contexto histórico, cuestión que trataremos en la página 434. Dentro del mismo, se puede segmentar la historia de diferentes maneras, pero todas nos indican que el tiempo histórico tiene un peso relevante sobre la creación, la reproducción y la degustación de las elaboraciones. Distinguimos así varios tipos de cocina.

Cocina tradicional: procedente de la cocina de raíz popular que se reproduce en 3-5 generaciones.

Cocina antigua: ligada a una cocina determinada ubicada en las primeras civilizaciones, que se incluye en la antigüedad.

Cocina clásica: ligada a una cocina del arte culinario de la época clásica, del periodo clásico (aunque veremos que «clásico» también se emplea en otras acepciones y, generalmente, hace referencia al arte culinario codificado en el siglo xx por Escoffier y reproducido por un número considerable de generaciones de cocineros).

Cocina moderna: se denomina así a la cocina que se realiza en la actualidad. Este adjetivo ha sido utilizado en cada época histórica, cuando cada cocina era «moderna» (aunque lo emplearemos también para calificar los movimientos de cocina del siglo xx como la cocina más moderna, después de la cual no ha habido otra disruptividad tan grande).

Otra manera de definirla, desde un punto de vista temporal, sería:

Cocina anacrónica: si pertenece a otro tiempo, pero se reproduce en el presente.

Cocina contemporánea: si se crea y reproduce en el tiempo presente.

REFLEXIÓN FINAL

Es difícil mirar a la cocina y observarla en su totalidad, pretendiendo comprenderla, sin haber asumido desde el comienzo que la esfera que contemplamos es absolutamente compleja, por la cantidad de capas y capas de características que la cocina ha ido añadiendo sobre sí misma desde que se realizara el primer proceso de elaboración hasta hoy.

Le han sucedido tantas cosas a la cocina desde que inauguro su existencia, que podemos hablar de tipos, reconociendo cocinas, desmembrándola por características, enfocándola con un objetivo distinto cada vez. Incluso así, como hemos visto, aunque quisiéramos conocer sus características por separado para comprenderla de formas nuevas, es obvio que lo que existe (el arte culinario, la alta cocina, la cocina popular, la cocina tradicional y otros tipos aquí tratados) es resultado de acciones y decisiones que, en numerosas ocasiones, nos llevan a encontrar tipos que se solapan y que, en otros casos, nos permiten enfrentarlos, reconocer tipos opuestos, saber qué es qué y por qué no puede ser otra cosa.

Los tipos de cocina, como conceptos, se distinguen por una característica predominante o una suma de las mismas que genera un proceso o un resultado culinario único, diferente de todos los demás. Cada criterio empleado para comprender la realidad de la cocina muestra una peculiaridad, de forma aislada e individual, que, aunque trasladada a la realidad no se da de manera única (una cocina no es solo «popular», aunque elijamos tal particularidad para definir su tipo), puede aportar muchas respuestas y permitir el orden, la clasificación de la cocina misma.



¿Y SI APLICÁRAMOS LOS MISMOS CRITERIOS PARA CONTEXTUALIZAR DIFERENTES ELABORACIONES?

Para comprobar la posibilidad de ver reflejados los diferentes tipos de cocina en una misma elaboración, aplicamos a continuación los criterios principales que hemos explicado en páginas anteriores sobre elaboraciones concretas, para contextualizarlas y comprender que estas también evolucionan y pueden responder a conceptos distintos del original por el que fueron creadas, a medida que pasa el tiempo.

En principio, observaremos cambios de ámbito, de público que consume estas elaboraciones, de cocineros que las realizan... Veremos que, así como la cocina no es estática, tampoco lo son sus elaboraciones. Sin embargo, señalamos que es mucho más factible y sencillo que una elaboración de raíz popular del ámbito privado se refine y traslade, en una versión más sofisticada, al ámbito público, que la opción inversa.

En muy pocas ocasiones el arte culinario creado para el hedonismo se «populariza» para transformarse en una opción de consumo fuera del restaurante gastronómico.

PAN CON TOMATE TRADICIONAL

- 01 **SEGÚN SU USO PARA LA ALIMENTACIÓN O HEDONÍSTICO:** elaboración de la cocina alimenticia, de subsistencia, que la evolución lleva al plano hedonista. Un pan de coca con un tomate de rama y aceite de oliva virgen extra puede responder al hedonismo, supera lo meramente alimenticio.
- 02 **SEGÚN EL OBJETIVO DE SU CREACIÓN, REPRODUCCIÓN Y CONSUMO:** se crea en la región de Cataluña, se estima que en el siglo xvi. Se reproduce a diario no solo en Cataluña, sino también en otros lugares. Se cocina para el consumo directo, como elaboración final que se degusta, pero también puede ser elaboración intermedia.
- 03 **SEGÚN SU ESPECIALIZACIÓN:** no responde a una especialización en sí misma, aunque como producto elaborado el pan lo ha cocinado un especialista, el panadero.
- 04 **SEGÚN SU USO COMO ELABORACIÓN COMIDA O BEBIDA:** elaboración con uso de comida.
- 05 **SEGÚN SE ELABORE PARA EL MUNDO DULCE O SALADO:** elaboración del mundo salado.
- 06 **SEGÚN SU ÁMBITO SEA PÚBLICO O PRIVADO:** en origen pertenece al ámbito privado, pero hoy se consume tanto en el privado como en el público. ¿Dónde en el ámbito público? En casi cualquier establecimiento de la restauración gastronómica, cumpliendo una u otra función dentro de su oferta.
- 07 **SEGÚN LAS CLASES SOCIALES:** de raíz popular, su origen está en las clases más bajas, populares, pero hoy en día la reproducen y consumen todas las clases sociales.
- 08 **SEGÚN SEA PROFESIONAL O AMATEUR:** en origen amateur, hoy la reproducen tanto cocineros amateurs como profesionales.
- 09 **SEGÚN SEA ORTODOXA-CANÓNICA O EVOLUTIVA:** se reproduce la receta canónica y existen versiones evolucionadas con diferentes panes, con el tomate untado y fregado, o rallado, etc.
- 10 **SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO CREATIVO:** no es cocina creativa, es tradicional.
- 11 **SEGÚN SU NIVEL DE SOFISTICACIÓN Y REFINAMIENTO:** en la actualidad, esta elaboración pertenecería a la cocina popular tradicional refinada. Sin ser esta misma, pero inspirada en su receta popular, se han creado elaboraciones del arte culinario.
- 12 **SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO ARTÍSTICO:** sin resultado artístico.
- 13 **SEGÚN SU NIVEL DE CALIDAD:** en cualquier nivel de calidad, en función de los productos que se empleen, puede ir del más bajo al más alto, admite todos.
- 14 **SEGÚN SU NIVEL DE LUJO:** elaboración no asociada al lujo.
- 15 **SEGÚN SEA «DE AUTOR» (NOMINAL) O NO:** no se corresponde con una «cocina de autor», se desconoce el autor de la misma.
- 16 **SEGÚN EL LUGAR DEL MUNDO EN EL QUE SE CREA, SE REPRODUCE Y/O SE CONSUME:** se crea en Cataluña, es regional, y se reproduce y come en otros lugares, pero se trata de una elaboración de la cocina catalana.
- 17 **SEGÚN EL CONTEXTO HISTÓRICO EN EL QUE SE COCINA:** es contemporánea, porque se realiza en la actualidad. Es tradicional, puesto que su receta la han reproducido más de cinco generaciones.

GUACAMOLE TRADICIONAL

01 SEGÚN SU USO PARA LA ALIMENTACIÓN O

HEDONÍSTICO: elaboración de la cocina alimenticia, que la evolución ha llevado al plano hedonista, con actitud gastronómica.

02 SEGÚN EL OBJETIVO DE SU CREACIÓN, REPRODUCCIÓN

Y CONSUMO: se crea en México. Se reproduce dentro y fuera de México, también en Occidente. Se cocina para el consumo directo, dentro y fuera de México, también en Occidente, y puede ser una elaboración que se degusta o emplearse como elaboración intermedia.

03 SEGÚN SU ESPECIALIZACIÓN:

no responde a una especialización, aunque puede encontrarse en restaurantes especializados en reproducir comida mexicana.

04 SEGÚN SU USO COMO ELABORACIÓN COMIDA O BEBIDA:

elaboración con uso de comida.

05 SEGÚN SE ELABORE PARA EL MUNDO DULCE O SALADO:

elaboración del mundo salado.

06 SEGÚN SU ÁMBITO SEA PÚBLICO O PRIVADO:

en origen pertenece al ámbito privado, pero hoy se consume tanto en el privado como en el público. ¿Dónde en el ámbito público? En casi cualquier establecimiento de la restauración gastronómica, cumpliendo una u otra función dentro de su oferta. No solo en restaurantes mexicanos (especializados en elaboraciones mexicanas fuera de México) y no solo en restaurantes (también en bares).

07 SEGÚN LAS CLASES SOCIALES:

de raíz popular, su origen está en las clases populares, pero hoy en día la reproducen y consumen todas las clases sociales.

08 SEGÚN SEA PROFESIONAL O AMATEUR:

en origen amateur, hoy la reproducen tanto cocineros amateurs como profesionales.

09 SEGÚN SEA ORTODOXA-CANÓNICA O EVOLUTIVA:

no se conoce la receta canónica, aunque existe cierto consenso sobre sus ingredientes y las técnicas de elaboración que requiere.

10 SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO CREATIVO:

no es cocina creativa, es tradicional.

11 SEGÚN SU NIVEL DE SOFISTICACIÓN Y REFINAMIENTO:

lo marcará la receta y el nivel de sofisticación de la cocina.

12 SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO ARTÍSTICO:

sin resultado artístico.

13 SEGÚN SU NIVEL DE CALIDAD:

en todos los niveles de calidad.

14 SEGÚN SU NIVEL DE LUJO:

sin nivel de lujo.

15 SEGÚN SEA «DE AUTOR» (NOMINAL) O NO:

no se corresponde con una «cocina de autor», se desconoce el autor de la misma.

16 SEGÚN EL LUGAR DEL MUNDO EN EL QUE SE CREA, SE REPRODUCE Y/O SE CONSUME:

se crea en México, es regional, y se reproduce y come en otros lugares, pero se trata de una elaboración de la cocina mexicana. Es muy cosmopolita: a pesar de tener un origen marcado y arraigado en México, convive con las costumbres culinarias de muchos países distintos, en los que se integra, se reproduce y consume.

17 SEGÚN EL CONTEXTO HISTÓRICO EN EL QUE

SE COCINA: es contemporánea, porque se realiza en la actualidad. Además, es tradicional, puesto que su receta la han reproducido más de cinco generaciones. En España todavía no es una elaboración tradicional autóctona porque no la han reproducido cinco generaciones, pero está en proceso de integrarse.





COCIDO TRADICIONAL

- 01 SEGÚN SU USO PARA LA ALIMENTACIÓN O HEDONÍSTICO:** en origen se trata de una elaboración de subsistencia, creada para la alimentación, pero en la actualidad se encuentra en formatos que la plantean desde la actitud gastronómica.
- 02 SEGÚN EL OBJETIVO DE SU CREACIÓN, REPRODUCCIÓN Y CONSUMO:** el cocido se crea como elaboración genérica, tras el descubrimiento de la cerámica, con el fin de hacer comestibles y agradables productos o elaboraciones que, por su composición, requieren una cocción prolongada (como partes de animales que son muy fibrosas, legumbres, etc.) Existen diferentes «cocidos» que, nominalmente, responden a la receta de una región (cambian los productos en función de la disponibilidad en ese lugar). Se reproduce diariamente en diversas regiones de España, especialmente en las épocas más frías del año. Se cocina para el consumo directo, es una elaboración que se degusta, que en el ideario colectivo es considerado «plato de cuchara».
- 03 SEGÚN SU ESPECIALIZACIÓN:** no responde a una especialización, aunque puede encontrarse en restaurantes especializados en reproducir comida tradicional regional.
- 04 SEGÚN SU USO COMO ELABORACIÓN COMIDA O BEBIDA:** elaboración con uso de comida.
- 05 SEGÚN SE ELABORE PARA EL MUNDO DULCE O SALADO:** elaboración del mundo salado.
- 06 SEGÚN SU ÁMBITO SEA PÚBLICO O PRIVADO:** su origen es privado, doméstico, pero hoy la encontramos también en la restauración, en el ámbito público. ¿Dónde? En restaurantes de cocina tradicional.
- 07 SEGÚN LAS CLASES SOCIALES:** de raíz popular, forma parte de la cocina popular tradicional española en diferentes versiones regionales. En la actualidad, en el ámbito público, la consumen todas las clases sociales.
- 08 SEGÚN SEA PROFESIONAL O AMATEUR:** en origen amateur, hoy la realizan también los cocineros profesionales.
- 09 SEGÚN SEA ORTODOXA-CANÓNICA O EVOLUTIVA:** no hay una receta genérica de cocido canónica, pues cada región y cada individuo tiene su forma de prepararlo (madrileño, asturiano, montañés, etc.). La base de la receta no es diferente, tiene unas peculiaridades comunes, son los matices lo que varía.
- 10 SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO CREATIVO:** no es cocina creativa, es tradicional.
- 11 SEGÚN SU NIVEL DE SOFISTICACIÓN Y REFINAMIENTO:** puede refinarse en el ámbito público, con adaptaciones que la sofistican, pero, en general, se trata de una elaboración muy rústica y que en ningún caso es arte culinario.
- 12 SEGÚN NIVEL DE RESULTADO ARTÍSTICO:** sin resultado artístico.
- 13 SEGÚN NIVEL DE CALIDAD:** en diferentes niveles de calidad.
- 14 SEGÚN NIVEL DE LUJO:** sin nivel de lujo.
- 15 SEGÚN SEA «DE AUTOR» (NOMINAL) O NO:** no se corresponde con una «cocina de autor», se desconoce el autor de la misma.
- 16 SEGÚN EL LUGAR DEL MUNDO EN EL QUE SE CREA, SE REPRODUCE Y/O SE CONSUME:** la elaboración denominada «cocido» es regional y nacional española, pero, como elaboración (cocción de productos en un líquido hirviendo), se reproduce en otras culturas con sus propios productos autóctonos.
- 17 SEGÚN EL CONTEXTO HISTÓRICO EN EL QUE SE COCINA:** su creación es antigua, pues desde que en el Neolítico se descubrieron las posibilidades de la cerámica en la cocina se han cocido y hervido productos. El origen de la receta se asocia a las primeras civilizaciones, pero su reproducción continúa dándose, por lo que también es una elaboración contemporánea. Además, es tradicional española, puesto que su receta la han reproducido más de cinco generaciones en diferentes versiones regionales, en distintos lugares de España.

SFERIFICACIÓN DE GUISANTES

01 SEGÚN SU USO PARA LA ALIMENTACIÓN O HEDONÍSTICO: hedonista, pensada para generar placer.

02 SEGÚN EL OBJETIVO DE SU CREACIÓN, REPRODUCCIÓN Y CONSUMO: se crea en elBullirestaurante en 2003, «Ravioli esférico de guisantes y ensalada de guisantes a la menta n.º 872». Se recrea la técnica en todo el mundo. Es una elaboración que se degusta formada por dos elaboraciones intermedias principales, emplatadas por separado.

03 SEGÚN SU ESPECIALIZACIÓN: no responde a una especialización.

04 SEGÚN SU USO COMO ELABORACIÓN COMIDA O BEBIDA: elaboración con uso de comida.

05 SEGÚN SE ELABORE PARA EL MUNDO DULCE O SALADO: elaboración del mundo salado.

06 SEGÚN SU ÁMBITO SEA PÚBLICO O PRIVADO: ¿dónde en el ámbito público? En el restaurante gastronómico.

07 SEGÚN LAS CLASES SOCIALES: se crea para un perfil de cliente que responde a la clase media-alta, en el perfil de cliente de un restaurante con tres estrellas Michelin. Su raíz está en las clases adineradas, pudientes, pues el precio de elBullirestaurante no es fácilmente asequible. La categoría del restaurante está muy lejos de la raíz popular.

08 SEGÚN SEA PROFESIONAL O AMATEUR: elaboración de la cocina profesional, que reproduce un cocinero profesional en un restaurante. Con las herramientas necesarias y el conocimiento adecuado podría reproducirse en el ámbito privado, si encontramos un individuo que podamos llamar «cocinillas» que tenga el *kit* de sferificaciones en su casa, pero no es lo habitual.

09 SEGÚN SEA ORTODOXA-CANÓNICA O EVOLUTIVA: actualmente se reproduce la elaboración intermedia de la sferificación, pero no canónicamente.

10 SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO CREATIVO: nivel de resultado creativo muy alto.

11 SEGÚN SU NIVEL DE SOFISTICACIÓN Y REFINAMIENTO: máximo, pues es arte culinario creativo.

12 SEGÚN SU NIVEL DE RESULTADO ARTÍSTICO: nivel alto de resultado artístico que forma parte del arte culinario.

13 SEGÚN SU NIVEL DE CALIDAD: la calidad más alta, propia de la alta cocina y de la alta gastronomía.

14 SEGÚN SU NIVEL DE LUJO: no es lujo en el producto, es lujo en la creación.

15 SEGÚN SEA «DE AUTOR» (NOMINAL) O NO: cocina «de autor», su autor es el equipo creativo de elBullirestaurante, formado por Ferran y Albert Adrià y Oriol Castro.

16 SEGÚN EL LUGAR DEL MUNDO EN EL QUE SE CREA, SE REPRODUCE O SE COME: la elaboración no se reproduce como tal, se reproduce la técnica de una elaboración intermedia que se integra en otras distintas del ravioli creado en elBulli. Elaboración absolutamente cosmopolita, no pertenece a una región sino a un proyecto internacional, no identificable con un territorio concreto.

17 SEGÚN EL CONTEXTO HISTÓRICO EN EL QUE SE COCINA: en términos históricos es moderna, pues tiene apenas quince años de existencia, y también contemporánea, porque se reproduce en la actualidad. No es tradicional, ya que no la han reproducido las generaciones necesarias para calificarla de este modo. Desconocemos si tendrá éxito sostenido para llegar a considerarse tradicional.



Las elaboraciones viajan en el contexto culinario, trasvasándose de unos tipos de cocina a otros y traspasando las fronteras que las definían en su origen

A continuación presentamos un mapa que incluye tres elaboraciones finales que se degustan: la croqueta, el gazpacho y el *pêche melba*. Dos de ellas (el gazpacho y la croqueta) tienen origen en un tipo de cocina muy determinado, pero la sofisticación de una (el gazpacho) y la popularización de la otra (la croqueta) han hecho que acaben pudiendo reproducirse en cualquier ámbito, público o privado, profesional o amateur, en distintos niveles de calidad y de lujo... y que ambas sean parte de la oferta que realiza la restauración gastronómica.

Cada una de ellas se relaciona con las categorías generadas por los criterios que hemos presentado como fundamentales, que se ordenan en columnas.

- Como puede observarse, tanto la elaboración croqueta como la elaboración gazpacho pertenecen a muchas categorías. Aunque partieron siendo antónimas, contrarias, han trasvasado el concepto por el que se crearon y han evolucionado hasta encontrar cabida en nuevas categorías (por ejemplo, la croqueta se creó con un uso hedonístico, para las clases altas, y, en la actualidad, puede formar parte de la cocina para la alimentación de las clases medias y, el gazpacho hace el recorrido inverso).
- Una excepción a esta posibilidad de trasvase es la elaboración *pêche melba* que, como vemos, no ha evolucionado en un sentido tan amplio y se mantiene hoy relacionada con las que fueron sus características originarias, sin que podamos afirmar que haya cambiado la realidad para la que se creó y en la que puede reproducirse y consumirse en la actualidad. Continúa siendo una elaboración clásica, que no se ha transformado para llegar a otros públicos distintos de aquel para el que se creó, pensada para el hedonismo en el ámbito público y profesional.

“La croqueta no la inventó la abuela ni el gazpacho Escoffier”

ELABORACIONES



PÊCHE MELBA



CROQUETA



GAZPACHO



TIPOS DE COCINA SEGÚN LAS CLASES SOCIALES

País	PAÍSES SUBDESARROLLADOS	PAÍSES EMERGENTES EN DESARROLLO	PAÍSES EN PLENO DESARROLLO	
Clase	CLASE BAJA	CLASE MEDIA		CLASE ALTA/ADINERADA
Recursos	SIN RECURSOS	RECURSOS LIMITADOS	RECURSOS CUBIERTOS	RECURSOS EXCEDENTES

ALIMENTACIÓN

COCINA POPULAR DE SUBSISTENCIA



COCINA REGIONAL DE SUBSISTENCIA



COCINA TRADICIONAL DE SUBSISTENCIA





¿Y esta hamburguesa qué es?

«Hay muchos grises al analizar los distintos tipos de cocina según las clases sociales»

HEDONISMO

COCINA POPULAR/TRADICIONAL CON ACTITUD HEDONISTA



COCINA PRÊT-À-PORTER



COCINA POPULAR REFINADA



ARTE CULINARIO SIN CREACIÓN



COCINA CLÁSICA



ARTE CULINARIO CON CREACIÓN



Observamos las elaboraciones como resultados: ¿cuáles son sus características?, ¿en base a qué podemos definir las?, ¿cómo sabemos si son un snack, un plato o un cóctel?

Como ya hemos explicado con anterioridad (ver pág. 53), cocinar es el resultado de aplicar técnicas empleando herramientas sobre determinados productos en un proceso de elaboración. Cocinar es un proceso en el que se solapan diferentes fases que, en función de lo que se crea o reproduce, puede requerir la realización de más o menos elaboraciones intermedias. Las elaboraciones intermedias se suman, a lo largo del proceso, acumulándose hasta obtener el resultado final: la elaboración que se degusta. Entonces, como ya hemos definido al comenzar este volumen, la cocina se entiende como la suma de todos los resultados cocinados, de todas las elaboraciones creadas y reproducidas.

Como unidades independientes, consideradas una vez finalizado el proceso de elaboración que las crea o reproduce, las elaboraciones reúnen peculiaridades propias. Y, con el paso del tiempo, se han ido tipificando, concretándose en cada una de ellas una característica, la que se ha convertido en la más relevante para definir las o que es la más importante en el contexto en el que se emplea o degusta la elaboración. Así, si hablamos, por ejemplo, de un flan, diríamos en primer lugar, que es dulce, pero quizá no que es una elaboración fría, pues la temperatura no es la característica más relevante si tenemos que definirlo empleando solo un criterio. Al calificarla como «dulce», estaríamos incluyéndola en uno de los dos mundos, dulce o salado, de los que hemos hablado, construyendo su tipificación, clasificándola dentro de uno de ellos.

Hasta ahora, las elaboraciones se han clasificado en recetarios, que han codificado sus procesos de elaboración y cuyo propósito esencial al hacerlo es guiar el proceso de reproducción de cada una de ellas, no establecer un orden con criterio. Además, los recetarios mezclan criterios (por productos de temporada, por el lugar de la elaboración en la oferta como «entrantes», «primeros», etc., por familia de productos...) y, en ocasiones, los superponen. Es decir, el principio de clasificación de las elaboraciones responde a la voluntad de cada autor; en cada uno de ellos se priorizan unos criterios para ordenarlas, sin una jerarquía común a todos ellos. Por tanto, no existe un consenso general ni una tipología en la que se incluyan las clases, las categorías y los tipos de las mismas.

Este trabajo de clasificación, de establecimiento de un orden general en una tipología de cocina y elaboraciones no existe por una cuestión muy sencilla de responder: se trata de un trabajo complejísimo que requeriría una selección de criterios excelente, que priorizase aquellos de los que podrían extraerse características más relevantes, que explicasen más allá de un primer adjetivo calificativo tanto los procesos como los resultados de cocinar.



Cuando la estructura de la oferta o propuesta gastronómica marca qué, cuánto y cómo se cocina: cocinar a la carta, para un menú, para un buffet...

Cuando se cocina, tanto en el ámbito público como en el privado, las elaboraciones resultantes responden a una estructura, que, en principio, decide el cocinero y conforma la oferta o propuesta gastronómica que realiza el restaurante o que se lleva a cabo en un domicilio particular, respectivamente. Una aclaración para los términos «oferta» y «propuesta» en Sapiens: la oferta es aquella que se realiza en el ámbito público, puesto que se ofrece a cambio de un precio, y la propuesta es aquella que se realiza en el privado, sin pagar un precio por ella.

La gran pregunta que queremos responder es: ¿marca la oferta o propuesta el orden de las elaboraciones que se degustan o es el orden de consumición de las mismas lo que define una oferta o propuesta? Como veremos a continuación, son cuestiones estrechamente relacionadas que funcionan de forma conectada y que, además, en función de su diseño, delimitan la posibilidad o imposibilidad del comensal o cliente de tomar decisiones relativas al orden de las elaboraciones que va a degustar.

ESTRUCTURA DE LA OFERTA GASTRONÓMICA EN EL RESTAURANTE GASTRONÓMICO

Nos referiremos, en primer lugar, a la estructura de la oferta de comida que se hace a los clientes en un restaurante, la cual es fundamental y mucho más determinante de lo que puede parecer en un principio. Tendríamos que hablar de dos grandes familias en función de las opciones de elección que la estructura de la oferta deja al cliente:

- Por un lado, existe una estructura de oferta que permite que el cliente escoja lo que va a comer y el orden en el que va a hacerlo. Se agrupan aquí las elecciones a la carta o en un buffet. La elección a la carta se realiza entre una serie de elaboraciones comida y bebida que se listan en la misma y entre las cuales el cliente puede decidir qué comer y beber. Normalmente, las elaboraciones se agrupan dentro de la carta por

categorías, como «entrantes», «carnes», «pescados», «arroz», etc. Las categorías en base a las cuales un restaurante organiza una carta son variables en función del criterio que priorice. Además, puede darse el caso de que haya más de una carta, por ejemplo, una de elaboraciones comida que se complementa con otra de bebidas y/o de vinos y/o de aguas. El buffet, por su parte, representa la opción con mayor libertad de decisión, pues la ausencia de personal de servicio hace que sea el propio cliente quien decida en cada momento qué es lo siguiente que quiere comer y en qué cantidad.

“ La composición de la oferta de elaboraciones es también una creación del cocinero ”

Ocurre así también en restaurantes tipo Rodizio, asadores de carne con un precio fijo en los que el camarero presenta diferentes piezas de carne asada en la mesa, el cliente decide qué y cuánto desea comer de cada una y el camarero le sirve. Además, las guarniciones se encuentran en una mesa central en la que puede servirse tantas veces como desee. Asimismo, se incluiría en este tipo de oferta un restaurante de tapas, pues es el cliente quien decide en qué orden las degusta y cuáles quiere tomar.

Y, por último, otra opción que deja en manos del cliente la decisión de qué degustar es el menú del día o menú de fin de semana, para el que el cocinero propone unos tipos de degustación por categorías o familias (entrantes, primeros, segundos y postres) y el cliente decide entre un número determinado de opciones cuáles comer.

- Por otra parte, existe una estructura de oferta que no permite que el cliente participe de la decisión del orden de lo que va a comer, cuando

existe un menú degustación que ha sido diseñado pensando en una degustación continuada de sus elaboraciones, en el orden que el cocinero propone, como ocurre en restaurantes como Etxebarri o Mugaritz. Este menú puede ser corto o largo y, en función de su longitud, reunirá unas elaboraciones u otras, y, en función del número que contenga, estas tendrán un tamaño u otro. Tampoco se elige el orden de lo que se va a comer cuando se acude a un cóctel en el que un catering sirve la comida y las elaboraciones se van sacando de forma progresiva, en un orden elegido previamente, dejando escasas opciones de elección de su orden (solo elegir tomarlas o no) a quien degusta.

En base a lo anterior, podemos diferenciar entre una oferta a la carta y una oferta en menú y su consecuente ampliación o reducción (respectivamente) de las opciones de elección del cocinero y del cliente. Hoy en día, poder escoger lo que vamos a consumir en un restaurante nos parece algo normal, pero hemos de señalar que este hecho es relativamente reciente desde un punto de vista histórico.

Una de las grandes revoluciones que supuso la aparición del restaurante en el siglo XIX fue que los clientes podían elegir qué consumirían, pues disponían de una carta de opciones. En locales anteriores al restaurante, como tabernas o mesones, las opciones eran más cerradas y se parecían más a un menú actual.

De cara al funcionamiento del restaurante, los menús, al ofrecer opciones cerradas, permiten un mejor cálculo de productos y, normalmente, se pueden organizar con tiempo y ajustar costes y precios. Los menús pueden, además, pactarse con el cliente cuando son para un grupo o para un evento, lo que le da al restaurante la posibilidad de organizar recursos. La carta, por su parte, hace imprevisible lo que los clientes desearán tomar ese día. Aunque se pueden hacer estimaciones y conocer cuáles son las elaboraciones más solicitadas, cada día se depende de la demanda que haya de ellas.

Como vemos, la manera de cocinar varía mucho en función de esta estructura de la oferta, que, en una u otra versión, condiciona el abastecimiento y la planificación, así como los *timings* en la cocina y, en general, toda la organización del restaurante.

ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA GASTRONÓMICA EN EL ÁMBITO PRIVADO

En el ámbito privado y doméstico, el orden de las elaboraciones y la posibilidad de decisión del comensal también varía. La enorme diferencia en este caso, sea cual sea el orden y la cantidad de elaboraciones, es que el comensal no tiene que pagar por ellas. Se pagan los productos cuando se adquieren en el mercado, pero no las elaboraciones como resultados de un trabajo. Se entiende que quien come se encuentra en su propio domicilio, en el de un familiar o amigo o en otro al que ha sido invitado.

“ Cuando se acude a una casa como invitado, ¿se come a la carta o de menú? ”

Nos preguntamos ahora: ¿quién decide en el ámbito privado el orden, la cantidad y el tipo de elaboraciones que se van a degustar? Puede darse una estructura marcada por el cocinero, que emplate y sirva las elaboraciones individualmente o puede ponerlas en el centro de la mesa, dejando que cada comensal emplate y se sirva lo que quiera, en el orden que prefiera.

- Dentro de lo posible, en términos de semejanza y sabiendo que no se trata de la misma realidad, la opción emplatada se correspondería con el menú en un restaurante, dejando poca o ninguna posibilidad de decisión al comensal.
- La opción de que las elaboraciones salgan a la mesa para compartir, tendría un paralelismo con la opción a la carta o buffet, entendiendo que existen una serie de posibilidades y quien come es quien elige cuánto y qué comer.

Observamos que, en el ámbito privado, la estructura de la propuesta también hace variar el número de elaboraciones que se consumen, que pueden ser un primer y un segundo plato, un único plato u opciones para compartir, no emplatadas individualmente. Todo depende de lo que decide el cocinero cuando cocina y, después, el comensal cuando come.

Cocinar por encargo

La acción de cocinar puede llevarse a cabo bajo una petición concreta, conociendo de antemano qué se ha de cocinar y en qué cantidad, cuando se cocina «por encargo». En este caso, quien cocina está respondiendo a una demanda concreta, a diferencia de aquella cocina cuya demanda se genera sobre la marcha. La principal característica de esta forma de cocinar es que permite una planificación y anticipación en los recursos, no solo gastronómicos, sino también en los tiempos necesarios para llevar a cabo determinadas elaboraciones y en los recursos humanos necesarios para realizarlas y despacharlas, por ejemplo.

Es cocina por encargo la que se realiza para los banquetes, en la que hay un acuerdo previo referido a las elaboraciones que se van a cocinar y servir, puesto que en un evento de este tipo no cabe la improvisación. Encargar un banquete busca asegurar que en el día de su celebración habrá un orden y control, planificados con antelación, que garanticen una comida y una bebida concretas mientras este tiene lugar.

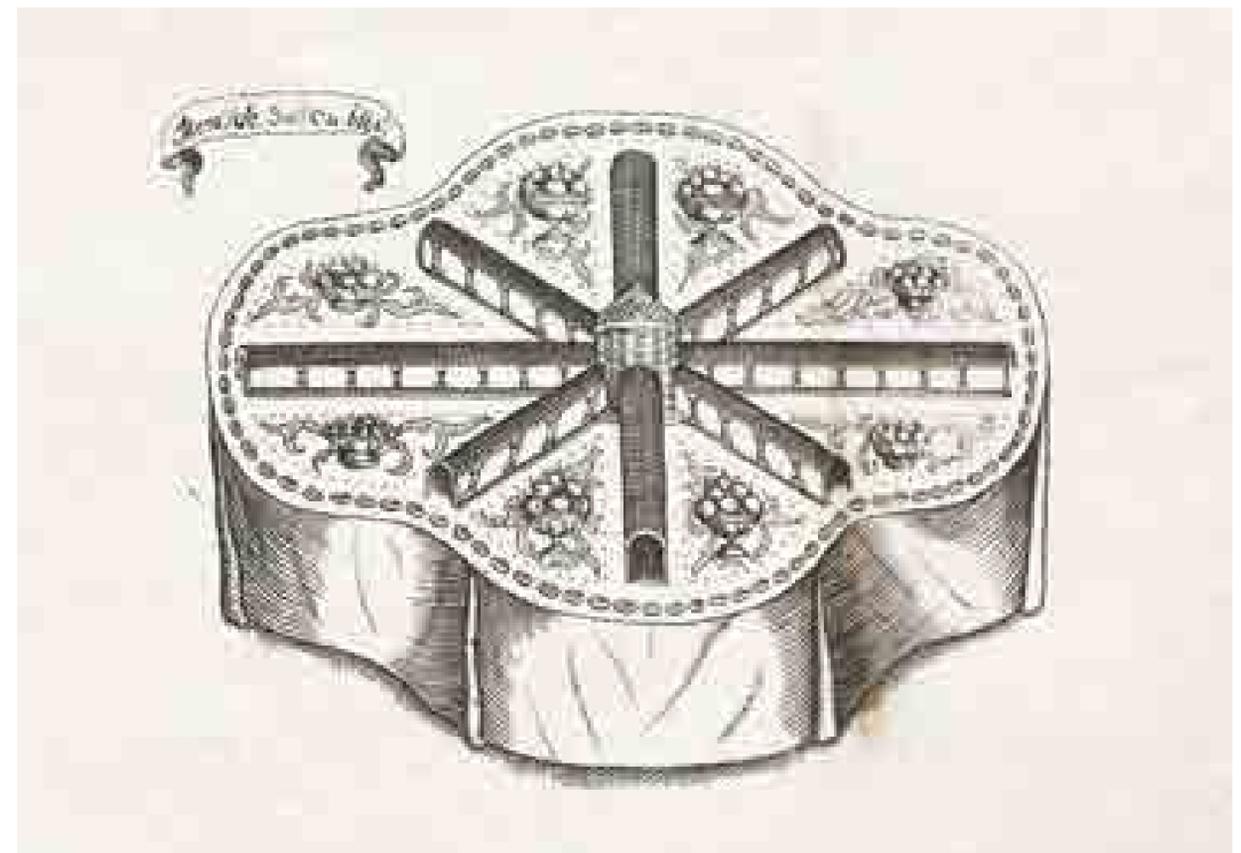
Es cocina por encargo la de los menús que se planifican y se cierran a petición de los clientes en un restaurante gastronómico, cuando se eligen determinadas elaboraciones (por ejemplo, en cenas de Navidad de empresa) y se hace saber con antelación cuáles son las preferencias de los comensales, de forma que la elección de los platos no queda al azar, está planificada desde antes de que los clientes acudan al establecimiento.

También en el ámbito público, pero haciendo alusión al sector del *retail*, encontramos cocina por encargo en los establecimientos de algunos especialistas, como panaderos, reposteros o pasteleros, que, en muchas ocasiones, admiten realizar elaboraciones por encargo o pueden tener un negocio en el que solo se sirvan pedidos por encargo.

Podríamos plantear como una versión de cocina por encargo la que se lleva a cabo cuando un cliente en un restaurante decide entre una oferta de elaboraciones para degustar a la carta. Lo que sucede entonces es que realiza un encargo inmediato, que parte de conocer una oferta de comida y/o bebida concreta y tomar unas u otras decisiones de degustación. En el caso contrario, en un menú degustación no se contempla ningún tipo de encargo ni tan siquiera esta versión más inmediata, pues quien degusta simplemente acepta la propuesta que el cocinero realiza. La única excepción por la que se admiten cambios en un menú degustación es por alergias o intolerancias, pero no hay un encargo posible basado en las preferencias o el agrado del cliente.

Estableciendo un paralelismo con las disciplinas del arte y el diseño, en términos profesionales, cocineros, artistas y diseñadores comparten esta idea de trabajar por encargo en algunas ocasiones. Unos y otros profesionales trabajan para responder a la necesidad y/o a la voluntad concreta de uno o más clientes, bien porque personalicen su trabajo para ellos, bien porque estos demanden el mismo tal y como se ofrece, pero con antelación y por encargo, elaborando en el caso de unos, pintando, esculpiendo o diseñando en el de otros.

“ Por encargo implica con antelación, lo que supone que el cocinero que realiza este tipo de cocina puede planificar mejor el proceso culinario y ajustarlo a la demanda ”



Entonces, ¿cuántos tipos de cocina podemos encontrar en un restaurante gastronómico?

Como ya hemos repetido en reiteradas ocasiones, el restaurante gastronómico en el marco occidental es el eje central de interés para Sapiens, como resultado de un hecho histórico que cambió el acceso al arte culinario para siempre. El traslado de las elaboraciones creadas para el disfrute de las clases altas a la esfera pública, en un formato accesible a cambio del pago de un precio, transformó la forma de cocinar, así como de comer y beber, de manera irreversible, en todo el mundo. De eso hace apenas unos dos siglos. En ese tiempo, el restaurante gastronómico se ha forjado una identidad propia como institución y, como tal, se define por un cúmulo de características concretas que le dan una relevancia sustancial dentro del inmenso mundo de la cocina.

Esta reflexión refleja todo el trabajo desarrollado a lo largo de este libro. Veamos ahora cuántos tipos de cocina pueden darse en el restaurante gastronómico. Esta cuestión nos lleva a plantear otras, conectadas con la misma: ¿define la comida y la bebida que se cocina en el restaurante al restaurante? O es al revés... ¿Es la forma en que se define el restaurante lo que condiciona la cocina y las elaboraciones que se realizan en él? Además, cabe preguntarse: ¿es la cocina y sus resultados lo único que define al restaurante o por lo que el restaurante se caracteriza? Y, en consecuencia, ¿en base a qué definimos un restaurante gastronómico?

UN RESTAURANTE GASTRONÓMICO PUEDE REALIZAR MÁS DE UN TIPO DE COCINA

En una misma oferta gastronómica, en una misma degustación en el restaurante, en una misma elaboración incluso, podemos encontrar diferentes tipos de cocina, combinándose arte culinario creativo con elaboraciones de la cocina popular, tradicional, refinada, con postres que no se realizan en el restaurante y mezclan lo artesano con lo industrial o lo producido, incluyéndose diferentes calidades. Pueden aunarse tantos tipos de cocina como características reconocibles hay en el proceso y en la elaboración final que se degusta y, dentro de esta, en sus elaboraciones intermedias.

Entendemos que un restaurante puede definirse por realizar un tipo de cocina concreto (porque esté muy especializado o porque no lo esté en absoluto, por ejemplo), que elige hacer de forma deliberada, en base a la cual construye el discurso de su oferta que puede estar en el ideario colectivo o comunicarla el propio establecimiento. Sin embargo, podrán encontrarse casos en los que, a pesar de hacerse una cocina de claras «etiquetas» en base a sus características, se incluyen elaboraciones que no responden a las mismas (por ejemplo, un tipo de cocina artesanal que elabora cocina empleando los mejores productos y técnicas impecables en el restaurante, pero incluye una oferta de postres que son industriales, producidos, comprados por el restaurante).

En general, a excepción de los casos que está claro que son vanguardia, que definen así su tipo de cocina, en los demás cabe todo; casi siempre podemos encontrar alguna mezcla. ¿Qué ocurre si en un restaurante de vanguardia ofreces el pan de una manera convencional o se saca a la mesa un carro de quesos maravillosos? ¿Encajaría eso con el tipo de cocina de vanguardia?

Veremos dos ejemplos de restaurantes que realizan diversas cocinas a la vez.

ENTONCES, ¿HAY UN TIPO DE RESTAURANTE Y, POR TANTO, UN TIPO DE COCINA? ¿O HAY UN TIPO DE COCINA Y, POR ENDE, UN TIPO DE RESTAURANTE?

La relación entre el tipo de cocina y el tipo de restaurante nos recuerda al pez que se muerde la cola: por un lado, podemos hablar de una coincidencia, pues de forma obvia hay un tipo de cocina que define al restaurante. Diríamos entonces que hay restaurantes que articulan su oferta basándose en un tipo de cocina y que esta puede reconocerse fácilmente, pues sus características están muy marcadas y son claramente identificables.



Por ejemplo, si podemos definir un restaurante como nikkei, es porque este es el primer adjetivo que daríamos para describir la cocina y las elaboraciones que realiza, que es lo que más le define, en este caso. Aunque, además, pudiéramos decir que es creativa o vegetariana, empleamos en primer lugar otro adjetivo, el que creemos que la describe mejor.



Por ejemplo, si podemos definir un restaurante como vegetariano, es porque este es el primer adjetivo que elegiríamos para describir la cocina y las elaboraciones que realiza, que es lo que más le define, en este caso. Aunque, además, pudiéramos decir que es de verano o muy compleja, empleamos en primer lugar otro adjetivo, el que creemos que la describe mejor.

“ elBulli era un restaurante creativo y de cocina creativa, pero... ¿solo había este tipo de cocina?, ¿era «solo» creativo? ”

Barcelona, con origen en 1970

RESTAURANTE CA L'ISIDRE

El restaurante, en su página web, autodefine del siguiente modo la cocina que realiza: «Cocina de mercado catalano-mediterránea. Mezcla de cocina tradicional catalana y mediterránea con toques modernos, basados en los mejores productos de temporada y de proximidad. Nos basamos en la búsqueda de los mejores productos de temporada para encontrar el equilibrio perfecto entre la tradición y la evolución de nuestra cocina». Esta definición es un ejemplo maravilloso para identificar diferentes tipos de cocina, en función del criterio considerado.

POSIBLES TIPOS DE COCINA QUE ENCONTRARÍAMOS EN CA L'ISIDRE:

- ▶ Cocina de producto de proximidad.
- ▶ Cocina de producto de temporada-estacionalidad.
- ▶ Cocina tradicional.
- ▶ Cocina moderna.
- ▶ Cocina tradicional catalana.
- ▶ Cocina provenzal.
- ▶ Cocina popular catalana-mediterránea refinada.
- ▶ Alta cocina-cocina catalana o tradicional evolutiva refinada (alta cocina).
- ▶ Cocina popular evolutiva.
- ▶ Alta cocina-cocina tradicional con toques cosmopolitas, regional, refinada, pública.
- ▶ Cocina tradicional pública de comida y bebida, dulce y salada, refinada, catalana o mediterránea, de producto de cercanía y de temporada.
- ▶ Arte culinario clásico.
- ▶ Además, habría que considerar clasificar sus elaboraciones de acuerdo con el criterio de elaboración para el mundo dulce o el mundo salado y conocer si hay especialistas en el establecimiento que realicen solo un tipo de elaboración dulce o salada.
- ▶ Además, habría que considerar clasificar sus elaboraciones en función de su uso como comidas o como bebidas y conocer si hay especialistas en el establecimiento que realicen solo un tipo de elaboración comida o bebida.

...

*Así hasta introducir todas las posibles características de la cocina.



Barcelona, con origen en 2011

RESTAURANTE TICKETS

El restaurante, en su página web, autodefine del siguiente modo la cocina que realiza: «Nueva forma de entender el mundo de la gastronomía y las tapas. En Tickets, las tapas contemporáneas y tradicionales van de la mano para regalar al comensal una experiencia de diversión. Se trata de una forma amena de comer que convierte a quien participa en un intérprete de una obra de teatro, de un vodevil circense; protagonista de un entremés cantado. Una puesta en escena de la vida misma...». Identificamos en esta definición diferentes tipos de cocina, en función del criterio considerado.

POSIBLES TIPOS DE COCINA QUE ENCONTRARÍAMOS EN TICKETS:

- ▶ Cocina con actitud hedonista-gastronómica.
- ▶ Cocina de tapas contemporáneas y tradicionales (actuales).
- ▶ Alta cocina-cocina tradicional regional refinada.
- ▶ Alta cocina-cocina contemporánea cosmopolita refinada.
- ▶ Arte culinario con actitud creativa.
- ▶ Cocina de tapas contemporánea, pública, de comida y bebida, dulce y salada, refinada, urbana, arte culinario con actitud artística.
- ▶ Además, habría que considerar clasificar sus elaboraciones de acuerdo con el criterio de elaboración para el mundo dulce o el mundo salado y conocer si hay especialistas en el establecimiento que realicen solo un tipo de elaboración dulce o salada.
- ▶ Además, habría que considerar clasificar sus elaboraciones en función de su uso como comidas o como bebidas y conocer si hay especialistas en el establecimiento que realicen solo un tipo de elaboración comida o bebida.

...

*Así hasta introducir todas las posibles características de la cocina.



El cocinero puede desarrollar un estilo propio y llegar a ser influyente. Si se une a otros cocineros de estilos similares, pueden originar un movimiento de cocina

LOS ESTILOS Y MOVIMIENTOS DE COCINA

Explicar de forma sencilla qué es un estilo de cocina y qué es un movimiento de cocina es una tarea compleja. Aunque ambos conceptos se emplearon por primera vez en las artes y han evolucionado hasta llegar al campo de la cocina, habrá ocasión para observar todos los límites de sus definiciones y entender sus variaciones. A efectos de este libro, establecemos a continuación los siguientes significados:

- Un estilo de cocina es la marca personal de un cocinero (profesional o amateur) que, por uno o más motivos relacionados con el proceso culinario y/o las elaboraciones cocinadas, permite reconocer su trabajo y los resultados del mismo. Es decir, un estilo de cocina queda definido por la suma de características propias de alguien que cocina algo de una determinada manera. No ha de ser (aunque puede decidir serlo) creativo o innovador, puesto que el estilo no está reñido con la creatividad: quienes siguen patrones clásicos o tradicionales sin inventar nada nuevo, pero de una forma excepcional, pueden poseer un estilo propio.

En el caso de los cocineros profesionales, el hecho de poseer un estilo puede manifestarse incluso más allá del proceso culinario y de las elaboraciones creadas o reproducidas. En la cocina del ámbito público, hay muchas más variables que pueden generar un sello característico, relativas a la organización y gestión del restaurante y en él, al personal de servicio, a la sala, a la estructura de la oferta gastronómica, a las herramientas de degustación seleccionadas, etc. En cualquiera de los casos, el cocinero debe poseer la capacidad (por su virtuosismo para crear o reproducir, para gestionar un negocio de una manera determinada, para diseñar un tipo de servicio concreto para las elaboraciones que realiza, etc.) de generar con su trabajo una forma única o, al menos, particularmente distinta, que quede reflejada y sea perceptible para quienes observen la labor que lleva a cabo.

Si el cocinero posee un estilo propio de cocina que traslada a un equipo de cocineros que, junto a él, lo desarrollan en el restaurante, o si su estilo posee la capacidad de inspirar o afectar al trabajo de otros cocineros, estaríamos hablando de un estilo personal influyente. Además, un estilo de cocina puede incluir un discurso o una filosofía, un mensaje que deliberadamente el cocinero transmite a lo largo de su carrera y plasma en aquello que ha construido con su propio trabajo.

- La primera diferencia que debemos establecer con respecto a un estilo es que un movimiento siempre va ligado a la creación y a la existencia de una filosofía propia, condición *sine qua non*. Este fenómeno sucede como resultado de la suma de estilos personales influyentes de un número no determinado de cocineros que son, además, creativos e innovadores, que comparten una concepción teórica de la disciplina y que, en un momento dado de la historia, han llegado a crear un discurso conjunto (además del propio de cada uno de ellos), a comprender la cocina a través de eslabones comunes y a desarrollar esta de acuerdo con esa filosofía.

La pregunta es: ¿por qué no hubo movimientos de cocina antes del siglo xx? ¿O los hubo y no quedó constancia?

Un movimiento siempre va ligado a la creación y a una filosofía.

Quienes integran un movimiento de cocina buscan crear una brecha en el tiempo, es decir, que su trabajo y el resultado del mismo generen una consecuencia distinta, distinguible, única, que pueda diferenciarse de todo lo anterior (aunque pueda hundir en ello sus raíces) y de todo lo siguiente (sobre lo que, a su vez, podrá tener influencia).

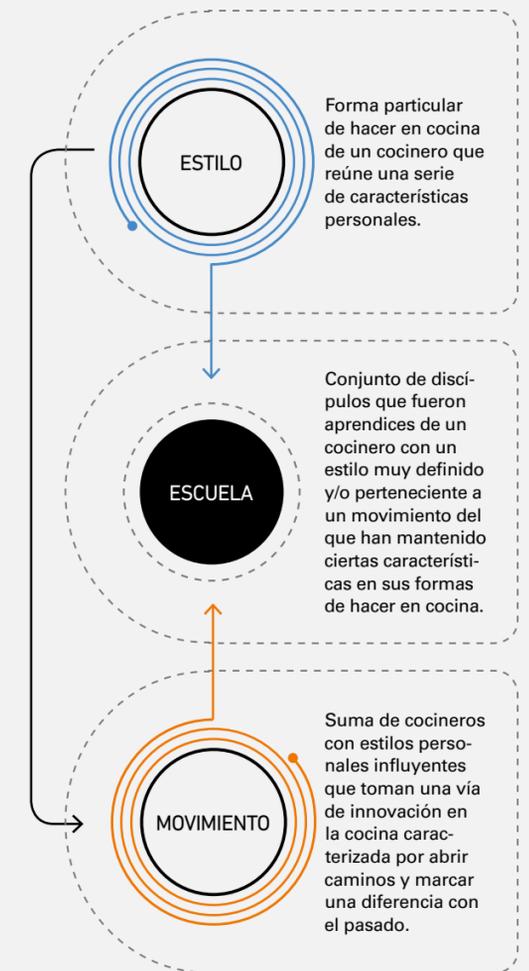
Lo que distingue un movimiento de cocina de una agrupación de cocineros con voluntades comunes es el hecho de que, además de todo lo anterior, los movimientos se dotan de sus propios decálogos, manifiestos que recogen por escrito cuáles son las ideas clave que tienen carácter fundacional, que van más allá de lo estético y lo formal.

Si existieron movimientos de cocina antes del siglo xx, no hay constancia ni registro de los mismos. Sin embargo, dos vanguardias disruptivas se crearon en la segunda mitad del siglo pasado y terminaron conformando sendos movimientos de cocina.

El primero de los ellos es conocido como *nouvelle cuisine* y tiene su origen a mediados de la década de los sesenta del siglo xx. En una Francia saturada de clasicismo y codificación culinaria, la llegada de una serie de cocineros con estilos personales muy claros y orientados en otra dirección supuso una «revolución».

La segunda vanguardia se inicia en el Bulli-restaurant en el año 1994 con un icono: la menestra en texturas. Esta elaboración abrió la compuerta al cuestionamiento de los productos, técnicas y herramientas empleados hasta entonces para cocinar y comer. En el caso de este movimiento, su punto de partida está muy marcado y está personificado en el chef Ferran Adrià, que, junto al equipo de elBulli, llevó a cabo una revolución en la forma de entender el conjunto de la experiencia en un restaurante, más allá de la cocina y la comida, en todo lo que hay alrededor de ellas. En los tres o cuatro años siguientes, diferentes cocineros se unieron y aportaron sus visiones, lo que hizo crecer al movimiento.

ESTILOS, MOVIMIENTOS Y ESCUELAS DE COCINA



«Cocina de autor» designa una cocina realizada por un cocinero profesional que tiene cierto renombre, pues su cocina despierta interés y tiene una indudable importancia. Se trata de una expresión muy conocida que se emplea desde hace unas cuatro décadas para designar una determinada forma de hacer en cocina, que supone que los resultados de cocinar, las elaboraciones, se asocian a un cocinero en concreto, pudiendo llevarle a ser autor de un estilo influyente. Todos los procesos culinarios tienen un autor o autora, pero esta expresión subraya que quien cocina es alguien que refleja un estilo personal en los resultados de su trabajo, que, además, será identificable por aquellos que los consuman.

LAS TENDENCIAS, MODAS Y NOVEDADES EN COCINA

Como fenómenos que guían actitudes de consumo, las tendencias, las modas y las novedades en cocina tienen una duración determinada, no definida y variable en cada caso. Solo algunas modas llegan para quedarse y convertirse en costumbre, pero, en su mayoría, todo lo que aparece, desaparece llegado un momento en el que es sustituido por otras tendencias y/o modas.

- Una tendencia en cocina indica un pico de demanda de una determinada elaboración, de un producto, técnica y/o herramienta en concreto, de una determinada línea filosófica, etc., y viene dada por el auge del consumo o reclamo de cualquier factor que forme parte del sistema culinario en los procesos de elaboración, degustación, servicio, creación de un ambiente, elección de una determinada decoración, etc. El motivo no responde siempre a una razón concreta, puede darse de forma espontánea y genera un tipo de cocina que se consume de forma reiterada en un periodo de tiempo determinado, no predefinido ni predecible. También pueden tener su origen en el estilo personal de un cocinero, si este define una característica de manera marcada y esta toma fuerza. Las tendencias no siempre introducen un factor nuevo, pues pueden recuperarlo del pasado y emplearlo o presentarlo de un modo diferente, de forma que resulte atractivo en el «presente».
- Por su parte, la moda supone la consolidación de una tendencia. Es decir, una tendencia es la antesala de una moda y esta responde, normalmente, a una consolidación de reclamo y consumo que se ha fraguado previamente durante un tiempo. Algo se considera «moda» o está «de moda» cuando un conjunto de características determinadas del sistema culinario (dadas por el producto, la elaboración, la técnica, las herramientas, el servicio, etc.) se relacionan con un uso, modo o costumbre de manera colectiva, con relativo auge y efervescencia en su consumo y/o empleo durante un tiempo considerable.
- Aunque el periodo en el que se demanda una moda suele ser un episodio prolongado, su supervivencia no atiende a una razón concreta, puede darse como algo espontáneo y generar un tipo de cocina que se consume de forma reiterada durante un tiempo determinado, no predefinido ni predecible, de forma idéntica a lo que ocurre con las tendencias. La moda es algo que está en auge en un momento dado y que, posteriormente, permanece o desaparece: o queda en el ideario y se incorpora en cierta medida al quehacer general, convirtiéndose en costumbre, o se extingue por dejar de ser demandada.
- Por último, el concepto de novedad hace referencia a algo distinto que se incorpora en el sistema culinario y/o en sus resultados y que, en el mejor de los casos, atrae la atención de los consumidores. A diferencia de las tendencias y las modas, una novedad no tiene por qué tener éxito, puede aparecer y desaparecer sin dejar ninguna impronta, sin haber llegado siquiera a una etapa de reclamo suficiente para ser considerada tendencia. Si incluimos el concepto de novedad es porque, en muchos casos (no en todos), las tendencias parten de la incorporación de una novedad en el sistema culinario que, de tener éxito, podrá considerarse como tal e, incluso, podría consolidarse y terminar siendo una moda.

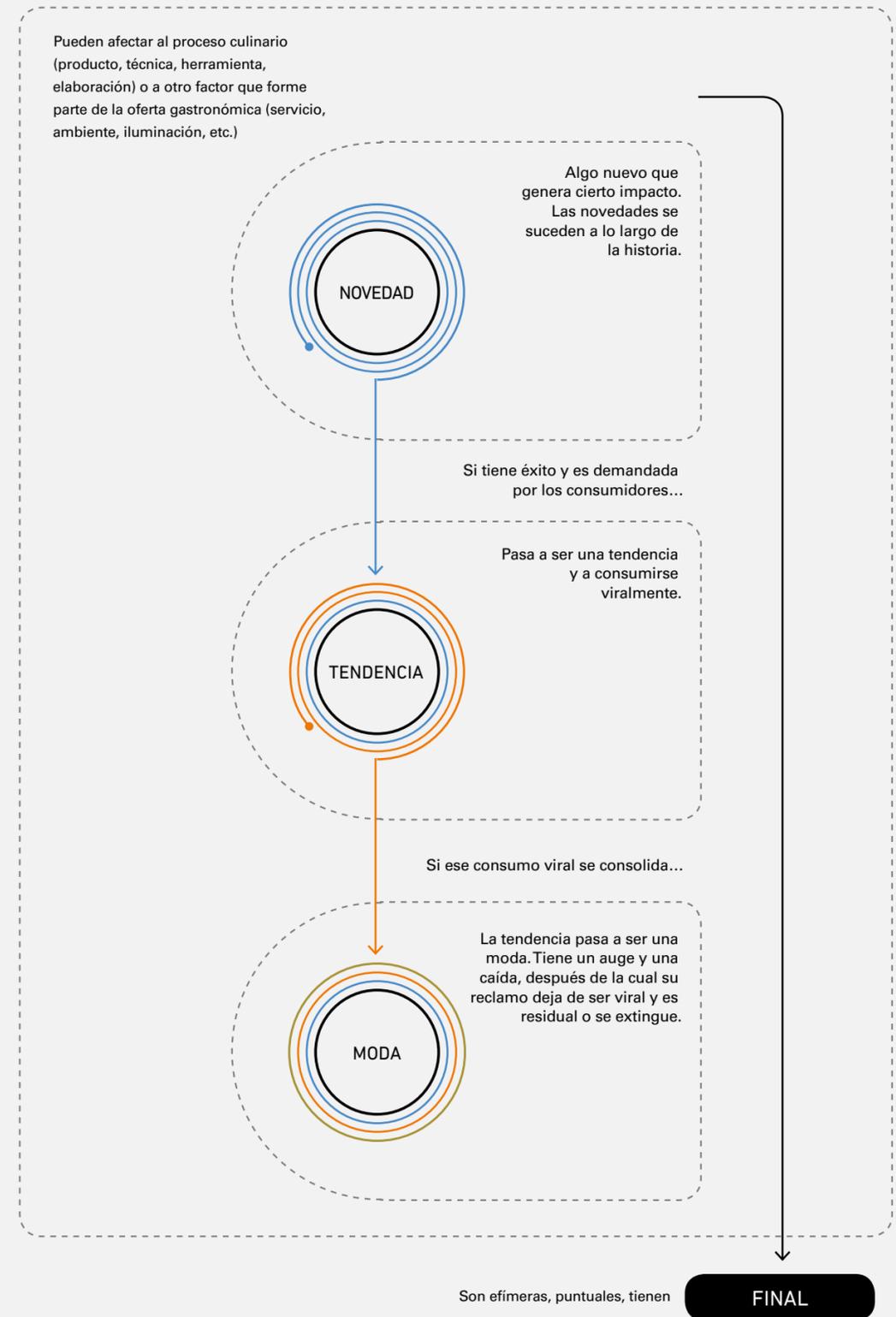
Hemos explicado que, tanto las novedades como las tendencias y las modas, pueden venir dadas por un cambio en un factor o la incorporación de uno novedoso o recuperado del pasado en cualquier parte del sistema culinario, lo que incluye sus resultados. Hemos dicho que todo aquello que forma parte del sistema es susceptible de tener éxito y ser reclamado por los consumidores, pero ¿qué se necesita para que esto ocurra? La condición para entrar en una de estas dos categorías y ser considerado tendencia y/o moda es ser demandado por un número considerable de individuos tanto a la hora de cocinar como a la hora de comer o beber, durante un periodo de tiempo lo suficientemente prolongado como para que tenga una repercusión en la sociedad en la que se plantea.

Siempre han existido las tendencias en cocina, trasladadas del ámbito privado al público y viceversa. No se trata de algo propio solo de la cocina actual.

Todo elemento dentro del proceso culinario y/o de degustación puede convertirse, aislado o combinado con otros, en una tendencia o moda.

El sushi no funcionó como novedad, pero tiempo más tarde, tuvo éxito como tendencia consolidándose como una moda.

NOVEDADES, TENDENCIAS Y MODAS EN COCINA



¿Cocinamos de todo o cocinamos algo en concreto?

ESPECIALIZACIÓN

RAE

1. f. Acción y efecto de especializar o especializarse.

ESPECIALIZAR

RAE

1. tr. Limitar algo a uso o fin determinado.
2. intr. Cultivar con especialidad una rama determinada de una ciencia o de un arte.

ESPECIALIDAD

RAE

2. f. Confección o producto en cuya preparación sobresalen una persona, un establecimiento, una región, etc.
3. f. Rama de una ciencia, arte o actividad, cuyo objeto es una parte limitada de ella, sobre la cual poseen saberes o habilidades muy precisos quienes la cultivan.

LA ESPECIALIZACIÓN EN COCINA PARTE DE UNA INTENCIÓN CONCRETA

La especialización en cocina responde a una característica específica, que el cocinero conoce de antemano y crea o reproduce de forma deliberada, buscando realizar esa cocina en concreto y no otra. Hay un componente de intencionalidad enorme en la cocina especializada.

ORIGEN DE LA ESPECIALIZACIÓN EN COCINA

- **Neolítico: las primeras formas de especialización.** La cuestión de la especialización se inició en el periodo Neolítico, en el que la domesticación de especies vegetales y animales, a través de las primeras formas de agricultura y ganadería, respectivamente, hizo posible la primera generación de excedentes. En consecuencia, la

previsión y el almacenamiento para el medio y largo plazo permitieron una forma de cocinar distinta de la conocida hasta entonces, que contemplaba usos diferentes del consumo inmediato, surgiendo otros como la conservación y la transformación en productos elaborados (trigo molido, harina, pan, queso...). Desde un punto de vista histórico, encontraríamos aquí las primeras muestras de un claro interés e intencionalidad por realizar una cocina especializada en un producto elaborado concreto. De manera novedosa, la población tuvo acceso a elaboraciones que no habían realizado ellos mismos y que compraban o intercambiaban en el mercado como productos elaborados. Esto nos da una medida del impacto social que tuvieron las primeras formas de cocina especializada.

EVOLUCIÓN DE LA ESPECIALIZACIÓN EN COCINA

- **La especialización profesional se inicia en las cocinas de la corte y la aristocracia.** El ámbito privado acogió las primeras formas de especialización profesional que iban más allá de la producción neolítica de un producto elaborado que se intercambiaba o vendía. Para que esta especialización profesional pudiera darse, fue necesaria la abundancia de medios y recursos, que solo existía en las cocinas de las clases altas, en el ámbito privado de sus domicilios. Durante siglos, los cocineros al servicio de las élites fueron construyendo este tipo de cocina superespecializada, que creaba y reproducía arte culinario en elaboraciones bebidas o comidas, pertenecientes a los mundos dulce y salado, que se embellecían con elementos decorativos. Si lo hicieron fue porque podían cocinar pensando más allá de la mera alimentación, creando y reproduciendo con el objetivo del placer y el hedonismo en la degustación.

Aunque les dedicaremos apartados propios para explicarlas detenidamente, es fundamental señalar, en este momento, que las cuatro grandes familias de especializaciones que han generado

cocineros dedicados en exclusiva a crear y reproducir en base a un tipo determinado de elaboración requieren las siguientes diferenciaciones:

- Por un lado, la gran especialización que divide a los cocineros profesionales entre creadores y/o reproductores de elaboraciones que son comida y tienen ese uso y los que centran su trabajo en crear y/o reproducir elaboraciones que son bebida y se les da tal uso. La especialización en bebidas comenzó en los albores de la historia, en la época de las antiguas civilizaciones, cuando los primeros especialistas empezaron a producir cervezas y vinos de forma diferenciada, en exclusiva. Podemos observar que, desde entonces hasta la superespecialización que existe en la actualidad en elaboraciones bebidas (las ya comentadas cerveza y vino, pero también otras como el café o los cócteles), son cocineros diferenciados quienes dedican su trabajo a crear y reproducir este tipo de elaboraciones de aquellos que profesionalmente se centran en la comida, que conocemos como chefs y asociamos al restaurante gastronómico.
- La segunda gran especialización que genera cocineros dedicados en exclusiva a un tipo de elaboración es la que divide los mundos dulce y salado. Por una parte, encontramos profesionales que crean y/o reproducen elaboraciones dulces, entendidas como la suma de ellas que se degustan al final de una comida o una cena, con uso de postres y *petit-fours*, pero también todas las que se emplean como elaboraciones principales en la merienda y el desayuno. Por otra, los cocineros profesionales que crean y/o reproducen elaboraciones saladas, en todas sus posibles versiones.
- A las anteriores, hay que añadir la especialización destinada a un uso decorativo, muy ligada a las elaboraciones del mundo dulce, pero no únicamente. En muchos casos, quienes han sido especialistas en la decoración son previamente cocineros que se han superespecializado en el mundo dulce o en el salado y, además, se convierten en maestros del trabajo con un determinado tipo de producto o familia de productos que emplean para decorar (como en el caso del chocolate, el azúcar o el hielo).
- Por último, los cocineros que se especializan en cocinar productos y/o elaboraciones con el propósito de la conservación a corto, medio o largo

plazo, que pueden pertenecer al mundo dulce o salado, ser bebidas o comidas y que, en general, no están relacionados con el uso decorativo. Es el caso de confiteros, ahumadores, curadores, etc.

- La especialización en el restaurante gastronómico desde el final del siglo XVIII. El traslado de elaboraciones especializadas del arte culinario que los cocineros profesionales habían llevado a cabo en las casas privadas de las clases adineradas llega al ámbito público con la aparición del restaurante, con la inauguración del ámbito de la restauración gastronómica, y no antes. Aunque hubiera ámbito público en el que se vendieran elaboraciones resultado de la especialización de los artesanos, se trataban de elaboraciones propias de la cocina popular.

En las cocinas de las élites ya existían cocineros especializados en salsas, asados, pescados, etc., pero fue el hecho de que los cocineros profesionales pasaran progresivamente a ocupar las cocinas públicas de los restaurantes y a desarrollar en ellas su trabajo lo que produjo un acontecimiento que potenciaría la especialización en los mismos. Como evolución de las cocinas aristocráticas y reales, de las que se hereda este sistema, la especialización en cocina profesional quedó establecida oficialmente en los restaurantes por el sistema de brigadas creado por Auguste Escoffier. Este cambio supone que la cocina como espacio dentro del restaurante pasa a organizarse por jerarquías, en función de las elaboraciones que realiza cada una de las brigadas (grupos de cocineros profesionales), especializando a sus cocineros en determinadas elaboraciones, productos, técnicas y herramientas.

Con la evolución de los restaurantes surgen cantidad de establecimientos especializados en una cocina en concreto, que, normalmente, reproducen elaboraciones de raíz popular o que no podemos considerar arte culinario. Ejemplos de especialización en el restaurante son las pizzerías (especializadas en una elaboración en concreto), las arrocerías (especializadas en un producto no elaborado en concreto), las marisquerías (especializadas en una familia de productos no elaborados en concreto), los asadores (especializados en una técnica y herramienta concretas) o los restaurantes italianos o mexicanos (especializados en elaboraciones de la cocina popular de un determinado país).

En la actualidad encontramos restaurantes gastronómicos en los que, además del chef y todo el equipo dedicado a la cocina salada, hay un cocinero del mundo dulce que, con o sin equipo, se dedica en exclusiva a este tipo de elaboraciones. En otros casos, el cocinero especializado realiza elaboraciones fuera del restaurante gastronómico y llega al público a través del establecimiento a pie de calle, como ocurre con muchos pasteleros, con especialistas del vino y la cerveza, maestros chocolateros, del caramelo, del hielo, etc.

Hoy en día es poco habitual que el cocinero especializado cree nuevas elaboraciones, puesto que partir de una especialización supone una oportunidad para perfeccionar el virtuosismo, pero, a la vez, implica limitar, en términos de producto, técnica o herramienta (o el motivo que mueva la especialización), las opciones del cocinero. Por ello, son pocos los cocineros que hacen una cocina creativa y, además, muy especializada. Ejemplos de un trabajo especializado y creativo pueden encontrarse en los restaurantes Aponiente y Etxebarri, de los cocineros Ángel León y Víctor Arguinzoniz, respectivamente. Aponiente trabaja con todo tipo de técnicas y herramientas, pero centra su trabajo en el producto del mar, mientras que Etxebarri varía en producto, pero está muy especializado en la técnica asar ligada a la herramienta parrilla.

- **La industria alimentaria, cocina especializada desde principios del siglo xx.** Los pequeños productores, generalmente denominados artesanos, continuaron especializándose en uno o varios productos elaborados superado el Neolítico y han existido en todas las épocas históricas, llegando hasta la actualidad. La elaboración o producto elaborado en el que se especializan se pone a la venta en mercados, pequeños locales propios o con el pequeño comercio como intermediario, en función de cada momento y lugar del mundo, pero su capacidad de producir y el tamaño de su producción es limitado.

La industria alimentaria es el actor cocinero que cambió la historia de la especialización con la llegada del siglo xx y consolidó la presencia de los productos elaborados en el mercado, generando nuevas formas de consumo. Los grandes

productores especializados responden a procesos industriales, alejados de toda la producción artesanal anterior, y cuentan con cocineros profesionales y tecnólogos de alimentos superespecializados. La producción industrial de alimentos responde hoy a todas las gamas de calidad y precio, existiendo una oferta amplísima de productos elaborados por la misma.

Al igual que la producción conocida hasta entonces, pero en otro nivel y tamaño, la industria alimentaria pone a disposición del consumidor su producto a través de intermediarios, en el caso del comercio minorista, o a través del conjunto del *retail*, sin necesidad de pasar por la restauración para que su producto sea consumido. Sus productos pueden adquirirse a cambio del pago de un precio, por lo que forma parte del ámbito público de la cocina.

- **Especialización en la restauración: ¿hay siempre calidad en la especialización?** Resulta fundamental apuntar que la especialización no está únicamente asociada a la alta cocina ni a un nivel de calidad más alto, puesto que hay restaurantes especializados que reproducen elaboraciones de la cocina popular sin una gran calidad en el producto empleado para ello. Un ejemplo sería el *fast food*, una cadena de restaurantes de comida rápida especializada en hamburguesas que, desde luego, no representa la mayor calidad en carne de vacuno a pesar de su presencia internacional y su deliberada especialización en estas elaboraciones.
- **El cocinero amateur, ¿puede estar especializado?** En la cocina casera encontramos cocineros amateurs que son particularmente buenos en una especialidad, que la cocinan realmente bien y, popularmente, se dice que «tienen buena mano» para esa elaboración, una capacidad que les hace ser especialistas en ella sin haberse preparado a conciencia para ello.



¿EN QUÉ SE ESPECIALIZA UN COCINERO O UNA COCINA HOY?

Un cocinero especializado es aquel que crea o reproduce basándose en una característica concreta del proceso de elaboración que, desde la visión actual de la misma, puede incluir entre otros:

- 01 El empleo de una determinada elaboración intermedia o producto elaborado.
- 02 La reproducción de una elaboración que se degusta.
- 03 La reproducción de una familia de elaboraciones que se degustan.
- 04 El empleo de un producto no elaborado en concreto.
- 05 El empleo de una familia de productos no elaborados en concreto.
- 06 El empleo de una técnica de elaboración en concreto.
- 07 El empleo de un conjunto de técnicas de elaboración en concreto.
- 08 El empleo de una herramienta de elaboración en concreto.
- 09 El empleo de un conjunto de herramientas de elaboración en concreto.
- 10 La elección de crear/reproducir únicamente elaboraciones que pertenecen al mundo dulce o al mundo salado.
- 11 La elección de crear/reproducir únicamente elaboraciones que tienen uso de comida o uso de bebida.
- 12 El uso decorativo de las elaboraciones, que incluye la creación/reproducción de elaboraciones con uso decorativo (que puede ser además comestible).
- 13 El uso de conservación, que incluye la creación/reproducción de «conservas», elaboraciones que no perecen si no se consumen de forma inmediata.

...

No todas las elaboraciones son iguales ni cumplen la misma función

ELABORACIONES INTERMEDIAS, EMPLATADAS Y QUE SE DEGUSTAN

Ya hemos explicado que cocinar es el resultado de aplicar técnicas empleando herramientas sobre determinados productos en un proceso de elaboración. Este, en su conjunto y siempre en función de lo que se crea o reproduce, puede requerir la realización de más o menos elaboraciones intermedias.

Las elaboraciones intermedias se suman, acumulándose hasta obtener el resultado esperado, que pasa a emplatarsé. Consideramos una elaboración emplataada desde el momento en que queda colocada en el soporte que le corresponda para ser trasladada hasta el comensal o cliente y, en copada, cuando se trata de una bebida, desde el momento en el que se sirve en el recipiente del que se beberá. Una elaboración emplataada o en copada se corresponde con una elaboración que se degusta cuando, entre una y otra acción (emplatar y degustar), no se une a otras elaboraciones intermedias ni se realizan más transformaciones sobre ella.

Aunque estén pensadas como una única elaboración para degustar, las elaboraciones intermedias pueden emplatarsé en distintos soportes. Si, por ejemplo, hablamos de unos langostinos cocidos y una mayonesa, podemos encontrarlos como elaboraciones intermedias en recipientes distintos, si bien la elaboración que se degusta se entiende como una sola («langostinos con mayonesa») sin importar si se encontraban emplataadas o no en la misma. Es decir, ambas elaboraciones intermedias fueron cocinadas como una elaboración que se degusta, aunque se emplatasen por separado.

Las elaboraciones pueden ser emplataadas en el espacio cocina por un cocinero o en el espacio sala o comedor por el personal de servicio y, excepcionalmente, por el propio cliente. Este matiz nos proporciona una visión importante, pues, en función del tipo de servicio (ver pág. 338), observamos que hay emplataados que se realizan a voluntad, como sucede con el servicio a la francesa, en el que el cliente es quien decide qué elaboraciones intermedias formarán parte de la elaboración que deguste, una vez le han sido presentadas todas las disponibles.

Trataremos en este volumen la posibilidad de que, una vez emplataada, la elaboración sea nuevamente modificada, bien por el personal de servicio (ver pág. 181), bien por el propio comensal o cliente (ver pág. 152), si alguno de ellos aplica más técnicas sobre la misma empleando herramientas (si condimenta, añade una salsa o altera un punto de cocción, por ejemplo). La elaboración que se degusta sería entonces aquella que quien come o bebe ingiere, sobre la que no cabe realizar más cambios, pues se trata de la versión última antes de ser llevada a la boca.



Langostinos con mayonesa.



Pan con mantequilla.



Solomillo con patatas y mostaza.

LAS ELABORACIONES INTERMEDIAS PRESENTAN DISTINTOS NIVELES

Las elaboraciones intermedias pueden ser consideradas primarias, secundarias o terciarias, en función de los niveles de complejidad en los que se empleen en el proceso de elaboración. Considerando como ejemplo la elaboración emplataada «macarrones cocidos con salsa de tomate», observamos que:

- ▶ Está formada por dos elaboraciones intermedias primarias, que se ensamblan al finalizar el proceso de elaboración: los macarrones cocidos y la salsa de tomate.
- ▶ A su vez, estas elaboraciones intermedias primarias integran otras elaboraciones intermedias secundarias previas: en el caso de los macarrones, se parte de un producto elaborado que ha de hervirse, escurrirse y conservarse y, en el caso de la salsa de tomate, tenemos un sofrito al que se suma un tomate triturado que se ha de cocer, etc.
- ▶ Podemos incluir un nivel inferior y referirnos a elaboraciones intermedias terciarias, que se incluyen en las secundarias: en el sofrito encontramos un ajo pelado y picado que se une a una cebolla pelada y picada, que se pochan a temperatura media y, por otro lado, el tomate se ha escaldado, pelado y cortado. Unidas, todas estas elaboraciones intermedias terciarias forman la salsa de tomate.

ELABORACIONES INTERMEDIAS QUE SE REALIZAN AL PASE

Es importante considerar que las elaboraciones intermedias no siempre se pueden realizar con antelación, en una etapa previa de *mise en place* de las mismas. Es cuestión de las posibilidades de conservación (ver pág. 114) que ofrezca la elaboración intermedia que se esté realizando. Y el hecho de que admita, o no, un periodo de conservación (más o menos corto o largo) reside en su nivel de fragilidad. Si una elaboración intermedia no puede conservarse, por su naturaleza frágil (pierde o gana temperatura rápidamente, posee una textura que no es resistente, es efímera, etc.) ha de cocinarse al pase, en el momento en el que es necesaria en el proceso de elaboración. En el caso del restau-

te, el proceso de elaboración al completo está condicionado por tiempos de servicio y respuesta al cliente que generan otra forma completamente distinta de cocinar. Aparece aquí la cuestión del estrés que la inmediatez genera en cocina y la maestría (más o menos desarrollada en función del cocinero) en el control de los tiempos que el pase exige.

La segunda vanguardia de cocina de finales del siglo XX, a la que nos referiremos más adelante y que conocemos como cocina tecnoemocional (ver pág. 450), logró llevar al extremo la fragilidad en texturas y temperaturas, en estructuras y composiciones. Además, se potenció el valor de lo efímero, aquello que cambiaba o desaparecía ante los ojos del comensal. Pero el hecho de desarrollar una cocina que, en gran medida, requiere elaboraciones intermedias que apenas admiten *mise en place* o conservación, supone asumir lo anteriormente descrito: que la coordinación de cocineros al pase ha de ser impecable y que el tiempo que dure un servicio será tan frenético como lo exija elaborar al momento cada uno de los «pasos» (elaboraciones intermedias) que requiera una elaboración que se degusta que pueda calificarse de frágil y/o efímera.

¿QUÉ INDICA QUE EN EL PROCESO DE ELABORACIÓN SE INCLUYA UN MAYOR O MENOR NÚMERO DE ELABORACIONES INTERMEDIAS?

Las elaboraciones intermedias que se incluyen en una elaboración que se degusta proporcionan distintas informaciones:

- ▶ Según el número de elaboraciones intermedias que requiera la elaboración que se degusta, podemos conocer la complejidad de la misma, a la que nos referimos en la página 118.
- ▶ Dependiendo de la cantidad de elaboraciones intermedias que requiera la elaboración que se degusta y de si quien cocina realiza todas las necesarias o las sustituye por productos elaborados que adquiere ya cocinados, varía el tiempo necesario para cocinar. El empleo de productos elaborados permite reducir considerablemente el tiempo total del proceso de elaboración en conjunto.

TIPOS DE COMPOSICIÓN DE LA ELABORACIÓN EMPLATADA: ¿ES POSIBLE RECONOCER LAS ELABORACIONES INTERMEDIAS QUE FORMAN PARTE DE LA ELABORACIÓN QUE SE DEGUSTA?

La composición de una elaboración hace referencia a su versión emplatada, entendida como la suma de elementos que la constituyen sobre un soporte que los contiene: elaboraciones intermedias, productos elaborados y/o productos no elaborados.

Caben dos posibilidades generales, sobre las que apuntamos matices: las composiciones pueden ser reconocibles (cuando podemos identificar parte o la totalidad de esas elaboraciones intermedias, productos elaborados o productos no elaborados que las forman) o irreconocibles (cuando no hay manera posible de identificar elaboraciones intermedias ni productos de ningún tipo).

► Cuando una composición es completamente uniforme y homogénea, no es posible identificar elaboraciones intermedias diferenciadas. El proceso de elaboración puede hacer que las elaboraciones intermedias primarias sean irreconocibles (totalmente cuando son secundarias o terciarias) en la elaboración que se degusta, cuando las técnicas de elaboración empleadas las transforman de manera que, una vez terminado el proceso, no es posible reconocer distintos elementos en la composición final. Sucede así, por ejemplo, en una crema de verduras, en la que las elaboraciones intermedias primarias (cada una de las verduras empleadas, peladas, cortadas y cocidas antes de triturarse juntas) no son reconocibles en el momento de degustar la elaboración.

Es fundamental señalar que, aunque no sean identificables o reconocibles, las elaboraciones que hayan sido necesarias (primarias, secundarias o terciarias) para llevar a cabo la elaboración emplatada forman parte de su composición, pues «residen» en ella.

► La cuestión cambia si a la misma crema se añade aceite de oliva y parmesano rallado, reconocibles sobre la composición homogénea. Estaríamos ante una elaboración emplatada en la que podemos reconocer elaboraciones intermedias/productos elaborados, que se han añadido sobre la elaboración. En este caso, identificaríamos algunos elementos de la composición, pero no la totalidad de los mismos.

► Por otro lado, cuando una composición final no es uniforme es porque presenta elementos heterogéneos. Podemos hablar entonces de elaboraciones intermedias de primera que son reconocibles en el momento de la degustación, integradas y formando parte de una elaboración emplatada, en la que ocupan un lugar concreto sobre la herramienta que las contiene. La composición establece, en este caso, una relación de posición entre los elementos que la componen, que afecta a su orden, distancia y volumen.

En estos casos, podríamos reconocer características propias en cada una de ellas, que de otra forma adjudicaríamos a la elaboración que se degusta como unidad final sobre la que no se realizan más modificaciones. La composición de esta podría basarse en el hecho de que las elaboraciones intermedias que la forman respondieran a distintas texturas, temperaturas, olores o aromas, sabores o gustos básicos, tener fragilidades y ligerezas distintas o requerir distinto número de bocados para ser ingeridas o degustadas. Además, podrían presentar colores y formas diferenciados entre ellas e, incluso, podrían encontrarse en estados crudos e incrudos (no crudos) combinados en la misma elaboración que se degusta.

Un ejemplo de elaboración para reconocer características distintas en las elaboraciones intermedias que forman la composición emplatada sería un solomillo Wellington con patatas Anna, cebolletas glaseadas y salsa de oporto. Las elaboraciones intermedias presentan texturas variadas, desde la salsa espesa hasta la carne, que es jugosa, dentro de un hojaldre quebradizo. También hay colores distintos: el marrón de la salsa, el rosado de la carne dentro del crema del hojaldre o el blanco reconocible de las cebolletas. Además, la fragilidad del hojaldre relleno y la de las patatas son distintas y, mientras una cebolleta glaseada se puede tomar de un bocado, hay otras elaboraciones intermedias que requerirán un número mayor, como el solomillo o las patatas. Otro caso es el que una elaboración emplatada presenta elaboraciones intermedias con características particulares sería un ceviche, en el que encontramos la elaboración intermedia corvina marinada incruda, un maíz seco incrudo y, por ejemplo, una cebolla cortada cruda. Adicionalmente, hay presencia de gustos básicos variados: ácidos (por la lima), pero también salados, y distintos colores (el amarillo del maíz, el morado de la cebolla, el

blanco-rosáceo del pescado...) y formas (dados, tiras, etc.) en la misma herramienta de emplatado, que recoge una textura masticable y jugosa en la corvina, acompañada del crujiente del maíz y la cebolla.

Además de las opciones explicadas, en algunas ocasiones hay elaboraciones intermedias que cumplen una función decorativa (ver pág. 322) en la composición final, sean o no comestibles, especialmente en la cocina del mundo dulce (ver pág. 316) y en la especialización de la pastelería.

Dicho lo anterior, partimos de aceptar que, en unos casos, las características de la elaboración que se degusta se encuentran en esta como unidad, pero, en otros, podemos encontrar que cada elaboración intermedia presenta unas características propias, recogidas todas ellas en la composición de la elaboración emplatada. De todos modos, esta incluirá todas las elaboraciones intermedias (por ejemplo, una salsa de tomate hecha artesanalmente), todos los productos elaborados empleados como elaboraciones intermedias (por ejemplo, la pasta) y todos los productos no elaborados (por ejemplo, una hoja de albahaca que convertimos en una elaboración) que se hayan utilizado en el proceso de elaboración, que quedan recogidos en la composición de la elaboración, una vez emplatada y lista para degustarse.

LA COMPOSICIÓN DE UNA ELABORACIÓN EMPLATADA PUEDE TOMAR UN CARIZ ARTÍSTICO

Tomando como referencia el lenguaje visual propio del arte, se entiende que la organización de elementos hace referencia a un conjunto visual, que podría ser un cuadro, por ejemplo, pero que entendemos aplicado a la cocina como una elaboración y su emplatado. En este sentido, componer en cocina es organizar, decidir la relación que se establece entre los diferentes elementos (elaboraciones intermedias, productos elaborados o productos no elaborados) que se integran en la elaboración en el momento en que pasa a estar emplatada.

La cuestión de la composición puede complicarse cuando la herramienta de emplatado es un recipiente distinto de un plato, como una copa o un vaso, novedad que introdujo la *nouvelle cuisine* (ver pág. 450) y que se consolidó con la cocina tecnoemocional. Esta idea de conjunto se da en las artes visuales, pero es también una realidad diaria en la cocina. La distribución de los elementos que componen la elaboración que se degusta puede ser parte del mensaje que el cocinero envía al cliente o comensal a través de la comida o bebida que degusta.



¿Es la misma persona quien elabora un café y un entrecot? ¿Un vino y una sardina? ¿Un pan y una cerveza? ¿Son todos cocineros?

Al comenzar este libro, hemos hablado de la diferencia entre las elaboraciones que consideramos comida y las que denominamos bebida, explicando similitudes y diferencias entre ellas y definiéndolas. Partiendo de la base de que tanto comida como bebidas son elaboraciones que se degustan, para cubrir necesidades fisiológicas o por hedonismo, todas ellas son resultado de un proceso de elaboración cuando van a degustarse y, por tanto, unas y otras han sido cocinadas. Entendido lo anterior, nos centramos ahora en observar la realidad de una cocina especializada basada en el uso de la elaboración que se degusta, que es una de las ramas más importantes de la especialización en cocina desde un punto de vista histórico. Y es que hay cocineros que se dedican en exclusiva a crear y reproducir elaboraciones con uso de comida, pero también hay otros cocineros (aunque veremos que tienen nombres propios en función de la bebida que realizan) que se dedican profesionalmente a crear y reproducir, o producir, elaboraciones con uso de bebidas.

ESPECIALIZACIÓN ARTESANAL, ESPECIALIZACIÓN INDUSTRIAL

En el ámbito público de la restauración, en el que se da una cocina artesanal y, particularmente, en el restaurante gastronómico, encontramos que son profesionales diferentes quienes cocinan comidas y bebidas. En un restaurante hay especialización por partidas organizadas por elaboraciones y, además, hay una división por comida/bebida, pues son los cocineros quienes elaboran comida y, el personal de servicio y sala, bebidas. Salvo excepciones, en las que puede haber roles compartidos porque el personal de servicio elabore comida en sala o porque, puntualmente, el cocinero realice una bebida en cocina, este es el esquema de especialización que rige en el restaurante. Por ejemplo, un jugo de naranja lo elabora un actor de servicio, pero una naranja exprimida para un sorbete la prepara un cocinero (que, a su vez, puede estar especializado en el mundo dulce, si solo realiza elaboraciones que corresponden al mismo, como trataremos más adelante). Si nos referimos a la realidad fuera del restaurante gastronómico, pero hablamos de cocina artesanal en otros establecimientos que forman parte de la hostelería,

observamos que, en este caso, la especialización se da por elaboraciones. Hablamos de bartenders, si elaboran cócteles, de baristas si elaboran café, etc. En el mundo de la especialización por elaboraciones que son comida, los profesionales que tienen «nombre propio» como especialistas son los panaderos si cocinan pan, reposteros y confiteros si cocinan dulces, confituras y pastas, pasteleros si cocinan pasteles y tartas, chocolateros si cocinan chocolate, heladeros si cocinan helado... Como vemos, predominan los superespecialistas en elaboraciones dulces.

En el caso de la industria alimentaria, sea de pequeña o gran producción, se da una cocina que produce. En ella, hay algunos especialistas que sí tienen «nombre propio» como los enólogos, si cocinan vino, o los maestros cervecedores, si cocinan cerveza. Puede darse el caso de que no tengan un nombre en particular como especialistas y, entonces, nos referimos a ellos como tecnólogos de alimentos, cuyo trabajo se suma al de los cocineros de la industria para obtener elaboraciones con uso de bebidas. Hay muchas elaboraciones con uso de comida que también se producen gracias al trabajo de tecnólogos y cocineros especializados, en un tándem que permite obtener resultados gracias a la combinación de los conocimientos de ambos profesionales. Por ejemplo, si se producen jamones, queso o salmón ahumado, son necesarios los conocimientos del tecnólogo y del cocinero que los aplica a la producción. El trabajo de los tecnólogos se suma a un proceso de por sí industrializado, en el que puede llegar el caso de que quien literalmente cocine, produzca, sean máquinas diseñadas para tal fin.

Además, en relación con los especialistas nos planteamos dónde está el límite de cocinar. Imaginemos el caso de un sumiller, que ha comprado un vino concreto, lo ha dejado envejecer (decisión que afecta al producto directamente), lo ha descorchado (técnica) y servido (técnica) con unas herramientas concretas, encopándolo en su herramienta de degustación, una copa, y convirtiéndolo en elaboración encopada o emplatada. Sucede lo mismo si hablamos de crear en cocina y no solo de reproducir. Son cocineros diferentes quienes crean comida y quienes crean bebida.

COCINA ESPECIALIZADA EN ELABORACIONES CON USO DE COMIDA

El cocinero especializado en crear y/o reproducir elaboraciones con uso de comida, se conoce generalmente como cocinero o chef, en el caso de un restaurante. Si, además de estar especializado en elaborar comida, responde a otra especialización que diferencie comida del mundo dulce de comida del mundo salado, hablaríamos de un pastelero, un panadero, un heladero o un repostero.

Todos los cocineros que cocinan comida trabajan con todos los estados posibles de la materia, pues la definición de «comida» responde a todos ellos:

- ▶ Podemos decir que para hablar de elaboraciones comida sólidas estamos contemplando un amplio espectro de texturas dentro del sólido. Es sólido lo que, para poder degustar, pinchamos y cortamos o tomamos con otras herramientas de degustación y que, después, en boca, masticamos (por su mayor o menor firmeza).
- ▶ Son elaboraciones comida líquidas aquellas cuya textura puede ser más o menos densa, pero que pueden beberse o sorberse por medio de una herramienta de degustación como una cuchara.
- ▶ Son sólidas-líquidas todas las comidas que se encuentran en los grises entre los dos estados anteriores, pues están compuestas por elaboraciones intermedias que presentan estados distintos, sólidos y líquidos. Las gelatinas, los sfericos, las espumas o purés están en la frontera.
- ▶ Son líquidas-sólidas las comidas en las que, de nuevo, se combinan estados de la materia y en una elaboración líquida hay elementos sólidos que la acompañan, elaboraciones intermedias de menor o mayor tamaño.

En el límite estarían las elaboraciones más etéreas, que no incluyen un estado gaseoso, pero que, como sólidos son ligeros y fugaces, como, por ejemplo, una burbuja de chocolate delicadísima, tan fina que se deshiciera al tacto.

COCINA ESPECIALIZADA EN ELABORACIONES CON USO DE BEBIDA

El cocinero especializado en crear y/o reproducir elaboraciones con uso de bebida no responde a un nombre único y, en general, existe debate sobre si se le podría denominar también «cocinero» por la confusión que esto genera al asociarse a las elaboraciones del mundo salado que son comida. Entonces, como ya hemos explicado, quienes se especializan en crear y/o reproducir bebidas responden a denominaciones propias de la elaboración que realizan. No hay un cocinero especializado con un nombre «generalista» para las bebidas, como «chef» o «cocinero» lo es en las comidas. Así, encontramos especialistas barmans, baristas, enólogos, etc.

Los cocineros especializados en bebida se centran en líquidos, líquidos acompañados por sólidos o líquidos que, además, incluyen elaboraciones intermedias aéreas o gaseosas:

- ▶ Hablamos de elaboraciones bebidas líquidas que, por su textura y densidad, se beben. Dentro de los numerosos líquidos que pueden ser bebidas, encontramos jugos/zumos, aguas, infusiones, triturados, licuados, fermentados, destilados, etc.
- ▶ Hay bebidas que, además de ser líquidas, recogen un estado sólido en alguna de sus elaboraciones intermedias, cuando se acompañan de hielo, frutos crujientes en un combinado o cóctel, una aceituna, etc.
- ▶ Por último, hay bebidas que, además de ser líquidas, recogen un estado aéreo, cuando se acompañan de una espuma, como en el caso de una cerveza o de algunos cócteles actuales.

“ En la industria encontramos, por una parte, a los tecnólogos de alimentos y, por otra, a los cocineros que se dedican a ensamblar ”

ELABORACIONES SÓLIDAS



ELABORACIONES SÓLIDAS / LÍQUIDAS



ELABORACIONES LÍQUIDAS



ELABORACIONES LÍQUIDAS / SÓLIDAS



El sabor como generador de dos universos culinarios: el mundo dulce y el salado

Como ya hemos comentado en el apartado relativo a la especialización, una de las mayores divisiones en términos de profesionales de la cocina, pero también de libros y recetas, de literatura relacionada, de establecimientos de la restauración, etc., es la que resulta de separar en dos mundos (entendidos como dos esferas, dos grandes grupos) las elaboraciones creadas y reproducidas en base a un criterio de sabor predominante dulce o salado. Así, diferenciamos entre las elaboraciones saladas y las dulces, pero hemos de aclarar que clasificarlas en uno u otro mundo también responde a la consideración de su uso, del momento de la degustación en el que se incluyen y del papel que cumplen en la misma. Veremos que existen elaboraciones sin sabor predominante salado que forman parte del mundo salado por la función que cumplen. En este apartado explicaremos a qué se debe esta separación en mundos diferenciados entre sí.

Aunque pueden compartir recursos, la cocina salada y la dulce poseen discursos propios en el conjunto de la historia de la cocina y la gastronomía, con actores especializados en cada una de ellas a todos los niveles (desde el restaurante gastronómico al artesano del pequeño comercio) y con públicos, momentos y establecimientos de degustación o consumo que pueden también ser diferentes. La gran cuestión es cuándo comenzaron a considerarse como dos esferas, en qué momento de la historia se adoptó esta división, puesto que sabemos que en la cocina de la Edad Media no hubo excesiva diferenciación entre el mundo dulce y el salado.

La mayoría de las veces cocina y pastelería se separan, como si esta, por ser una especialización, no fuera también cocina. Por eso, no queremos, en ningún caso, plantear esta diferenciación como una ruptura, pues las elaboraciones de los dos mundos forman parte del todo de la cocina y se complementan mutuamente. En el mejor de los casos, los mundos salado y dulce se combinan en una misma comida o cena, en dos tiempos, sumándose lo mejor de ambos a la degustación y proporcionando una sensación de distintos actos en una misma obra.



¿QUÉ ES EL MUNDO SALADO?

Entendemos por mundo salado el conjunto de elaboraciones con uso de comida que se han creado y reproducido a lo largo de la historia, en las que el sabor o gusto predominante es el salado, aunque puedan incluir otros. Pero hay elaboraciones, como la crema de calabaza o el melón con jamón que no cumplen esta norma de un gusto salado predominante y, sin embargo, pertenecen al mismo. Casos como estos nos impiden generalizar que las elaboraciones del mundo salado no incluyen otros gustos en ellas. Las elaboraciones del mundo salado se degustan en cualquier momento del día, pero, en general, son las principales y las más presentes en comidas y cenas.

¿QUÉ ES EL MUNDO DULCE?

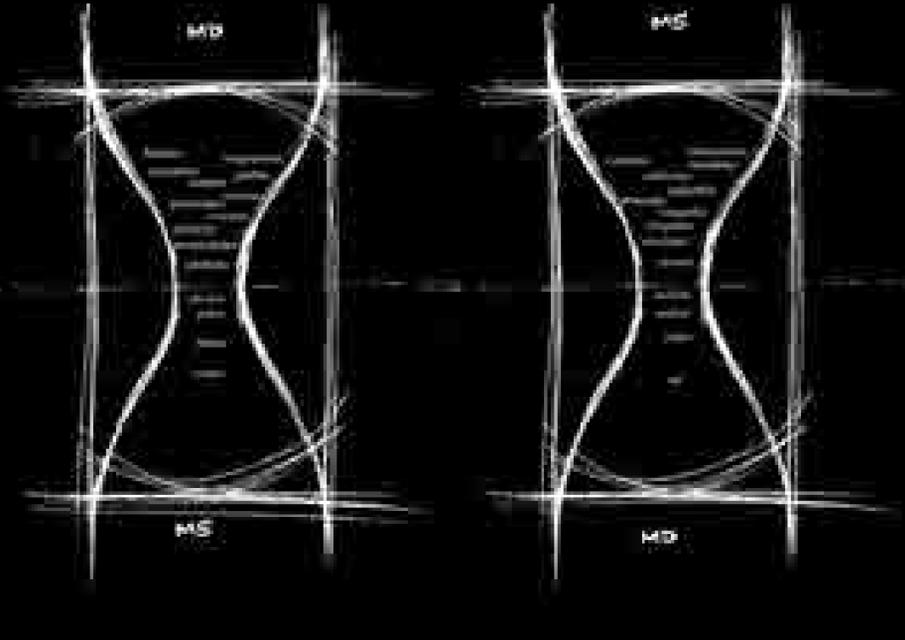
Entendemos por mundo dulce el conjunto de elaboraciones con uso de comida que se han creado y reproducido a lo largo de la historia, en las que el sabor o gusto predominante es el dulce, aunque puedan incluir otros. A diferencia del mundo salado, es difícil encontrar en estas elaboraciones que rompan la norma del gusto dulce predominante. Son muy pocas las elaboraciones con gusto predominante salado que formen parte de esta especialidad. Estas elaboraciones se pueden consumir en cualquier momento del día, pero, normalmente, responden a la franja horaria del desayuno o la merienda y, en las comidas y cenas, de estar presentes, se incluyen en un último momento, a modo de cierre, y son conocidas como postres.

Las elaboraciones del mundo dulce se conceptualizan en familias, partiendo de la idea general de postre (como elaboración dulce que se toma al final de una degustación), pero que, a la vez, incluye pasteles, tartas, helados, chocolates, mermeladas, caramelos, bollos, etc. La pastelería puede ser la cocina especializada más conocida si predomina el gusto dulce, pero no es la única. Reposteros, heladeros o maestros chocolateros son también cocineros especialistas del mundo dulce.

¿DÓNDE SE COCINAN Y SE DEGUSTAN LAS ELABORACIONES DEL MUNDO DULCE?

Como decíamos, para comprender las elaboraciones dulces es importante saber si existen espacios específicos para estos productos o elaboraciones, donde se realizan y se venden u ofrecen. Además de las cocinas de los restaurantes en los que se cocinan elaboraciones del mundo dulce, existe otra versión del ámbito público fuera de la restauración gastronómica en el que podemos encontrarlas. Se denominan obradores a los espacios en los que cocineros especializados del mundo dulce realizan elaboraciones, literalmente, el lugar en el que las elaboran o producen, que suele disponer de un despacho de venta al público o desde el que se produce la distribución, si lo hacen, para el consumo en la restauración gastronómica. Además de en su propio obrador, los especialistas del mundo dulce pueden poner a la venta el resultado de su trabajo en las tiendas que forman parte del *retail*, del comercio minorista, que puede ser especializado (una pastelería) o generalista (un mercado, una tienda *gourmet*, etc.).

“ En ocasiones, el límite entre los mundos dulce y salado lo define el uso de la elaboración y no solo su gusto básico predominante ”



Simbiosis mundo dulce/ mundo salado: las técnicas, los productos, las elaboraciones intermedias e, incluso, la terminología de uno de los dos mundos pasa al otro y viceversa.

LA SIMBIOSIS ENTRE EL MUNDO DULCE Y EL MUNDO SALADO

A lo largo de la historia se han producido muchísimos trasvases entre ambos mundos y cocineros de ambas especialidades han aplicado técnicas empleando herramientas tanto de preelaboración, como de elaboración y conservación, creadas y normalmente empleadas por cocineros especializados en el sabor contrario. Esto quiere decir que un pastelero puede emplear una técnica, que normalmente utilizaría un chef, si es capaz de darle significado creando una nueva elaboración intermedia con ella. Igualmente, ambos mundos comparten y han compartido siempre determinados productos, elaborados y no elaborados, que han pasado de uno a otro generando nuevas posibilidades de crear a sus especialistas.

Se han producido intercambios de elaboraciones que se crearon en el mundo salado y fueron reinterpretadas en una versión dulce y viceversa. Y así ha ocurrido también con conceptos y conocimientos que cocineros de ambas especialidades han sabido tomar unos de otros y adaptarlos a su trabajo en las elaboraciones del mundo correspondiente.

¿POR QUÉ DIFERENCIAR ENTRE DOS MUNDOS, DULCE Y SALADO?

Esta es una respuesta respaldada por un doble argumento. Por un lado, diferenciar entre un mundo dulce y otro salado supone evidenciar que son cocineros superespecializados los que crean y reproducen las elaboraciones en cada uno de ellos y basan este rasgo profesional en el gusto predominante de la elaboración: dulce o salado. Por otro, el segundo motivo que lleva a hablar de dos mundos distintos parte de entender la degustación en dos tiempos: todo lo que sucede antes de que llegue el postre y el postre en sí mismo. Esto no implica que, en la fase primera salada, solo se deguste este sabor (como hemos explicado) y ocurre lo mismo en el caso del dulce. Pero sí es verdad que este orden se corresponde con el gusto que predomina normalmente en cada uno de ellos.

Veremos que la cuestión de sabor principal o predominante irá generando diferentes contradicciones o problemas para definir elaboraciones que, *a priori*, pueden resultar dulces, como una sopa de remolacha con yogur, o estar en un término medio, como un pato a la naranja. Será el momento de degustación el que, en muchos de estos casos, nos ayude a saber a qué mundo pertenecen y qué tipo de cocinero las ha elaborado.

¿DESDE CUÁNDO SE DIFERENCIA EL CONCEPTO DE MUNDO DULCE Y MUNDO SALADO?

Este término por «mundos» surgió en el restaurante elBulli en la década de los noventa del siglo XX, con la cocina tecnoemocional, al comprenderse que, en la experiencia de degustación que vive el cliente en el restaurante, hay realmente dos «mundos» diferentes. Para cada uno de ellos, en muchos casos, encontramos en la cocina especialistas distintos y, en función de los mismos, cada uno tiene elaboraciones propias. Anteriormente, sí se hablaba de pasteleros o reposteros, pero no de una diferencia entre dos mundos que abarcan elaboraciones con gustos primarios diferentes en base a un uso concreto dentro de la degustación.

Ambos mundos tienen en común que, a pesar de que pueden realizarse excepcionalmente bebidas en ambos, la mayor parte de las elaboraciones que crean y reproducen son comidas o tienen ese uso. El papel de la bebida, sin embargo, ligado al consumo de unas u otras elaboraciones del mundo dulce o salado puede ser maridar unas y otras, por lo que la bebida en sí misma (independientemente de su gusto o sabor predominante) cambia en el caso de acompañar a uno u otro mundo.

CONFUSIÓN AL CLASIFICAR ELABORACIONES DENTRO DEL MUNDO DULCE O SALADO

Lo que cocina un especialista de uno u otro mundo son elaboraciones comida y elaboraciones bebida, pero ¿cómo encajarían estas dos especializaciones?

- Observamos que, en el marco de la comida, parece más sencillo distinguir entre cuáles encajan en una especialización u otra, pues se asocian a distintos momentos dentro de la degustación. Por ejemplo, un pescado a la parrilla que se degusta como plato principal o segundo plato en una comida, o al menos como elaboración que forma parte de la primera parte de una comida, encaja en el mundo salado. Una macedonia de frutas, que suele tomarse para terminar la comida, en el último momento de la misma, pertenece al mundo dulce. En ambas elaboraciones, el gusto predominante y momento de la degustación encajan en su especialización.
- Sin embargo, en el caso de la bebida, que el gusto predominante y el momento de degustación que las haría formar parte de uno u otro mundo encajen no es tan obvio. En primer lugar, sus gustos básicos no son tan evidentes, porque ¿un vino es dulce o salado?, ¿en qué esfera lo clasificaríamos? Entendido como acompañante de elaboraciones del mundo salado, encajaría en este, pero no es exclusivo del mismo, puesto que se maridan degustaciones más allá de la comida del mundo salado, también se maridan postres. En el caso de los cócteles podríamos considerarlos en uno u otro mundo en función de cuándo se degusten, antes de una comida o cena, después de la misma, durante la misma... ¿Y un zumo de tomate? Es salado, pero ¿sí se toma sin acompañar otras elaboraciones, de forma aislada?

Como vemos, se trata de una cuestión de superposición de criterios en base a una especialización (mundo dulce y mundo salado, de una parte, y comida y bebida, de otra) que no siempre encaja a la perfección.

“ En función del momento del día en que degustamos, mezclamos sabores en la comida y la bebida con uno u otro criterio. Se trata de una cuestión compleja ”

MUNDO DULCE



MUNDO SALADO



¿Se cocinan elementos decorativos? ¿Se comen las decoraciones?

La decoración es uno de los usos posibles de las elaboraciones resultantes de cocinar, paralelo o complementario a la degustación. Esto implica que a lo largo de la historia se han decorado elaboraciones (de la cocina popular y del arte culinario, comidas y bebidas, dulces y saladas) con el propósito de embellecerlas y degustarlas, pero también que hay elaboraciones intermedias creadas con el propósito de emplearse como elementos decorativos dentro de una composición final y que no se degustan, aunque sean comestibles. Si la decoración en la cocina existe y, además, puede considerarse una especialización es porque hay un componente de búsqueda de la belleza a través de la comida y la bebida, o en las mismas como resultados.

“La decoración en la cocina puede ser «fea», todo depende de quién la observa, como ocurre con el arte”

LA EVOLUCIÓN DEL USO DECORATIVO EN EL ARTE CULINARIO

Cocinar para decorar responde, normalmente, a la voluntad de embellecer aquello que se va a degustar. De acuerdo con esto, es lógico que el uso decorativo de la cocina se haya desarrollado exponencialmente en el arte culinario, asociado al cual se convierte en una especialización en cocina y, de forma mucho más modesta, en la cocina popular, en la que el uso decorativo está asociado a días festivos o celebraciones concretas. Basado en la exuberancia y rozando lo excesivo unas veces, abogando por la sencillez y la pureza, otras, el arte culinario ha perseguido el concepto de belleza propio de cada época, trasladándolo al plato del comensal con un peso u otro del uso decorativo de las elaboraciones.

- ▶ Desde 1600, con el origen y posterior auge de la gran cocina francesa, se vivió la época dorada del uso decorativo de las elaboraciones, tanto comida como bebida. El referente en este momento de la historia fue Marie-Antoine Carême, que creó la *pièce montée* (literalmente, «pieza montada»), un pastel de gran tamaño con uso decorativo y ornamental. En aquella época, el concepto de banquete iba asociado a un tipo de servicio concreto, un híbrido de servicio a la francesa y a la rusa. Las elaboraciones se servían en la mesa sin emplatar, resultando un enorme buffet del que los comensales iban eligiendo, mientras estaban sentados. La preocupación por la decoración estaba ligada a otros elementos: mantelería y herramientas de servicio y de degustación, que eran también muy barrocas y exageradas, como las elaboraciones. Durante más o menos dos siglos, la decoración se cuidó al extremo.
- ▶ El arte culinario cambió de escenario a finales del siglo XVIII y pasó al ámbito público, al que los cocineros trasladaron sus conocimientos, pero no la rimbombancia de los banquetes de la aristocracia. El concepto de banquete no desapareció totalmente, pero no encontramos la abundancia y la opulencia relacionadas con la decoración «excesiva», que tendió a desaparecer de forma progresiva.

- ▶ El inicio de la Edad Contemporánea tuvo como protagonista a Auguste Escoffier, que introdujo importantes cambios en la cocina del restaurante, simplificando y codificando elaboraciones, con una nueva forma de entender los matices del proceso culinario y el servicio. Se rebajó considerablemente el contexto barroco asociado a la decoración propio del siglo anterior.
- ▶ El siguiente gran salto relativo a la decoración lo introdujo, en la segunda mitad del siglo XX, la *nouvelle cuisine* francesa, que erradicó el concepto de decoración exagerada que había caracterizado a la cocina francesa durante casi cuatro siglos. Su voluntad de «no difrazar las elaboraciones» hizo que la dimensión artística de la elaboración permaneciera, pero los cocineros la desarrollaron integrando la decoración en el plato, abordando de una forma totalmente distinta y novedosa el hecho de «hacer una cocina bella». El gran giro que observamos es el hecho de que la elaboración «bella» que se degustaba estaba emplataada individualmente y casi siempre se tomaba al completo (no había elementos decorativos que no se comieran). El segundo movimiento de cocina que surgió en el siglo XX, la cocina tecnoemocional, continuó con esa línea de embellecer la elaboración decorando desde dentro, de forma intrínseca.
- ▶ Si observamos la cuestión decorativa en la actualidad, la encontramos muy ligada a la especialización, sobre todo en el mundo dulce. Vemos a grandes maestros del chocolate y del azúcar, como Rovira o Escribà, que realizan elaboraciones casi escultóricas, que pueden degustarse, pero también cumplir la función de piezas decorativas. En el caso de los maestros del tallado de hielo, se realizan elaboraciones decorativas, pero que no se degustan. Otros especialistas son los cocineros que tallan fruta y verdura, los que emplean masas con funciones decorativas o los maestros del trabajo con caramelo.
- ▶ En el momento presente encontramos autores de arte culinario que son cocineros profesionales no especialistas en elaboraciones decorativas, como Andoni Luis Aduriz o los hermanos Roca, que han realizado elaboraciones bellísimas en las que la decoración estaba presente, pero integrada. La alta cocina termina con la idea de «producto principal + guarnición + elemento decorativo» y la elaboración emplataada pasa a ser un todo, decorada como concepto global. La elaboración que se degusta lleva la decoración implícita, es bella por sí misma.

“En el siglo XX la *nouvelle cuisine* erradicó la decoración basada en el exceso y la opulencia, en lo que se comía o bebía”

EL USO DECORATIVO EN LA COCINA POPULAR

También se decoran elaboraciones de la cocina popular, reproducidas en el ámbito privado, doméstico, pero no hablamos de especialización puesto que se trata de cocina amateur. En este caso, decorar las elaboraciones forma parte del ambiente festivo, asociado a celebraciones como Navidad o un cumpleaños. La misma elaboración no se «embellecería» para el consumo diario, pero en una ocasión especial se decora como parte de la celebración.



Cocinar respetando el protagonismo de un producto principal en la elaboración que se degusta: la cocina de producto

Para explicar qué es la «cocina de producto» necesitamos un orden muy concreto en el discurso, puesto que son varias las cuestiones que determinan y definen esta denominación. En primer lugar, debemos aclarar que toda la cocina que se crea y reproduce es de producto en cuanto que no hay proceso culinario sin producto, no se puede cocinar sin él. Pero esta calificación responde a las siguientes características de la cocina.

El protagonista, dentro del proceso de elaboración y también en el momento de la degustación, es el producto empleado, sea el que sea, más que las técnicas y las herramientas que se han utilizado para transformarlo. En este caso, técnicas y herramientas se ponen al servicio del producto, que es la prioridad del cocinero si cocina con esta voluntad, en base a la cual lo trata y transforma, pero también para quien lo degusta, que será absolutamente consciente de su presencia en la elaboración final. Para entender esta cocina tenemos que prestar atención a las características tanto del proceso culinario como del resultado final, de la elaboración que se degusta. Veremos entonces que el producto es la propia cocina, habla por sí solo, en su proceso y en su resultado.

LA COCINA DE PRODUCTO: EL PROCESO DE ELABORACIÓN

El cocinero que lleva a cabo una cocina de producto casi siempre parte del empleo de un producto no elaborado, al que somete a un nivel de elaboración concreto, que puede suponer que el producto haya sido transformado sin emplear calor o con técnicas que implican el uso del mismo, en distintos niveles de cocción y con diferentes técnicas, pero que permanece reconocible siempre porque no hay combinación con otros. En cualquier caso, la cantidad de elaboraciones intermedias totales que se hayan empleado para cocinarlo ha de ser reducida.

La cocina de producto está estrechamente relacionada con el nivel de elaboración, ya que, cuanto

más elaborado esté un producto, menos evidente será su presencia «reconocible» en la elaboración resultante. Por ejemplo, si nos referimos a un chuletón de vacuno, el empleo del producto principal determinante es evidente, nadie duda de que la carne es la protagonista. Sin embargo, un consomé que se haya realizado con huesos de vacuno pierde esa evidencia a primera vista, precisamente por su nivel de elaboración y por la combinación con otros productos, factores que, en conjunto, hacen «desaparecer» los huesos de vacuno. Por tanto, la cocina que emplea un producto principal como epicentro del proceso de elaboración y lo trata, en mayor o menor medida, pero haciéndolo siempre reconocible a quien lo degusta, es cocina de producto.

EL RESULTADO DE LA COCINA DE PRODUCTO: LA ELABORACIÓN QUE SE DEGUSTA

En la cocina de producto, este es el protagonista del proceso de elaboración, pero también de la elaboración que se degusta, independientemente de que, en cierta medida, vaya acompañado de otros productos o elaboraciones. Es decir, si un chuletón a la parrilla se acompaña de un puré de patata y una salsa bearnesa, sigue siendo una cocina de producto, porque el epicentro de la degustación reside en un único producto, sin el que el conjunto de la elaboración que se deguste pierda su sentido. La clave es que esta tiene un producto principal reconocible, que es protagonista sobre los demás (que pueden incluirse en la composición), por uno o más sentidos (a veces es la vista, otras el gusto y el olfato y, en otras, varios sentidos), pero que no ha sido mezclado ni combinado con otros en la medida suficiente para hacer que su esencia se disuelva en el plato o en el vaso, en la comida o en la bebida. No hay otros productos en la misma elaboración que superen ese protagonismo y, de haberlos (una mayonesa, como producto secundario que acompaña un pescado, producto principal de la elaboración), «falsificarían» la verdadera cocina de producto.

Hablamos de una elaboración que se degusta – una ostra, que se abre y se sirve con limón –, que también admite otros niveles de elaboración que transforman el producto con respecto a su estado original, sin ser demasiado numerosas sus elaboraciones intermedias, en la que prevalece su sabor y no se ha «disuelto» con otros. Sería el caso de la «Pipeta de gamba en sashimi y su cabeza caramelizada», una elaboración de elBullirestaurante en la que se han aplicado diferentes técnicas e incluso una herramienta de degustación específica (la pipeta), pero que mantiene como protagonista un único producto, que se presenta en diferentes versiones dentro de una misma elaboración.

LA COCINA DE PRODUCTO COMO ESPECIALIZACIÓN

Si la cocina de producto se centra en el empleo de un producto no elaborado en concreto o en una familia del mismo o en una técnica o herramienta determinada que se utiliza sobre él, podría suceder que, además de realizar una cocina «de producto», el cocinero estuviera llevando a cabo una cocina «especializada». Ocurre así en el ámbito público en establecimientos como las marisquerías, los asadores de carne o los restaurantes especializados en pescados.



“ Del chuletón al consomé existe toda una gradación en el nivel de elaboración del producto principal, el vacuno: ¿las dos son cocina de producto? ”

PRODUCTO PRINCIPAL DETERMINANTE: ARROZ



PRODUCTO PRINCIPAL DETERMINANTE: ALCACHOFA



PRODUCTO PRINCIPAL: TOMATE



PRODUCTO PRINCIPAL DETERMINANTE: OSTRA



PRODUCTO PRINCIPAL: CABALLA



PRODUCTO PRINCIPAL: FRESA



MUY POCO ELABORADO



POCO ELABORADO



ELABORADO



MUY ELABORADO



¿Qué es en realidad lo «natural» en cocina? Algunas aclaraciones básicas

Hablar de una cocina natural en el sentido estricto de la palabra es complicado, ya que la cocina (como suma de procesos y resultados) la hacen los humanos y no la naturaleza. Ya hemos indicado que la naturaleza provee y, en ocasiones, transforma, por lo que consideramos que puede ser «cocinera». Pero un proceso de elaboración llevado a cabo por un ser humano no es natural, es algo que no existía y que fue creado, empleando la naturaleza como proveedora de productos. Dicho esto, cuando nos referimos a «la cocina natural» estamos aludiendo a aquellos procesos culinarios en los que se emplean productos naturales, muy ligados a la cuestión de la cocina para la salud.

Hasta que la agricultura y la ganadería comenzaron en el Neolítico, toda la cocina y la comida realizadas habían sido naturales, pues los productos naturales no habían sido «mezclados», como ocurrió a partir de entonces con los cruces, hibridación y desarrollo de nuevas especies a partir de la domesticación. A lo largo de dos millones y medio de años de prehistoria e historia, el ser humano ha tratado de mejorar la naturaleza adaptándola a sus necesidades, haciendo «más y mejor» comestibles los productos que esta le brinda. Con el paso del tiempo, el número total de productos naturales (salvajes o silvestres) que se consumen se ha reducido considerablemente, aumentando la cantidad de productos artificiales (cultivados o criados) presentes en la dieta humana. Por ello, resulta imprescindible, si vamos a explicar a qué nos referimos con la idea de una «cocina natural», que aclaremos lo siguiente:

- Son productos naturales todos aquellos que proceden directamente de la naturaleza y no han sido elaborados por parte del ser humano. Es decir, se trata de especies que se mantienen en su estado original y son muy pocas en relación con el total de productos disponibles. Los productos naturales no están domesticados y pueden ser salvajes (especies animales no domesticadas) o silvestres (especies vegetales no domesticadas).
- Son productos artificiales todos aquellos que si han sido domesticados, es decir, que se dan

en la naturaleza, pero son resultado de la intervención humana sobre una o más especies animales o vegetales, que se cultivan o se crían, dando como resultado productos criados (especies animales domesticadas) o cultivados (especies vegetales domesticadas). Son la mayor parte de los productos disponibles para el consumo hoy en día.

- Hay otro formato de producto artificial que no se da en la naturaleza, no se cría ni se cultiva, sino que es creado por el ser humano fuera de ella. Nos referimos a los productos sintéticos, obtenidos mediante procesos químicos a partir de sustancias más sencillas. Los sintéticos se consideran productos elaborados, a diferencia de los productos naturales y de los artificiales criados o cultivados, que son productos no elaborados. Un ejemplo de producto sintético es el aspartamo, edulcorante no calórico creado químicamente.

Teniendo esto en consideración, la «cocina natural», en relación con los productos, sería toda aquella que emplee en sus procesos de elaboración exclusivamente productos naturales, es decir, no criados ni cultivados por el ser humano. En casa o en el restaurante, en cualquier versión del ámbito público o privado, el cocinero puede decidir realizar una cocina natural. Esta decisión, sin embargo, puede limitar las elaboraciones que se pueden cocinar, así como los lugares de los que puede obtener los productos necesarios para realizarlas.

No debería confundirse en ningún caso la «cocina natural» con la cocina «al natural», expresión empleada para hacer referencia a procesos de elaboración que apenas transforman el producto, que se mantiene rozando el límite entre la preelaboración y la elaboración, pero cuya clave es la mejor disposición o preparación de un producto para poder ser degustado sin apenas alterarlo, sin necesidad de muchas elaboraciones intermedias y con un nivel de elaboración bajo.

Dicho lo anterior, podemos plantear la controversia existente sobre la idea de la «cocina natural» como una cocina mejor o más apropiada para las

necesidades del ser humano, ligada a la salud, en la que se asume que lo «natural» no lleva pesticidas, cuando, en realidad, esto es otro concepto en sí mismo, que responde a las etiquetas «eco» y «bio» que tratamos al hablar de la cocina responsable (ver pág. 380). Una cosa es que algo sea natural, porque como producto se da en la naturaleza, y, otra, es la idea de «natural» que se asocia a lo que medioambientalmente es mejor. A ello se superpone, además, otra confusión: cuando se emplea «natural» como adjetivo que describe un zumo o un yogur, por ejemplo. En estos casos el concepto que se aplica no es «procedente de la naturaleza» sino que no está mezclado o que no tiene mucha elaboración.

La idea socialmente aceptada que se tiene de este término no se corresponde con su viabilidad empírica, ya que casi ninguno de los productos que conocemos se encuentran en el mismo estado en el que la naturaleza los creó. Incluso si una planta de tomate nos parece un producto natural, la planta que conocemos es resultado de una domesticación de la planta salvaje de tomate originaria, cuyo fruto no es sabroso, carnoso ni apetecible. Desde el Neolítico, el hombre ha mejorado muchos productos para la cultura y el gusto humano, especies tanto vegetales como animales, que se han domesticado para su consumo. Por eso es tan interesante el debate que puede plantear esta cuestión, ya que, en parte, gracias a «los productos artificiales criados y cultivados», las civilizaciones, a lo largo de la historia, han podido asentarse en un lugar, crecer y desarrollarse en él, producir crecimiento económico y bienestar a sus poblaciones, evitando hambrunas propias de los momentos de escasez.

Expuesto lo anterior, nos situamos en la realidad de una cocina que diariamente crea, pero, sobre todo, reproduce y alimenta a siete mil millones de personas en el mundo. Y nos planteamos la posibilidad real de que hoy en día todo lo que comiéramos fuese natural. En un mundo de recursos limitados, con una población en crecimiento, las personas ocupan cada vez más espacio, restándose a la naturaleza. Como consecuencia, se han ido generando opciones de consumo basadas en productos artificiales (criados y cultivados) y en productos sintéticos (creados por el ser humano), que jugarán un papel muy importante de aquí en adelante, de cara al *boom* demográfico que vive el planeta y a la cantidad de población que hay que alimentar y habrá que seguir alimentando en el futuro.

BIOLOGÍA, AGRONOMÍA Y ZOOTECNIA

Biología, RAE

1. f. Ciencia que trata de los seres vivos considerando su estructura, funcionamiento, evolución, distribución y relaciones.

Agronomía, RAE

1. f. Conjunto de conocimientos aplicables al cultivo de la tierra, derivados de las ciencias exactas, físicas y económicas.

Zootecnia, RAE

1. f. Arte de la cría, multiplicación y mejora de los animales domésticos.

Como ciencia que estudia los seres vivos, la biología podría determinar qué productos podemos considerar genuinamente naturales y cuáles, a pesar de cultivarse o criarse en un medio natural, de acuerdo con su evolución, han pasado a ser especies artificiales, creadas como tales por el ser humano y que no estarían presentes en la naturaleza de otro modo.

Por otra parte, la agronomía y la zootecnia (que no deben confundirse en ningún caso con la agricultura y la ganadería) son ciencias dedicadas al óptimo rendimiento de la producción del suelo y de las especies animales, respectivamente. La agronomía tiene como foco de atención y estudio el suelo, en el que se plantan especies vegetales. La zootecnia, sin embargo, se centra en hacer posible el mayor aprovechamiento de las variedades y especies animales, teniendo en cuenta el bienestar de las mismas.

Las tres disciplinas científicas aplican conocimiento que se traduce en el cultivo o cría, en la explotación de productos no elaborados (en cuanto que seres vivos) que se emplearán para cocinar, y el hecho de que existan ayuda a reforzar la idea de que todo lo criado o cultivado no es natural, pues supone una intervención del ser humano, entendida también desde la aplicación de conocimiento. Como especialidad dentro de la biología, la ecología (ver pág. 381) también se enmarca aquí como proveedora de conocimiento que cuestiona «lo natural».

“¿Se podría cocinar solo con productos naturales para los más de 7000 millones de población mundial actual?”

PRODUCTO NATURAL SILVESTRE/SALVAJE



PRODUCTO PRODUCIDO CULTIVADO/CRIADO





Servir sigue al acto de cocinar: actores, tipos y tiempos del servicio

¿QUÉ ES O QUIÉNES SON «EL SERVICIO»?

SERVICIO

RAE

1. m. Acción y efecto de servir.
16. m. Organización y personal destinados a cuidar intereses o satisfacer necesidades del público o de alguna entidad oficial o privada.

SERVIR

RAE

9. intr. Asistir a la mesa trayendo o repartiendo los alimentos o las bebidas.
15. tr. Poner en un plato, vaso u otro recipiente la comida o la bebida que se va a tomar.

El término «servicio» o «personal de servicio» hace alusión al conjunto de profesionales que, en el ámbito público o privado de la cocina, cumplen labores de organización, entre las que se encuentra el acto de servir, en este caso comida y bebida, para posibilitar la degustación, pero también otras como acompañar, responder dudas o guiar en la degustación al comensal o cliente. En la mayoría de sus versiones, cabe también la posibilidad de que un actor que forma parte del servicio, en un domicilio o en un restaurante, sea quien termine de cocinar la elaboración que se va a degustar (si la trincha, la salsea, la emplata, etc.) si esta no sale emplata individualmente de la cocina. El servicio doméstico, que se da en una casa, puede estar formado por un equipo de profesionales, un cocinero y un profesional del servicio, o puede tratarse de la misma persona, que cocina y también sirve las elaboraciones. Aunque explicaremos el servicio para comprenderlo tanto en el ámbito público como en el privado, centraremos nuestra atención en la restauración gastronómica.

Como eslabón que une la cocina con la mesa, el servicio es un ámbito profesional y está extremadamente profesionalizado en algunas ocasiones, puesto que es imprescindible para la liturgia que acompaña la degustación en el caso del restaurante gastronómico y en algunos domicilios privados. Existen niveles de profesionalización en los dos ámbitos y, de hecho, el servicio tiene su origen en las residencias de las élites, en el ámbito doméstico. No es cocina en sí misma ni ocurre únicamente en el espacio cocina, pero es el hombro sobre el que se apoya el cocinero profesional para hacer llegar el resultado de su trabajo hasta el comensal o cliente.

¿Y SI QUIEN SIRVE ES EL COMENSAL O CLIENTE?

Cuando la estructura de la oferta se presenta en el formato de un buffet, en el que las elaboraciones se consumen tras ser elegidas al momento de entre un conjunto expuesto al público del restaurante, ¿podemos considerar que hay servicio? El servicio existe, se da, incluso si es el cliente quien cumple esta función, concretándola en una modalidad de autoservicio, cuando emplata y encopa aquello que ha elegido comer y beber, y lo traslada hasta su mesa. Este tipo de servicio implica que es el cliente del restaurante quien emplea técnicas y herramientas que habitualmente realizan y usan los profesionales de la sala cuando la oferta se estructura en una carta o menú.

¿QUÉ ES UN TIPO DE SERVICIO?

Tratar la cuestión del servicio aporta una visión externa al espacio cocina, pues se realiza fuera de ella, aunque estén absolutamente relacionados. Por eso, analizar el tipo de servicio es necesario para comprender, en muchos casos, por qué se cocina de una determinada manera o una comida concreta, a la que corresponde un tipo de servicio específico. Entendemos por tipo de servicio la forma en que diseña el restaurante gastronómico su atención al cliente o, el particular, en su domicilio, la forma en que desea ser servido a la mesa. En el caso del restaurante, este diseño incluye todo lo que sucede en la sala, pero también la recepción, presentación, ofrecimiento y disposición de la oferta gastronómica, acompañando al cliente desde su llegada hasta su salida.

Son actores de servicio aquellos dedicados a la comunicación entre el comensal o cliente y la cocina, así como al hecho de servir y presentar las elaboraciones pertinentes, en el formato que corresponda en cada tipo de restaurante o que haya elegido quien contrata este tipo de servicio en su casa. Todo ello varía en función de que se sirva comida, bebida o ambas, o de que haya un maridaje, lo que conecta estrechamente la bebida con la comida. El tipo de servicio se elegirá y diseñará a la medida de la oferta de comida y bebida, pero también del espacio con el que cuente la sala, salón o comedor, del número de elaboraciones y su forma de emplatado (en herramienta individual, como un plato, o en herramienta colectiva, como una bandeja), y de que se cocine, o no, delante del comensal o cliente.

¿QUÉ TIPOS DE SERVICIO EXISTEN?

► **Servicio a la rusa:** elaboraciones presentadas en un carrito o gueridón, desde el que el camarero responsable emplata delante del cliente. Es propio de los restaurantes de lujo o considerados de alto nivel. Permanece en otros lugares del mundo, pero ya no es predominante en Occidente.

► **Servicio con gueridón:** aquel que implica que sobre el propio gueridón el personal de servicio realiza una elaboración, cuando se cocina en sala, ante el cliente. Es el tipo de servicio que requeriría una crepe *Suzette*.

► **Servicio a la inglesa:** en bandejas o fuentes de las cuales un camarero sirve al cliente la ración que le corresponde en su plato, empleando para ello sus propias herramientas. Es el habitual en banquetes o eventos en los que un solo camarero puede portar muchas raciones.

► **Servicio a la francesa:** en bandejas o fuentes que presenta un camarero y de las que cada comensal o cliente se sirve la ración que considera. En desuso.

► **A la francesa «antigua o clásica»:** tiene su origen en los grandes banquetes del siglo XVII, en los que era habitual que se presentasen las elaboraciones emplatadas en una herramienta colectiva en el centro de la mesa y a lo largo de la misma, siendo los comensales quienes se servían lo que deseaban, emplatándolo ellos mismos.

El formato de servicio definirá también la movilidad de las elaboraciones y del propio cliente, si necesita o no levantarse o si puede permanecer en el lugar en el que está sentado.

► **Servicio a la americana:** comida que se sirve emplatada individualmente. Es una novedad que introdujo después de muchos años en desuso la *nouvelle cuisine* y que, a día de hoy, es el tipo de servicio predominante.

► **Autoservicio:** en formato buffet, da lugar a un tipo de restaurante concreto, en el que es el cliente quien se levanta y escoge lo que desea comer.

► **Servicio mixto:** si se produce una combinación de las anteriores posibilidades, si tiene características de más de un tipo de servicio.

Lo señalado anteriormente pone de manifiesto una realidad de manera indirecta y es que existen tipos de servicio que tienen un nombre que denomina y agrupa sus características (tipo de servicio a la rusa, a la americana, etc.), pero también que existen otros sin un nombre «propio» que nos permita asociarlo a un formato concreto. Porque, por ejemplo, ¿qué tipo de servicio se da en un restaurante cuando se sirve al comensal en un plato, pero es él mismo quien lo lleva a la mesa?, ¿cómo se denominaría? Hablaríamos de un tipo de servicio mixto que combina el servicio con el autoservicio, pero que no tiene un nombre determinado. En la misma línea, no existen nombres propios para los tipos de servicio de bebidas, no hay un equivalente por ejemplo del tipo de servicio a la americana si solo se consumen bebidas.

► Si se sirve en otro lugar que no sea una mesa: por ejemplo, en una barra, de forma que el camarero sirve directamente la elaboración en ella o puede ocurrir que sea el cliente quien la coja sin necesidad de servicio.

► Según dónde es el servicio, a dónde se sirve: otros formatos que pueden diseñarse en función de la elaboración que se ha cocinado y que se ajusten especialmente a su fragilidad o su tamaño, por ejemplo.

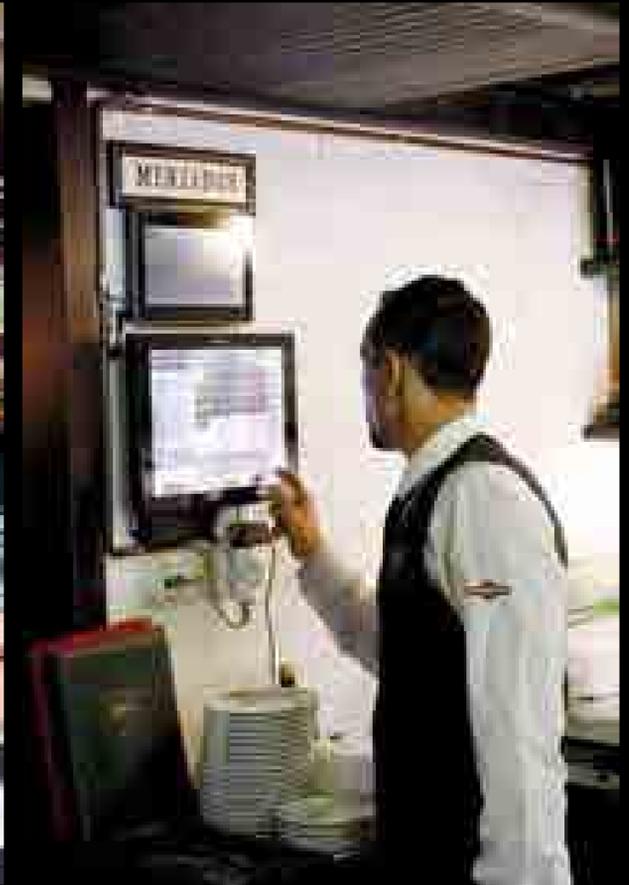
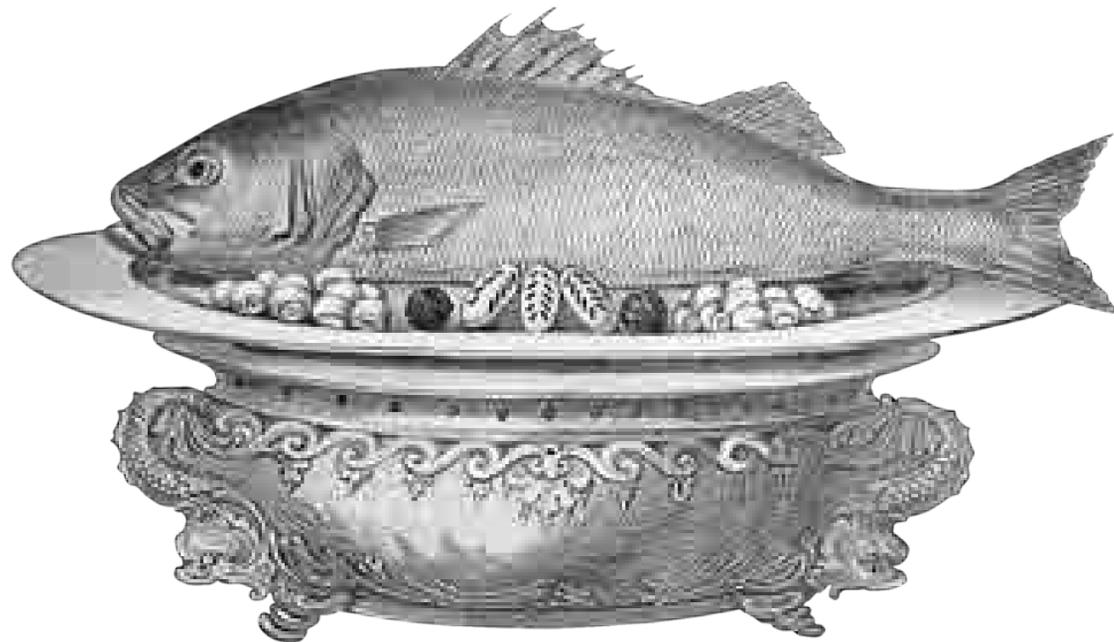
Una cuestión que se evidencia, al hablar de diferentes tipos de servicio, es la relación directa que existe entre las diferentes formas de presentar las elaboraciones que se reproducen en cocina y los diferentes tipos de servicio. Porque, ¿los tipos de servicio se adaptan a los diferentes formatos de elaboración o esta ecuación se da a la inversa y es la elaboración final la que se adapta al tipo de servicio?

Si hacemos el ejercicio de imaginar que vamos a un restaurante gastronómico del estilo de la *nouvelle cuisine* y que las elaboraciones no se emplatan en la cocina, fijándonos en la carta o menú, ¿qué elaboraciones podrían servirse de otra manera, sin emplatarse? Seguramente muy pocas o ninguna. Con este ejemplo queremos evidenciar que todas las elaboraciones que produce la cocina de ese restaurante están diseñadas de acuerdo al tipo de servicio del que dispone, en este caso «a la americana», lo que supone un servicio de las elaboraciones emplatadas previamente en cocina. De otro modo, no podría ofrecerse la elaboración al cliente. Es decir, las elaboraciones realizadas en cocina se adaptan al tipo de servicio del que disponga el restaurante y se diseñan de acuerdo con este, poseyendo una movilidad u otra en función de su contexto.

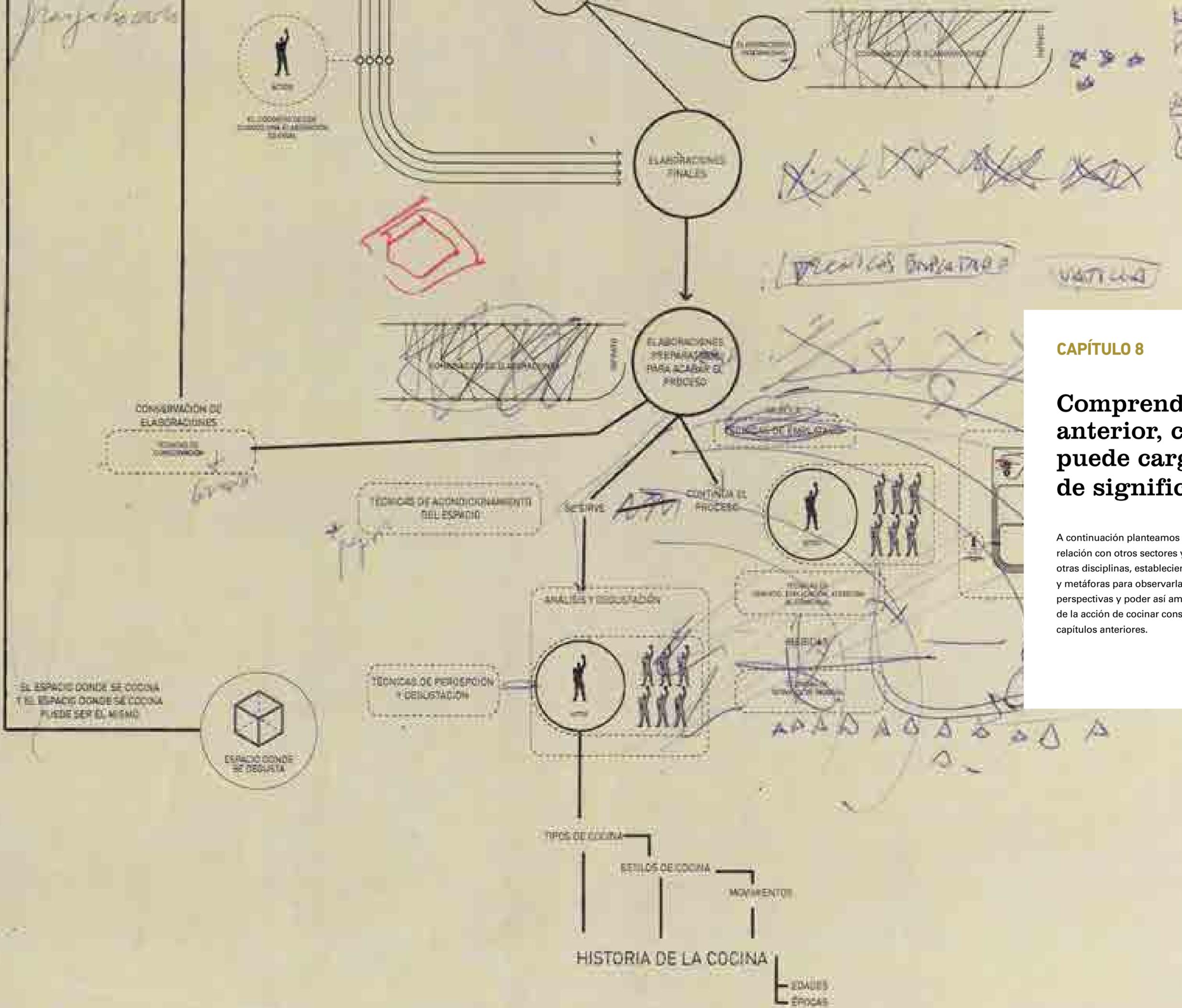
¿CÓMO HA EVOLUCIONADO EL SERVICIO A LO LARGO DE LA HISTORIA?

En consecuencia, el papel de los actores de servicio ha variado sustancialmente. Por ejemplo, la figura del *maitre d'hôtel*, conocido en la actualidad como *maitre*, es muy relevante en el contexto del restaurante actual, pero tiene su origen en la corte y se reforzó en los hoteles. Su figura dentro del servicio quedó consolidada en los restaurantes de los hoteles, en los que existía toda una ceremonia en torno a la mesa orquestada por el *maitre*. Uno de los impulsores del reconocimiento y relevancia de esta figura fue Auguste Escoffier, cocinero de referencia de la cocina clásica francesa que no solo codificó recetas y estableció un orden de brigadas en la cocina, sino que subrayó la importancia del *maitre* en el marco del restaurante.

Entre sus responsabilidades actuales, se mantienen gestionar y coordinar al equipo de servicio, planificar y organizar la sala y los servicios, recibir a los clientes y acompañarlos a su mesa, así como, junto con el jefe de cocina, supervisar que la comida y la bebida que se ofrecen en el restaurante sean de la máxima calidad. Además, Escoffier confirió mayor relevancia al actor camarero, que participaba de forma activa en la organización del plato, trinchanto o salseando los alimentos.



“ El servicio es imprescindible para la liturgia que acompaña la degustación y la define en gran medida ”



CAPÍTULO 8

Comprendido lo anterior, cocinar puede cargarse de significados

A continuación planteamos la cocina en relación con otros sectores y ámbitos, con otras disciplinas, estableciendo paralelismos y metáforas para observarla desde sus perspectivas y poder así ampliar la visión de la acción de cocinar construida en los capítulos anteriores.

La cocina se construye como un lenguaje

Para empezar este capítulo, planteamos la cocina como un lenguaje que, al igual que el utilizado para comunicarnos, se ha construido de forma progresiva partiendo de unidades mínimas que se combinan y, con el paso del tiempo, generan millones de resultados y significados posibles.

PRODUCTOS, TÉCNICAS, HERRAMIENTAS: EL ADN DE LA COCINA

El ser humano empieza a realizar elaboraciones cuando, como hemos explicado, la acción que lleva a cabo para alimentarse aúna tres elementos que hacen que la consideremos cocina: uno o más productos sobre los que se aplican una o más técnicas con al menos una herramienta (pudiendo ayudarse de la mano o ser la propia mano la herramienta). De la suma de estos tres factores, que consideramos las unidades mínimas necesarias para cocinar, surgen infinitas posibilidades, que amplían el espectro de la cocina creando millones de nuevos resultados, es decir, elaboraciones que pueden ser tanto intermedias como finales.

Estableciendo un paralelismo con el lenguaje, el primer producto, la primera técnica y la primera herramienta utilizadas para cocinar equivaldrían a los monemas (unidades mínimas dotadas de significado léxico –lexemas– o gramatical –morfemas–) que, a través de combinaciones entre ellos, hacen crecer en riqueza y variedad de contenidos una lengua, creando palabras.

PALABRAS Y ELABORACIONES: DE LAS UNIDADES MÍNIMAS A LA CONSTRUCCIÓN DE RESULTADOS

Las elaboraciones intermedias y las palabras son metafóricamente iguales puesto que son resultado de la unión de elementos que, de forma independiente, no siempre mantendrían un significado ni generarían un resultado por sí mismos. Por una parte, una técnica sin producto sobre el que aplicarla ni herramienta con la que hacerlo, o un morfema sin lexema que lo concrete, no suman nada nuevo a la realidad a la que pertenecen. Sin embargo, tanto las elaboraciones como las palabras tienen

la capacidad de continuar creando significados al convertirse en realidades más complejas cuando se unen con otras elaboraciones o palabras.

PALABRAS Y ELABORACIONES: CONSTRUCCIÓN DE REALIDADES MÁS COMPLEJAS

Tanto las elaboraciones como las palabras son resultados en sí mismas, pero tienen la capacidad de continuar generando más resultados a niveles superiores cuando se combinan con otras elaboraciones o palabras y construyen lo que serían menús o cartas o frases o párrafos, respectivamente.

- ▶ Cuando las palabras se construyen juntando diferentes unidades mínimas y se convierten en resultados, se unen a otras palabras junto a las que construyen frases. Pueden existir miles de combinaciones posibles, que generan frases distintas o con significados diferentes apenas se altere el orden de las palabras utilizadas. En el caso de la lengua española, la estructura «sujeto, verbo, predicado» podría compararse con las elaboraciones intermedias necesarias para una elaboración final, en cuanto que se establece un orden en el procedimiento y se obtiene de este un resultado: la frase.
- ▶ Planteado de este modo, la suma de elaboraciones intermedias (aquellas que no se degustan por sí mismas, sino que se emplean como parte de otro proceso de elaboración) en diferentes combinaciones multiplica exponencialmente las posibilidades de elaboraciones finales que se pueden crear o reproducir. Cuantas más elaboraciones intermedias se creen, más y más resultados se generarán para la degustación.

ELABORACIONES INTERMEDIAS QUE SE SUMAN COMO FRASES DE UN DISCURSO: ELEMENTOS QUE FORMAN PARTE DE UN RESULTADO

Pero ¿qué ocurre si se unen frases o, siguiendo con esta metáfora, elaboraciones intermedias? ¿Qué tipo de resultado se obtiene en tal caso?

- ▶ Las frases generan resultados superiores cuando se unen de una forma ordenada. Así se construyen los argumentos, las explicaciones, las cuestiones, las estructuras de opinión, la narrativa, la poesía, la prosa, los artículos de investigación, las novelas, etc. Unir frases formadas por palabras nos sirve para comunicarnos, para comprender, para preguntar..., es decir, generan significados que van más allá del concepto que concreta una palabra y, muchas veces, unas necesitan de otras para que el resultado final cobre sentido.
- ▶ De igual forma, cuando las elaboraciones que se degustan se suman generando significados superiores, como son los menús degustación o las cartas en los restaurantes, crean un discurso en la degustación. A efectos de esta, la sucesión de elaboraciones finales que se degustan, en el ámbito que sea y de cualquier clase que se trate, configuran un discurso en el que se establece un orden que da sentido al conjunto.

LA COCINA COMO IDIOLECTO: UNA FORMA PARTICULAR DE EXPRESIÓN DE CADA INDIVIDUO

Se entiende por idiolecto la forma de hablar a través de la cual cada persona se expresa, es decir, el uso que hace del lenguaje oral que queda reflejado en una selección concreta de léxico y gramática, de unas palabras determinadas con las que construye frases. Parte del idiolecto de cada individuo son su entonación y pronunciación. Llevado al lenguaje escrito, un idiolecto se corresponde con un estilo de escritura. Su función es, en esencia, hacer posible la comunicación con el entorno, lo que incluye expresar una forma de hacer y pensar, así como unos gustos y necesidades. Cada ser humano practica su propio idiolecto en cada una de las lenguas que habla y refleja en él sus características personales,

empleando dicha lengua o lenguas con un uso propio y particular. El idiolecto varía en función de la edad del individuo, de a quién se dirige o con quién se comunica y, desde luego, del conocimiento y experiencia, así como del entorno cultural, familiar, social... en el que haya crecido y evolucionado la persona que lo emplea.

Siguiendo con la metáfora del lenguaje y al hilo de la misma en su versión de expresión oral, eminentemente práctica y cotidiana, podríamos entender la forma de cocinar de cada individuo como un idiolecto. Las similitudes que nos llevan a realizar este paralelismo es que, al igual que al hablar y comunicarnos cada ser humano tenemos una forma propia y construimos un resultado influidos por el contexto que nos rodea, quien cocina se expresa de una forma característica cuando elabora, sea para crear o para reproducir. El idiolecto sería entonces aquello que a efectos prácticos, en las formas de hacer, define el estilo personal de cocina de un cocinero o, incluso, de un tipo de cocina.

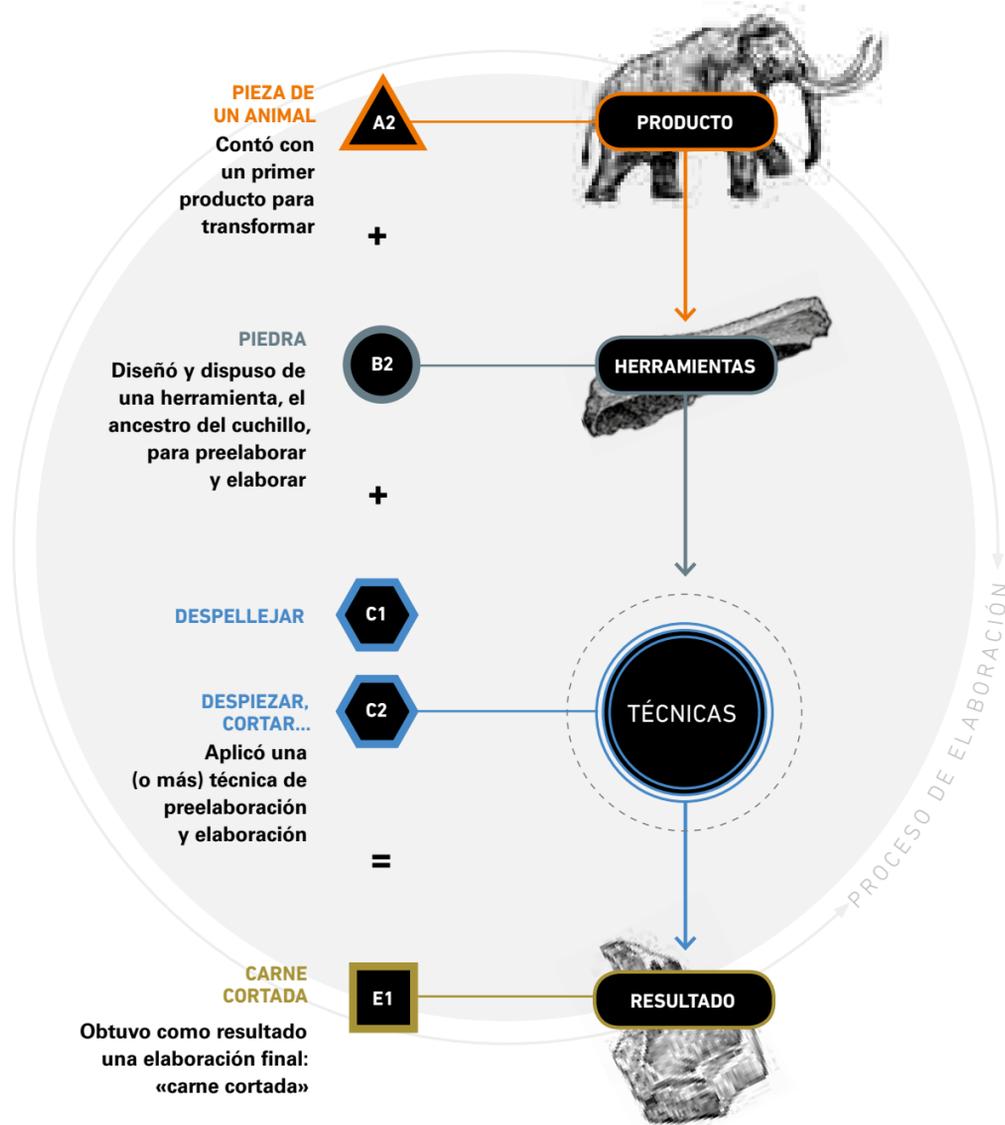
Igual que elegimos palabras que construyen nuestro idiolecto personal, seleccionamos productos, técnicas y herramientas, y elaboraciones intermedias y finales, y lo realizamos de tal manera que, como cocineros, lo que hacemos y cómo lo hacemos termina por definir nuestro estilo, algo que diferencia esa forma de cocinar de las demás. Nos referimos aquí a cocineros profesionales, pero también a la cocina que nos ha acompañado siempre: la que realizamos en casa, bien sea para alimentarnos, bien para disfrutar con su degustación. En definitiva, el proceso de elaboración está determinado (no solo influido) por nuestros conocimientos y experiencias, edad y público para el que cocinemos, y resulta fundamental el contexto en el que se lleve a cabo, que es el que determina los recursos con los que se cuenta y, también, el tipo de mensaje que se construye a través de la comida.

En un paralelismo con la disciplina del arte, en la que también se emplea este concepto, los aspectos prácticos que caracterizan el trabajo de un pintor definirían su idiolecto que, en lugar de palabras, emplearía, por ejemplo, trazos o pinceladas y que hacen que se hable del idiolecto de Picasso o del de Duchamp.

**EL GENOMA DE LA COCINA:
CÓMO COMENZÓ A CONSTRUIRSE ESTE «LENGUAJE»**

Buscando el origen de la cocina como lenguaje encontramos que su genoma, hablando en términos figurados, aquello que la constituye como actividad diferenciada de todas las demás que lleva a cabo el ser humano, queda establecido en el momento en que, por primera vez, se dio esta unión de unidades mínimas: producto, técnica y herramienta.

El responsable del diseño del que ha sido el ADN de la cocina hasta hoy fue nuestro antepasado *Homo habilis*, cuando realizó la primera unión de producto, técnica y herramienta con el objetivo de transformar, generando una elaboración como resultado. Para ello:



DE LA GÉNESIS DE LA COCINA COMO LENGUAJE A LA CONSOLIDACIÓN DE SU EVOLUCIÓN: UN REPASO A LOS HITOS ACONTECIDOS EN LA PREHISTORIA

Volviendo a la metáfora que guía este argumento, esta génesis evolucionaría para ampliar la base de la cocina, como se amplía el lenguaje de forma continuada y progresiva. Encontramos dos etapas destacadas en base a la importancia de las novedades generadas: el Paleolítico y el Neolítico. Observar la suma de productos, técnicas y herramientas que se da en cada una de ellas nos permite entender esa progresividad en la construcción de la cocina, que, al igual que el lenguaje, ha ido sumando significado tras significado hasta conseguir todos los que conocemos hoy.

► **Paleolítico**

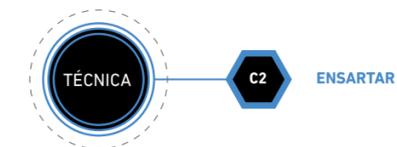
Por un lado, se descubren más productos no elaborados en la naturaleza que sí son comestibles si se cocinan y se empieza a cazar y pescar generando nuevas formas de alimentación.



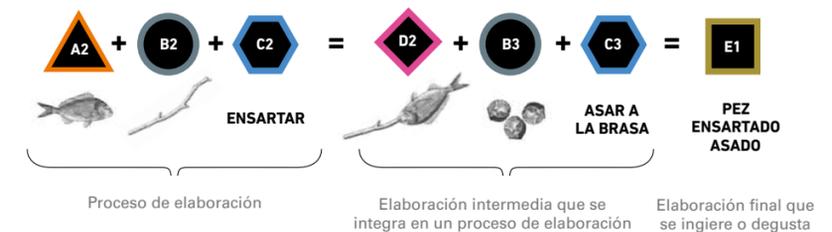
Al incorporarse nuevos materiales a las herramientas culinarias, se encuentran también otras funciones para las mismas, además de crearse herramientas específicas para el abastecimiento a través de la caza y la pesca. Por ejemplo:



Las técnicas aplicables aumentan a medida que se crean herramientas, guiadas también por los nuevos productos que generan nuevas necesidades en su elaboración. El propio control del fuego permite que se creen nuevas técnicas y la observación de la naturaleza y sus fenómenos hace que los homínidos imiten las técnicas que se dan en ella y que les permiten transformar su alimento. Por ejemplo:



Las elaboraciones, como resultados, continúan sumándose y se amplía el rango de las mismas, perfeccionándose muchas de ellas o empleándose como intermedias (D) en otros procesos de elaboración.



► Neolítico

Por primera vez se interviene activamente en la producción de alimento, a través del control del crecimiento o reproducción de las especies animales y vegetales de producto no elaborado. Se aprende a modificar características, tamaños, etc. Se controla la alimentación de los animales domesticados, generando estos más grasa y cambios en su composición. Continúan descubriéndose nuevos productos comestibles (A).

Las herramientas (B) también aumentan en número al descubrirse nuevos materiales, entre los que destaca la cerámica. Se crean herramientas adaptadas a la necesidad que se solucionará con ellas, como conservar y contener. Y aparecen herramientas de servicio comunitarias.

La cerámica abre un abanico de técnicas (C) de cocción con calor que surgen en este periodo y, ligado al descubrimiento de nuevos productos, se generan muchas nuevas, entre las que también destaca la conservación, revelada como consecuencia del descubrimiento de la sal y sus propiedades.

En conjunto, el número de elaboraciones continúa aumentando, tanto intermedias (D) como finales (E) y, en términos generales, se vuelven más complejas de forma progresiva.

Las herramientas de servicio (F) y degustación (G), así como las técnicas que aplican, aumentan en número y se hacen más variadas.

LINGÜÍSTICA

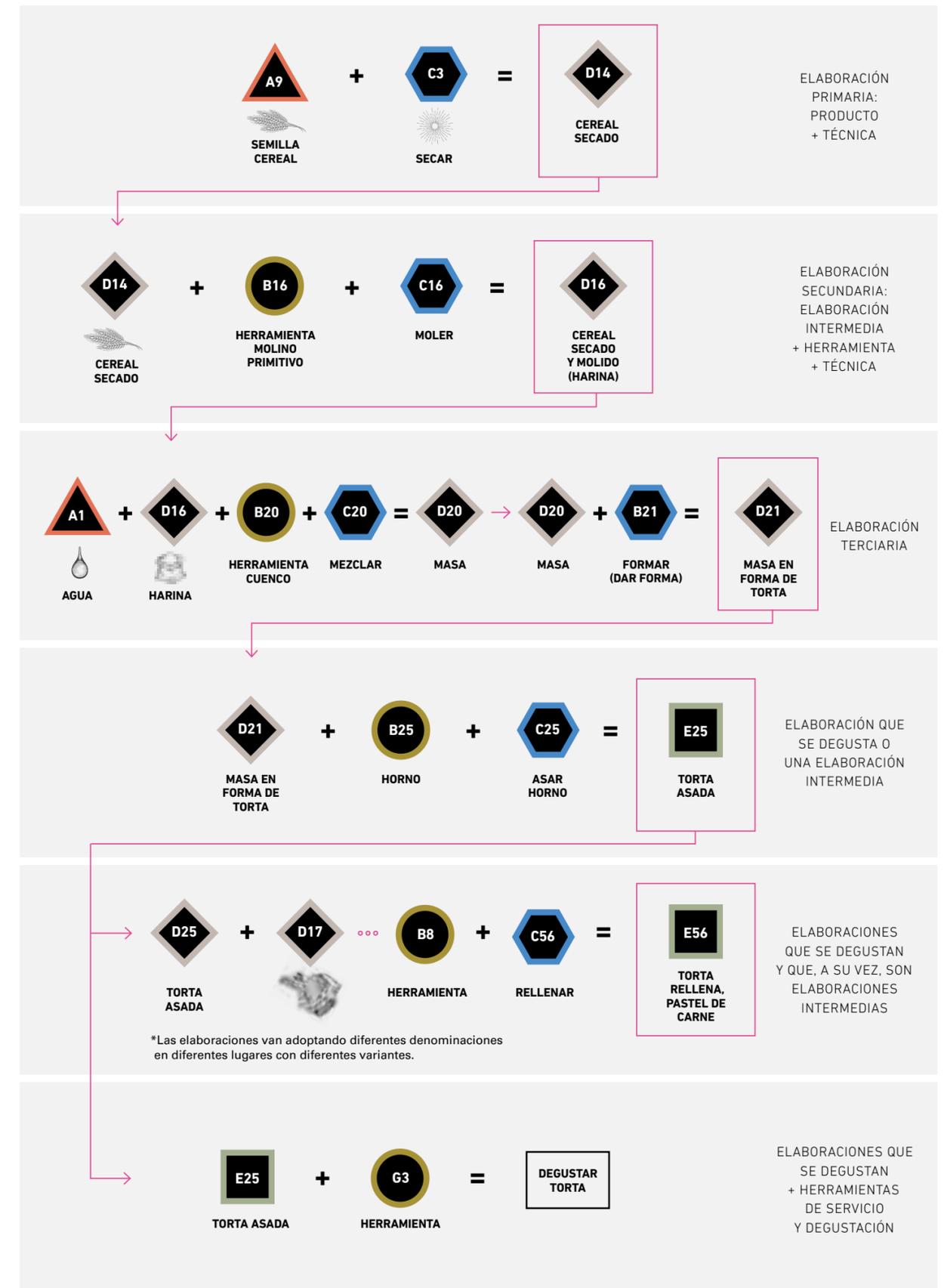
Como ciencia que estudia el lenguaje humano y las lenguas, la lingüística aborda la creación de significados, pues parte de la revisión del origen y trata la evolución de las mismas. Las lenguas naturales que emplean los seres humanos para comunicarse se construyen de forma progresiva y aprender un lenguaje supone ir adquiriendo, sucesivamente, más y más conocimiento de los significados de cada unidad que se incorpora al mismo.

La gramática se incluye dentro de esta ciencia como rama que estudia la estructura de las palabras que se emplean en un lenguaje. También es la encargada de tratar sus accidentes y el modo en que se combinan para formar oraciones. Se entiende que la gramática dicta, basado en ese estudio, el conjunto de normas y reglas que han de emplearse al practicar, de forma oral o escrita, una lengua.

IMAGINAR UN PLATO

Si el pensamiento simbólico es la capacidad que los seres humanos tienen de representación mental del entorno o de los elementos que lo componen, trasladado a la cocina, reconocemos una capacidad para anticipar mentalmente los resultados de cocinar. Por eso, al imaginar un plato o una copa que contienen una elaboración, estamos generando una imagen que, aunque existe en el plano mental, nos sugiere una determinada reacción. Normalmente, si proyectamos en nuestra cabeza una elaboración en concreto es porque nos apetece, es decir, porque nos sentimos inclinados a degustarla, pero podría suceder lo contrario, que determinada visión de una elaboración diera pie a un rechazo total de la misma y distara mucho de la apetencia. Esta misma forma de pensamiento simbólico aplicado a la cocina está presente a la hora de crear.

En el Neolítico se crean nuevas «letras del alfabeto» culinario que responden a nuevas elaboraciones intermedias que formarán parte de otras nuevas elaboraciones.



Este es un ejemplo, pero hay millones de variaciones gracias a la variedad del alfabeto culinario.

DIFERENTES FORMAS DEL LENGUAJE DE LA COCINA



Un léxico para la comprensión de la cocina y la gastronomía

¿QUÉ ES EL LENGUAJE?

LENGUAJE

RAE

1. m. Facultad del ser humano de expresarse y comunicarse con los demás a través del sonido articulado o de otros sistemas de signos.
2. m. Lengua (|| sistema de comunicación verbal).
3. m. Manera de expresarse.
4. m. Estilo y modo de hablar y escribir de cada persona en particular.
5. m. Conjunto de señales que dan a entender algo.
6. m. Código de signos.

Se entiende por lenguaje la capacidad del ser humano que le permite expresarse y comunicarse con otros individuos de la misma especie, que se configura a través de códigos y signos que recogen significados concretos, ampliándose y creciendo con el paso del tiempo. En cuanto que acompaña a la especie desde el Paleolítico, hemos de considerarlo como una facultad dinámica que ha evolucionado y se ha transformado a lo largo de la historia.

Los seres humanos se comunican en dos formatos: uno oral, primigenio, del que parte el lenguaje, y otro escrito, que se desprende de la necesidad de representar el anterior y que se recoge empleando signos gráficos, lo que hace que el lenguaje humano sea semántico, es decir, representable. El conjunto de formas en las que se puede comunicar el ser humano con otros miembros de su misma especie es, además, heredable, es decir, se transmite de generación en generación, siendo también acumulativo.

El lenguaje se construye en diferentes niveles, entre los que se incluyen la gramática (organización y combinación de elementos en el lenguaje), la semántica (la representación gráfica del lenguaje), la fonología (los sonidos que genera el lenguaje), la morfología (la estructura del lenguaje) y la sintaxis

(la combinación de palabras para crear significados), entre otros. Sin embargo, no todos los niveles del lenguaje han sido estudiados siempre, pues esta facultad humana se ha construido a lo largo de los siglos, de forma progresiva, y lo mismo ha sucedido con su propio estudio.

Como hemos señalado, el lenguaje humano se originó en el Paleolítico; se habla desde hace entre 50 000 y 100 000 años, cuando la revolución cognitiva del *Homo sapiens* llevó a la especie a comenzar a construir un lenguaje hablado, oral, que, probablemente, se consolidaría como consecuencia de empezar a vivir en sociedad y que avanzó de forma notable en el Neolítico, más cercano a la civilización.

De la necesidad de describir una realidad común surgió esta herramienta (el lenguaje), que permitió al homínido compartir dicha realidad con sus iguales, para la cual creó referencias compartidas de los elementos que la componían. Esta génesis oral del lenguaje complejo se considera iniciada hace entre 70 000 y 100 000 años, y sería complementada ya en el Paleolítico por representaciones gráficas. Fueron los sumerios (aproximadamente hace unos 6000 años), que pertenecen a las primeras civilizaciones y que desarrollaron el considerado primer sistema de escritura del mundo, quienes sentarían la base de que la representación gráfica asigna un significado a cada símbolo empleado.

Así se crearon las primeras formas de escritura que, a diferencia de la versión oral del lenguaje, aprendida por imitación desde la infancia, requiere aprendizaje a través de la educación.

¿QUÉ ES EL LÉXICO, QUÉ ES EL VOCABULARIO?

Las formas oral y escrita del lenguaje tienen en común el empleo de palabras, unidades que se cargan con un significado aceptado colectivamente y se emplean unidas como descriptoras para la explicación y/o comunicación de una realidad.

LÉXICO

RAE

1. adj. Perteneciente o relativo al léxico (|| vocabulario de un idioma o región).
2. adj. *Ling.* Que expresa contenidos o conceptos propios del léxico, por oposición a los característicos de la gramática.
3. m. Diccionario de una lengua.
4. m. Vocabulario, conjunto de las palabras de un idioma, o de las que pertenecen al uso de una región, a una actividad determinada, a un campo semántico dado, etc.
5. m. Conjunto de voces, modismos y giros característicos de un autor o de una obra.

VOCABULARIO

RAE

1. m. Conjunto de palabras de un idioma.
2. m. diccionario (|| repertorio).
3. m. Conjunto de palabras de un idioma pertenecientes al uso de una región, a una actividad determinada, a un campo semántico dado, etc.
4. m. Libro en que se contiene un vocabulario (|| conjunto de palabras de una región o actividad).
5. m. Catálogo o lista de palabras, ordenadas con arreglo a un sistema, y con definiciones o explicaciones sucintas.
6. m. Conjunto de palabras que usa o conoce alguien.
7. m. *coloq.* Persona que dice o interpreta la mente o dicho de otro.

El conjunto de palabras de un lenguaje conforma el léxico o vocabulario del mismo y tiene una representación escrita y una expresión oral. A través del lenguaje, la especie humana se comunica empleando palabras, con todos los usos posibles que la comunicación puede llegar a tener y que han ido creciendo exponencialmente desde el primer formato paleolítico.

Paralelo a la evolución humana y en todas las esferas en las que esta se desarrolla, con cada innovación, el lenguaje crece sumando léxico, que aumenta y se amplía a medida que se necesitan más y más términos que funcionen como descriptores de nuevas realidades. Así, el ser humano añade sig-

nificados asociados a palabras concretas a medida que aumenta su conocimiento de la realidad. El crecimiento y expansión del léxico, del vocabulario que emplea el lenguaje, no tiene un final previsible, pues continuarán surgiendo realidades que requieran nuevos significados.

LÉXICO O VOCABULARIO CULINARIO, GASTRONÓMICO Y DE LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA

Aunque la cocina comenzó hace 2,3 millones de años, el lenguaje complejo no lo haría hasta hace unos 100 000 años, como hemos señalado. Por tanto, los *Homo habilis*, en primer lugar, y los *sapiens*, después, conocieron su capacidad para cocinar antes que su facultad para comunicarse a través del lenguaje. La aparición de un lenguaje común permitiría la transmisión y el consiguiente aprendizaje de costumbres, usos y conocimientos culinarios, que incluyen la descripción de los productos, técnicas y herramientas empleados, pero no únicamente. De este modo, el lenguaje es el vehículo a través del cual se transmite la cocina entre los seres humanos, que han creado palabras para describir cada una de las aristas de esta realidad. Si las primeras formas de lenguaje surgieron en el Paleolítico, entendemos que se generaría, poco a poco, un léxico y suponemos que, puesto que cocinar es una actividad que se practicaba a diario para la alimentación, surgiría un vocabulario específico que permitiría explicar la cocina, pero también todos los elementos relacionados con el acto de cocinar: productos, herramientas, técnicas, espacios, tiempos, acciones que complementan la cocina, etc. El crecimiento de este léxico culinario primigenio sería progresivo y no llegaría a estar reflejado por escrito hasta que lo hicieran las primeras civilizaciones, cuyas primeras referencias se encuentran en Babilonia.

Desde entonces hasta ahora, como seres humanos con capacidad tanto de comunicarnos como de cocinar, en el marco del lenguaje desarrollado, hay una parte del léxico y del vocabulario empleado que se utiliza para describir cada elemento y factor de la realidad humana que está imbricada en la cocina. Por ello, es lógico que exista un vocabulario propio de la cocina del día a día y otro léxico que se ha creado y ha evolucionado para describir y comunicarse en la cocina del mundo profesional y que existe a distintos niveles, desde los aspectos más básicos de los procesos hasta el arte culinario como resultado. El léxico técnico y específico aumenta

a medida que avanzamos en el conocimiento culinario y su aplicación, cuanto más compleja es la realidad a describir y más numerosos son sus matices. Es decir, hay un léxico concreto que podríamos calificar de culinario, otro que puede considerarse, además, gastronómico y un vocabulario propio de la restauración gastronómica.

Por léxico culinario entendemos la parte del lenguaje cuyo empleo aglutina la explicación de la cocina y del acto de cocinar, de forma global. Sin embargo, si consideramos el vocabulario que se desprende del acto de cocinar, de comer o de beber cuando, detrás de ellos, hay un impulso distinto de la mera alimentación, que genera todo un ecosistema a su alrededor, estaríamos hablando del léxico gastronómico. Como parte de la evolución del léxico gastronómico encontramos que, llegado el momento de la historia en el marco occidental en el que enfocamos nuestro trabajo, la gastronomía pasó a darse en el ámbito público de la restauración gastronómica. Esta nueva realidad generó también un vocabulario específico, que permitiría hablar de un léxico de la restauración gastronómica que agrupa, principalmente, términos (palabras) que hacen referencia al ámbito profesional de la misma en su evolución desde finales del siglo XVIII. Por contexto y dado que este nuevo sector público al que se trasladó el arte culinario apareció en Francia, gran parte del vocabulario que le es propio tiene origen francés. La evolución del léxico se ha ampliado y continuará haciéndolo, a medida que se sumen matices y características al cocinar, así como al hecho de comer y beber. Cuanto mayor sea la complejidad y variedad de los elementos que se imbrican en estas acciones o se desprenden de ellas, mayor será la necesidad de poseer un léxico específico, ajustado a la realidad que se quiere describir. A pesar de la inmensidad del lenguaje culinario, gastronómico y el propio de la restauración gastronómica, es necesario señalar que continúan faltando codificación y acuerdo en muchos significados, que permitirían unificar y facilitar la comunicación en este ámbito. Si se crea un léxico es porque nos entendemos, porque puede llegar a haber el máximo consenso.

LA PROBLEMÁTICA DEL LENGUAJE: LAS LENGUAS Y LOS IDIOMAS

La comunicación entre los seres humanos se ha llevado a cabo en cada uno de los lugares del planeta que la especie ha conocido, como resultado de las

migraciones de población iniciadas en la prehistoria y que continúan realizándose en la actualidad. Así, el lenguaje como capacidad existe igual en todas partes, pero se concretó en lenguas e idiomas distintos que se desarrollaron progresivamente, muchos de los cuales tienen orígenes comunes.

LENGUA

RAE

2. f. Sistema de comunicación verbal propio de una comunidad humana y que cuenta generalmente con escritura.
3. f. Sistema lingüístico considerado en su estructura.
4. f. Vocabulario y gramática propios y característicos de una época, de un escritor o de un grupo social.

IDIOMA

RAE

1. m. Lengua de un pueblo o nación, o común a varios.
2. m. Modo particular de hablar de algunos o en algunas ocasiones.

Habiendo comprendido que existe un léxico culinario, gastronómico y de la restauración gastronómica, nos encontramos ante la dificultad de las traducciones entre idiomas para los que, aunque las mismas palabras existen en cuanto que significados, se corresponden con una expresión oral y escrita distinta de cada unidad léxica. Observamos el caso concreto de los productos no elaborados: aunque comparten una expresión léxica como especies, se describen con una palabra que ha de traducirse si se desea comunicar en otra lengua. Las técnicas y las elaboraciones responden a nombres distintos, se llaman de formas diferentes, lo que hace muy difícil la ordenación.

Hemos de subrayar que la mayor parte de los términos de la cocina profesional provienen de la lengua francesa, una lengua romance heredera del latín. Este hecho se debe al protagonismo francés dentro de la cocina profesional durante varios siglos, que explica que la codificación y el nombramiento de nuevas realidades culinarias partan de esta lengua, ya que se originaron en este país.

Del lenguaje a las matemáticas

COCINAR DESDE EL PRISMA MATEMÁTICO

MATEMÁTICA

RAE

2. adj. Perteneciente o relativo a las matemáticas.
5. f. Ciencia deductiva que estudia las propiedades de los entes abstractos, como números, figuras geométricas o símbolos, y sus relaciones.

La cocina puede tener una visión matemática, en cuanto que la aplicación de su proceso o suma de fases es representable matemáticamente. Para ello se emplean números, proporciones, gráficos, álgebra, etc., que permiten transmitir, comunicar, documentar y reflejar una información a desarrollar con la finalidad de obtener un resultado en concreto, partiendo de un conocimiento previo y anticipando el entendimiento.

ÁLGEBRA	Álgebra es la parte de las matemáticas que emplea números, letras y signos para poder hacer operaciones aritméticas. Así como las matemáticas se pueden codificar a través del álgebra, la cocina se compone de procedimientos y elementos que son cuantificables y guardan un orden de relación entre ellos. En este sentido, el lenguaje que proporciona el álgebra nos ayuda a entender la estructura de la acción de cocinar: las fases, los elementos y las acciones que la hacen posible.
FÓRMULA CULINARIA	Otra representación de cocinar desde el prisma matemático se puede efectuar empleando el concepto de fórmula. Una fórmula es una ecuación o regla que relaciona objetos matemáticos o cantidades. Podemos entender cocinar como una fórmula si planteamos las elaboraciones resultantes como una composición en sí mismas, en la que se da una cierta relación entre los componentes que la forman. Es decir, esa mezcla o composición concreta (la de los productos requeridos para realizar la elaboración) y las instrucciones necesarias para ejecutarla (técnicas que hay que llevar a cabo, herramientas para ello, tiempos, etc.) responden también a una relación de «objetos» y cantidades.
RECETA CULINARIA	Además, la cocina es capaz de codificar sus resultados a través de recetas, que compilan los pasos realizados para lograr una determinada elaboración, en base a un orden. Una receta es la suma de las notas específicas que codifican aquello que va a elaborarse y la manera de hacerlo, incluyéndose en la misma todas las indicaciones necesarias para obtener un resultado concreto (la elaboración). Proponemos cocinar como una receta porque esta reúne la información necesaria sobre los productos, las técnicas y las herramientas, así como los tiempos requeridos para llevar a cabo una elaboración.

La receta como un algoritmo

ALGORITMO

RAE

1. m. Conjunto ordenado y finito de operaciones que permite hallar la solución a un problema.

RECETA

RAE

3. f. Nota que comprende aquello de que debe componerse algo, y el modo de hacerlo.

Como hemos visto, plantear una analogía entre una receta y un algoritmo supone, en primer lugar, entender la receta como un conjunto ordenado de operaciones y procesos que sirve de guía para obtener un resultado: una elaboración. Cada receta, como cada algoritmo, llevaría a un resultado concreto, a una elaboración que ya se ha realizado antes y que se puede reproducir gracias a la codificación. Este paralelismo es aplicable en el caso de la cocina de reproducción, en la que se sigue el algoritmo pautado ya existente, que marca pasos y tiempos para llegar al resultado final de la elaboración. Pero también puede llevarse al terreno de la creación en cocina, cuando esta inventa nuevos algoritmos (recetas), proponiendo nuevos esquemas de pasos ordenados y finitos que llevan a la obtención de un resultado (la elaboración). Hasta aquí, la viabilidad del paralelismo matemático funciona. Pero, para que podamos hablar de recetas como algoritmos, debemos solventar previamente una serie de dificultades que se plantean y que trataremos a continuación.

En primer lugar, no existe una codificación consensuada que abarque la terminología propia del ámbito de la cocina. Sin dicho acuerdo relativo a los términos que se emplean en una receta, es mucho más difícil buscar e identificar, de manera que ordenar recetas de forma coherente se vuelve una ardua tarea.

Tomemos como ejemplo la receta número 298 «Pollo al curry» de elBullirestaurante (ver pág. 358).

Observamos que:

- En relación con los productos, no existe una categorización que nos permita calificarlos de forma adecuada. Así, en esta receta, al hablar de ingredientes se están mezclando el aceite con el estabilizante para helados o con las yemas de huevo. Cada uno de ellos responde a una categoría diferente, pues estaríamos hablando de productos elaborados, no elaborados, procesados o no procesados, etc.
- Si nos fijamos en las herramientas, esta receta no especifica categorías en base a su uso (emplatado, manipulación, etc.) y, aunque hable de «plato llano», «cuchara», «estameña» o «cuenca», no los clasifica dentro de un menaje, una cristalería, una cubertería, etc.
- Ocurre lo mismo con las técnicas, ya que no se hace incidencia en categorizarlas, en función de que sean de elaboración o preelaboración, de conservación o de que se trate de técnicas simples, compuestas, derivadas... Se hace referencia a las mismas dentro del proceso, nombrando la acción que cada una supone, pero sin ordenarlas o identificarlas de manera específica.

Es obvio que hay un problema de lenguaje, ya que existen diversas posibilidades en cada denominación (productos, técnicas, herramientas), lo que genera confusión. Veamos algunos ejemplos concretos dentro de esta misma receta:

- Se hace referencia a un jugo de pollo (no un zumo, un jugo), pero podría haberse denominado salsa de pollo, fondo ligado de pollo, reducción de caldo de pollo, etc.
- Sucede lo mismo con la referencia a la leche de coco, que podría ser un jugo o zumo de coco, un licuado de pulpa de coco, etc.

Por último, tampoco hay una denominación clara para el resultado de las acciones que se realizan cuando se ejecuta una receta como un algoritmo, es decir, así como no están codificadas las fases dentro de la misma, no lo están tampoco sus resultados. En general se habla de recetas de «platos» o de cocinar «un plato», pero ¿y si la receta que se

reproduce es un cóctel?, ¿o un bombón? Con esto queremos señalar que no todas las elaboraciones que pueden cocinarse podrían responder a «plato» como denominación.

En general, para todos los resultados de cocinar, empleamos el término «elaboración». Lo que se complica aquí, a pesar del acuerdo establecido en que cocinar es elaborar y sus resultados (cualesquiera que sean) son elaboraciones, es que una receta implica un conjunto de fases, de acciones que, en su totalidad, forman un proceso y tienen resultados. Entonces, ¿a cada paso que damos en una receta realizamos una elaboración?, ¿o podríamos distinguir entre resultados si responden a distintas fases?

- Una elaboración que se va a degustar, finalizada, suele estar compuesta por diversas elaboraciones que son resultados intermedios.

En el caso de nuestra receta número 298, el pollo al curry está compuesto por helado de curry, jugo de pollo cortado con aceite de ajos, etc.

- Las elaboraciones intermedias son también resultados de la combinación o transformación de otras anteriores. Es decir, hay elaboraciones que forman parte de otras, entendiendo el proceso de elaboración como una cadena que suma eslabones de resultados. En función de la naturaleza de estas elaboraciones intermedias, hablaríamos de elaboraciones primarias, secundarias, terciarias, etc.

Observamos la receta del Pollo al curry que estamos siguiendo para confirmar que una elaboración suele estar compuesta por diversas elaboraciones, resultados intermedios generados durante el proceso de cocinarla. Así, vemos que el jugo de pollo cortado con aceite infusionado con ajos está compuesto por un jugo de pollo ligado (que viene de un guiso de alitas de pollo, formado, a su vez, por unas alitas de pollo troceadas, unas alitas de pollo troceadas rehogadas, unas alitas de pollo rehogadas desglasadas, un guiso de alitas, un jugo de pollo enfriado, desgrasado y reducido, y un jugo de pollo ligado) y de un aceite infusionado con ajos (formado, a la vez, por unos ajos troceados y otros confitados en aceite). En este caso, descubrimos que el pollo al curry lo componen varias elaboraciones intermedias: un helado de curry, un jugo de pollo cortado con aceite de ajos, etc.

► Hay elaboraciones intermedias que se realizan como parte de la preelaboración, en la *mise en place*, o que son llevadas a cabo en el momento del pase o servicio o forman parte del emplatado en cocina.

El jugo de pollo es una elaboración que se realiza en la *mise en place*, mientras que cortar el aceite infusionado con ajos y calentarlo es una elaboración intermedia que corresponde al momento del pase.

- En cualquier caso, el resultado que sale de la cocina como elaboración emplatada y que se sirve a la mesa puede, incluso, no estar terminado, ser una elaboración intermedia a la que todavía se le sumará otra u otras más para convertirse en elaboración que se degusta. Así, hablamos de elaboraciones que se emplatan, que se sirven y que se degustan, entendiendo que, en algunos casos, será el personal de servicio quien termine de elaborarlas o el propio cliente, si todavía requieren alguna otra elaboración intermedia.

En conclusión, como hemos visto, se requiere una categorización de cada campo (productos, técnicas, herramientas) que compone una receta, con un lenguaje consensuado, correctamente definido y parametrizado. Codificar y comprender sería más sencillo con significados comunes, empleados del mismo modo y con el mismo objetivo por todos los profesionales del ámbito de la cocina.

POLLO AL CURRY

(formato usual de receta en la alta cocina)

Año: 1995

Familia: TAPAS

Temperatura: FRÍA/HELADA

Temporada: TODO EL AÑO



Ingredientes para 4 personas

Para el helado de curry

500 g de leche
80 g de yemas de huevo
10 g de curry en polvo
2,3 g de estabilizante para helados
sal

- Llevar la leche a ebullición. Añadir el curry y remover. Retirar del fuego, tapar y dejar infusionar 5 minutos. Colar.
- Batir las yemas de huevo con unas varillas de mano en un cuenco.
- Añadir un poco de la infusión a las yemas y remover para que se disuelvan bien, con la ayuda de una espátula. Incorporar el estabilizante.
- Añadir poco a poco el resto de la infusión y poner a punto de sal.
- Cocer hasta que alcance una temperatura de 85 °C.
- Retirar del fuego para evitar que siga cociendo y colar rápidamente.
- Reservar en la nevera durante 12 h.
- Pasar el helado por la sorbetera y mantener en el congelador entre -8 y -10 °C.

Para el jugo de pollo

1500 g de alitas de pollo
200 g de vino blanco
250 g de aceite de oliva 0,4°
1250 g de agua
maicena exprés
sal

- Trocear las alitas de pollo en trozos pequeños.
- Rehogar las alitas junto con el aceite en una sartén, primero a fuego fuerte y después a fuego medio. Remover de vez en cuando para que se doren uniformemente. Deben quedar casi crujientes.
- Desgrasar completamente y desglasar con el vino. Remover bien para recuperar todos los jugos.
- Dejar caramelizar a fuego lento hasta su completa evaporación.
- Cuando los jugos empiecen a coger un color tostado, mojar con el agua.
- Dejar cocer a fuego medio e ir espumando continuamente.
- Reducir el fuego para que hierva poco a poco durante 30 minutos.
- Colar y dejar enfriar para que la grasa se solidifique. Extraerla.
- Reducir hasta conseguir un fondo sabroso y consistente. Pasar por una estameña.
- Poner a punto de sal y, si fuera necesario, ligar con un poco de maicena exprés.

Para el zumo de manzana

500 g de manzana Granny Smith

- Preparar un recipiente con agua hirviendo.
- Descorazonar las manzanas y partirlas en octavos.
- Sumergir los trozos de manzana en agua hirviendo durante 5 segundos, escurrir y enfriar.
- Licuar los trozos de manzana y poner el zumo en un recipiente alto y estrecho.
- Dejar que repose en el congelador para que se solidifiquen las impurezas en la parte superior y resulte más fácil extraerlas.
- Pasar el zumo por una estameña.

Para la gelatina de manzana

300 g de zumo de manzana (elaboración anterior)
1½ hojas de gelatina de 2 g (previamente rehidratadas en agua fría)

- Calentar ¼ parte del zumo de manzana y disolver la gelatina.
- Retirar del fuego y mezclar con el resto del zumo.
- Dejar cuajar en la nevera un mínimo de 3 h.

Para la leche de coco

1 coco de 800 g

- Romper el coco.
- Separar la cáscara de la pulpa de coco.
- Pelar el coco y dejar solo la parte blanca.
- Licuar a temperatura ambiente y colar la leche de coco.
- Guardar en la nevera.

Para el aceite de ajo

150 g de aceite de girasol
50 g de ajos

- Trocear los ajos con la piel.
- Cubrir con aceite de girasol.
- Confitar durante 1 h a 70 °C.
- Dejar enfriar en el aceite y escurrir.

Para las rodajas de cebolla tierna

1 cebolla tierna

- Cortar rodajas de 0,2 cm de grosor.
- Guardar solo 16 aros de 1 cm de diámetro.

Acabado y presentación

Hay dos presentaciones distintas, que denominaremos A y B.

A

- En un plato hondo, hacer una circunferencia de gelatina rota de manzana, de 2 cm de diámetro y 1 cm de grosor.
- Poner 4 aros de cebolla tierna encima de la gelatina de manzana.
- Hacer una *quenelle* de helado de curry con una cuchara de postre y ponerla en el centro de la circunferencia de gelatina de manzana.
- Poner una cucharada de jugo de pollo cortado con aceite de ajo, ambos calientes, alrededor de la gelatina de manzana.
- Acabar con una cucharada de leche caliente de coco, a unos 60 °C, en forma de hilo, encima del jugo de pollo.

B

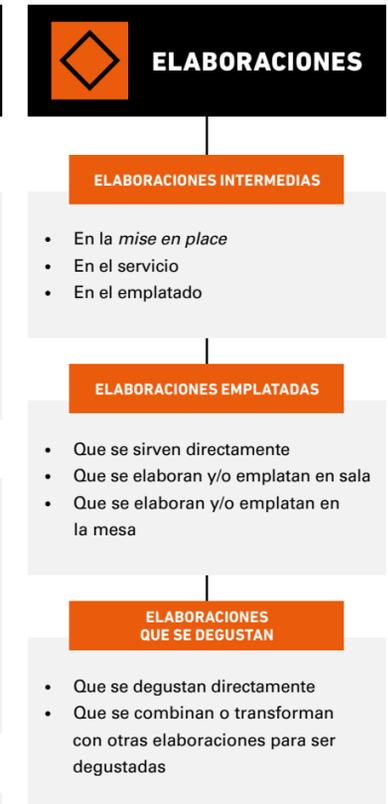
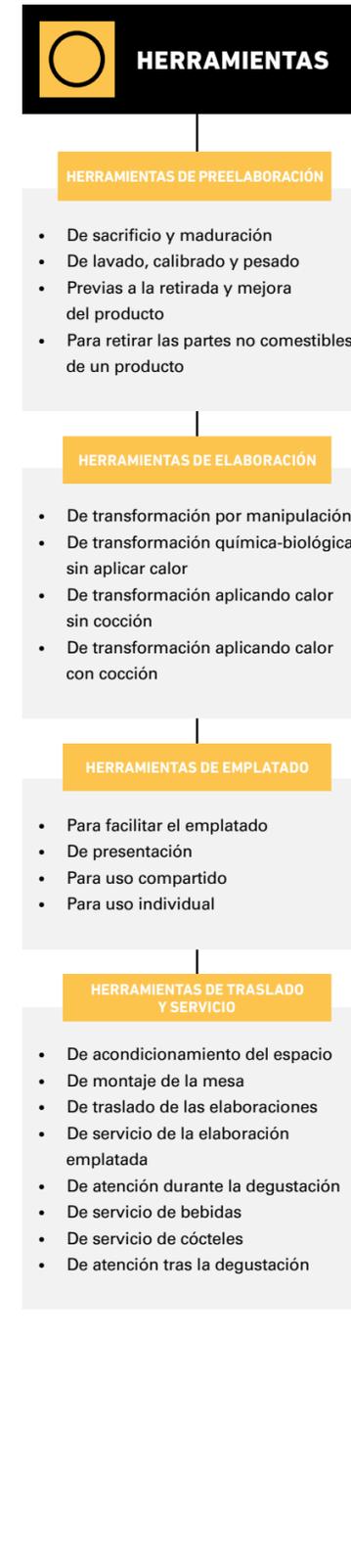
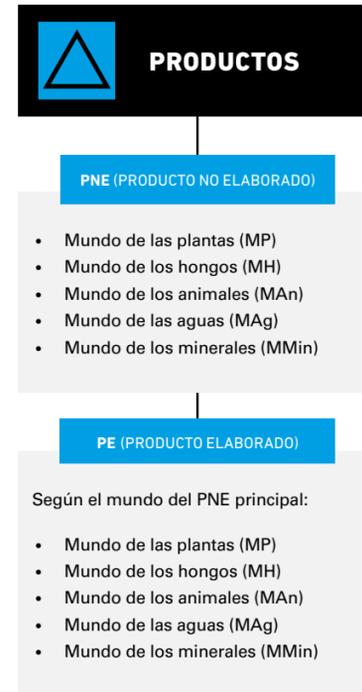
- Dividir imaginariamente en tres secciones radiales el fondo de un plato hondo. En una de las secciones colocar gelatina de manzana. Encima de la misma, poner 4 aros de cebolla tierna.
- Cortar el jugo de pollo con el aceite de ajo. Calentar y colocar una cucharada de este jugo ocupando otra sección.
- Llenar la tercera sección del fondo del plato con la leche de coco, calentada hasta unos 60 °C.
- Con una cuchara de postre, hacer una *quenelle* de helado de curry. Colocarla en el centro del plato, sobre los vértices de las tres secciones de coco, jugo de pollo y gelatina de manzana.

Categorías taxonómicas para una receta digital

Las categorías a las que nos referimos serían la base perfecta para generar un orden construido sobre conceptos compartidos, que todo el mundo pudiera entender y que fueran fácilmente difundidos. Si hubiera categorías establecidas para cada uno de los elementos que se incluyen en una receta, no importaría tanto quién codifica el proceso culinario que permite obtener determinada elaboración, puesto que la forma de referirse a ellos sería la misma en todas las ocasiones. Este hecho permitiría generar un consenso de acuerdo con unas categorías compartidas, que todos los cocineros entendieran de la misma manera, de forma que al codificar recetas se siguiera un patrón común en sus enunciados.

La categorización aplicada a las recetas tendría que responder a los resultados de clasificar los elementos que la componen e incluiría, sin duda, los productos, las técnicas y las herramientas empleados para cocinar. A ellos se sumarían las elaboraciones intermedias, así como las emplatadas y las que se degustan, cada una de las cuales tendría su propia categoría. Como vemos a continuación, cada una de las categorías mencionadas contiene subcategorías, que continúan ordenando cada uno de los elementos recogidos por estas, lo que permite un mayor nivel de precisión.

- ▶ En la categoría de los productos, es posible realizar una gran subclasificación que genera dos subcategorías: productos no elaborados y productos elaborados. Dentro de cada una de ellas, encontramos los diferentes mundos de productos posibles, a los que podríamos añadir la morfología (primarios, secundarios, terciarios...).
- ▶ En la categoría de técnicas, hay cinco subcategorías que las clasifican en función del momento en que se emplean en el proceso culinario. Así, hablamos de técnicas de preelaboración, elaboración, conservación, emplatado y traslado y servicio. Las subcategorías de preelaboración, elaboración y conservación aciertan a distinguir diferencias entre las técnicas que las componen, que son intermedias y admiten distintos matices que generan niveles inferiores en cada categoría, hasta que se aplican técnicas de emplatado y de servicio.
- ▶ Las herramientas admiten seis subcategorías, también referidas al momento concreto del proceso en el que se emplean y a la función que cumplen en el mismo: herramientas de preelaboración, elaboración y conservación, por un lado, y, aquellas utilizadas para emplatado, trasladar, servir y degustar (que en este caso emplea el comensal o cliente).
- ▶ Las elaboraciones intermedias, como categoría, se subclasifican en aquellas que se realizan en la *mise en place* y que formarán parte de otra elaboración, las que se realizan en el servicio y que formarán parte de otra elaboración y aquellas que forman parte de una elaboración emplatada en cocina. Todas ellas pueden ser, además, principales o primarias, secundarias, terciarias e, incluso, podrían ser cuaternarias (o de más niveles). También son categorías aquellas que se refieren a elaboraciones emplatadas y aquellas que se degustan.



* Las elaboraciones para conservar no están en estas categorías taxonómicas.



RECETA SEGÚN ESTRUCTURAS CON CATEGORÍAS TAXONÓMICAS SAPIENS

Ejemplificamos ahora con la receta del Pollo al curry de elBullirestaurante las categorías mencionadas en las páginas anteriores —productos, herramientas, técnicas y elaboraciones— siguiendo el mismo código de color —azul, amarillo, verde y naranja, respectivamente— al que sumamos el emplatado de cada elaboración —en color violeta—.

Esta aplicación de la taxonomía se despliega en las páginas siguientes en los distintos niveles —primario, secundario, terciario y cuaternario— para cada una de las categorías, en un recorrido lineal a través de cada una de las elaboraciones intermedias que son necesarias para llevar a cabo la elaboración final que se degusta, resultado del proceso.

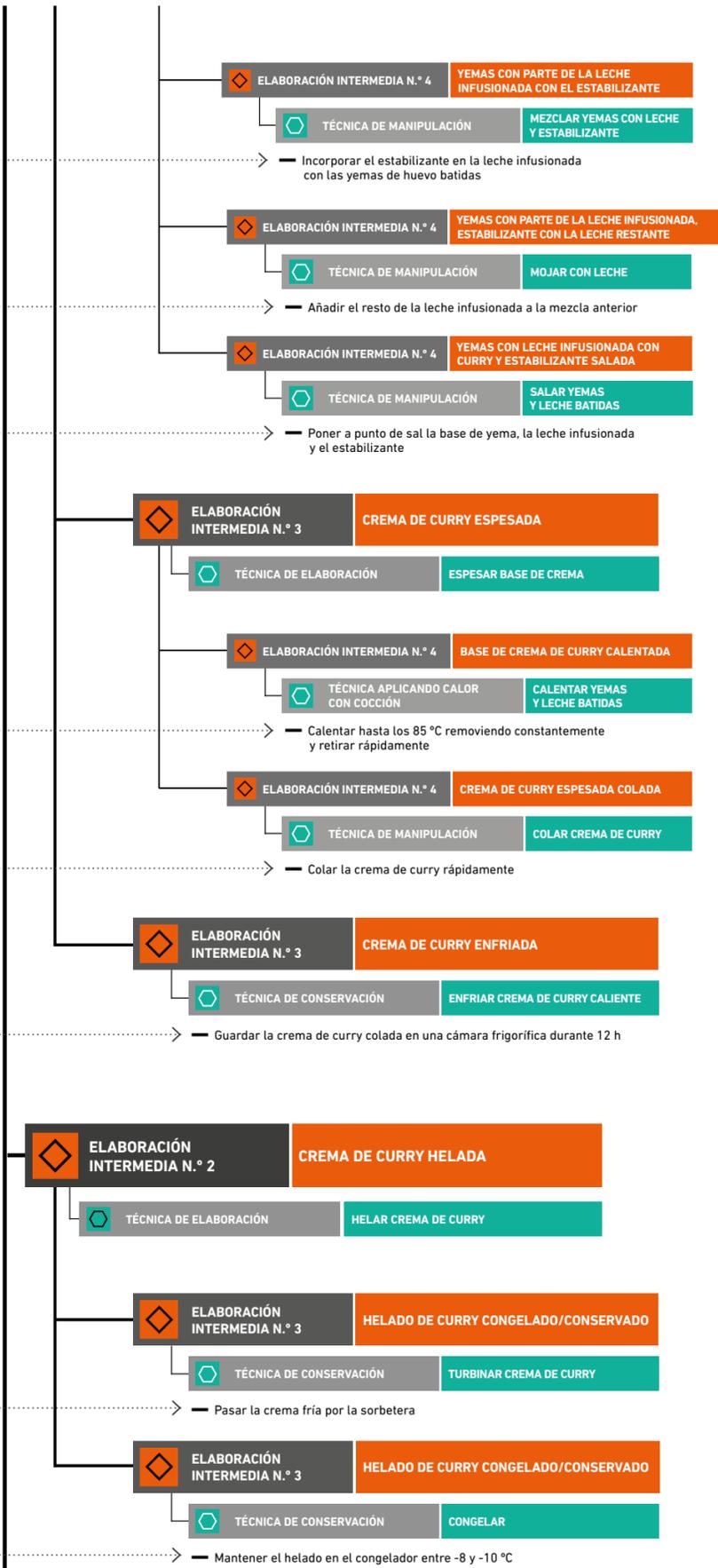
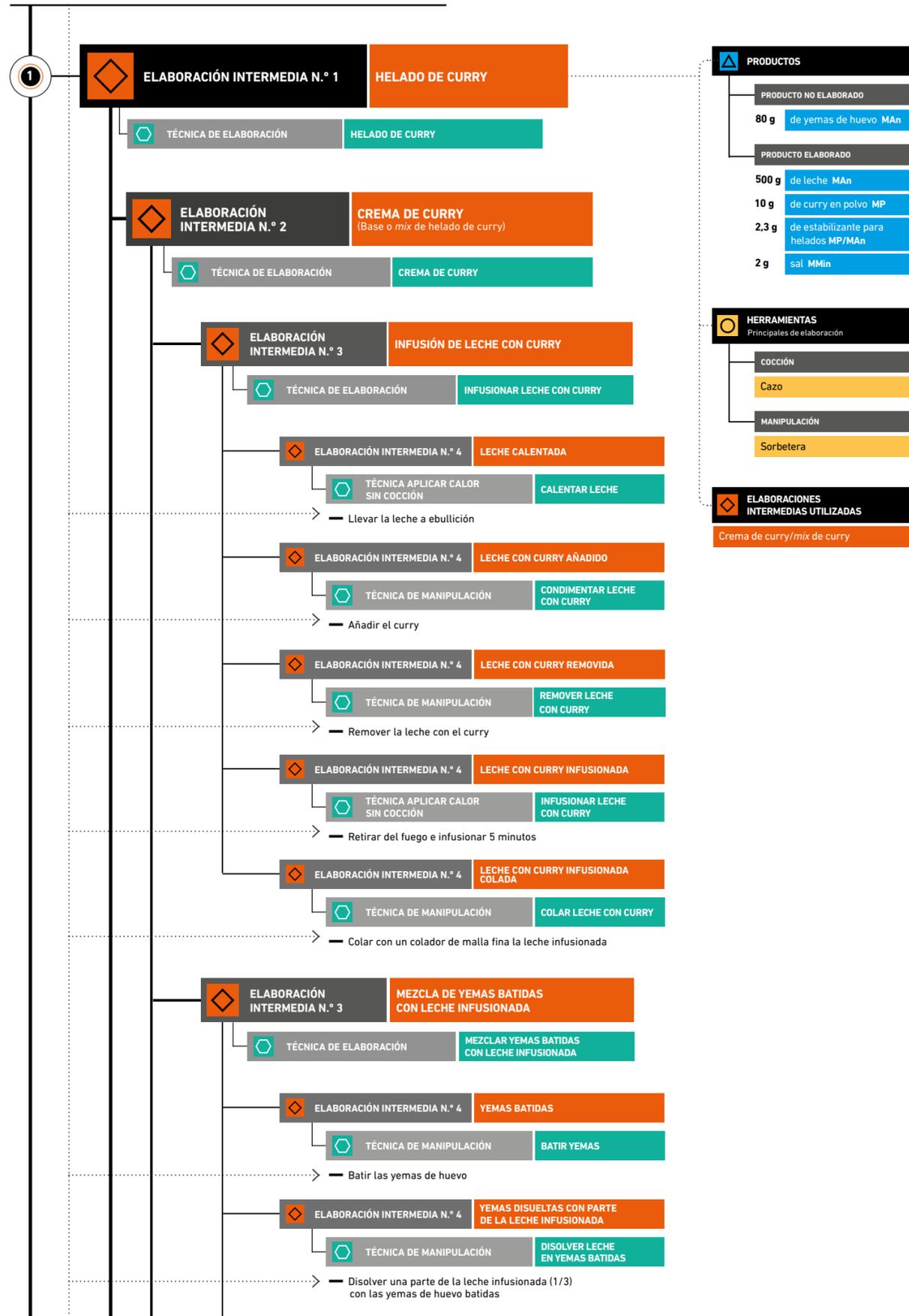
ELABORACIÓN FINAL
QUE SE DEGUSTA

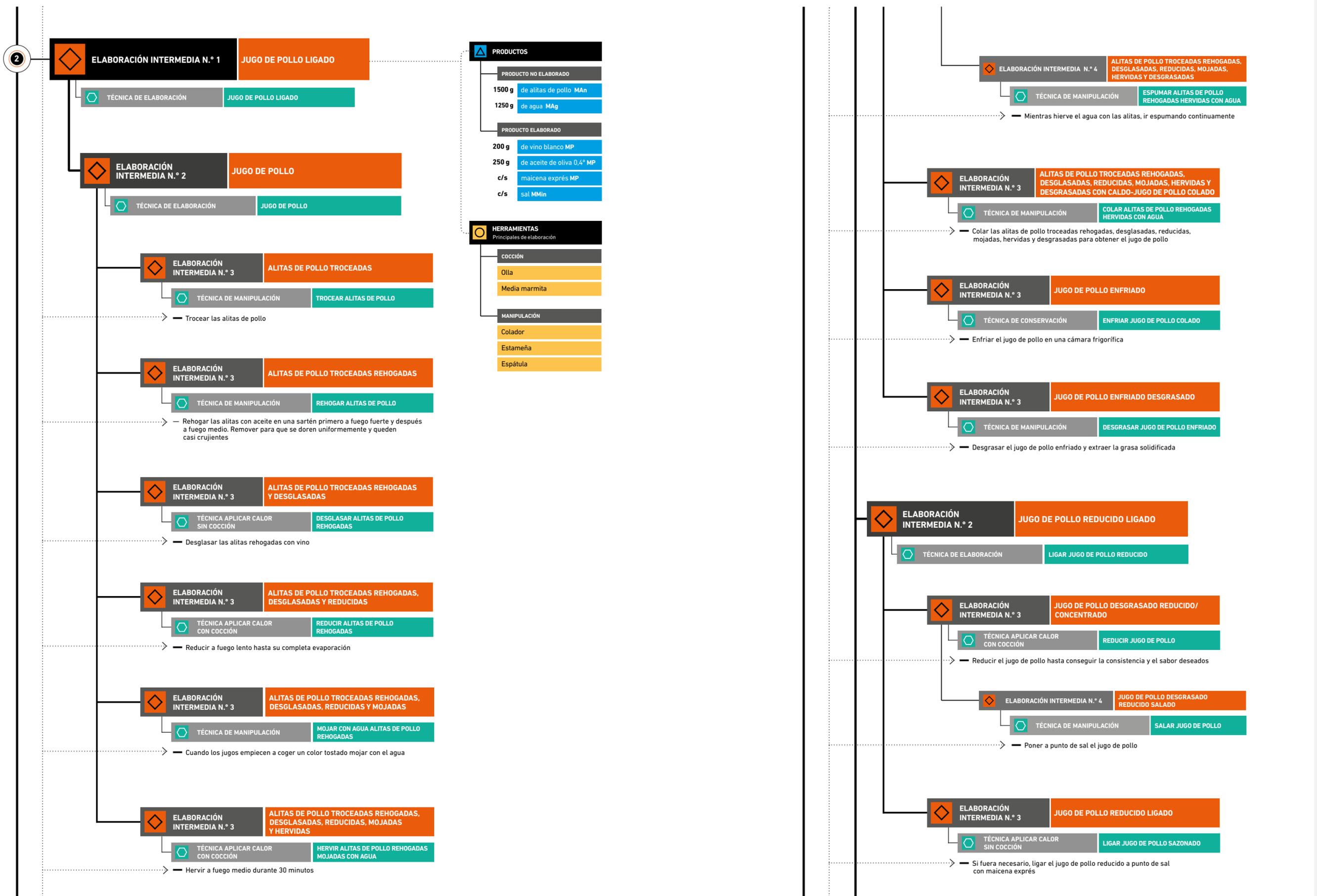
POLLO AL CURRY

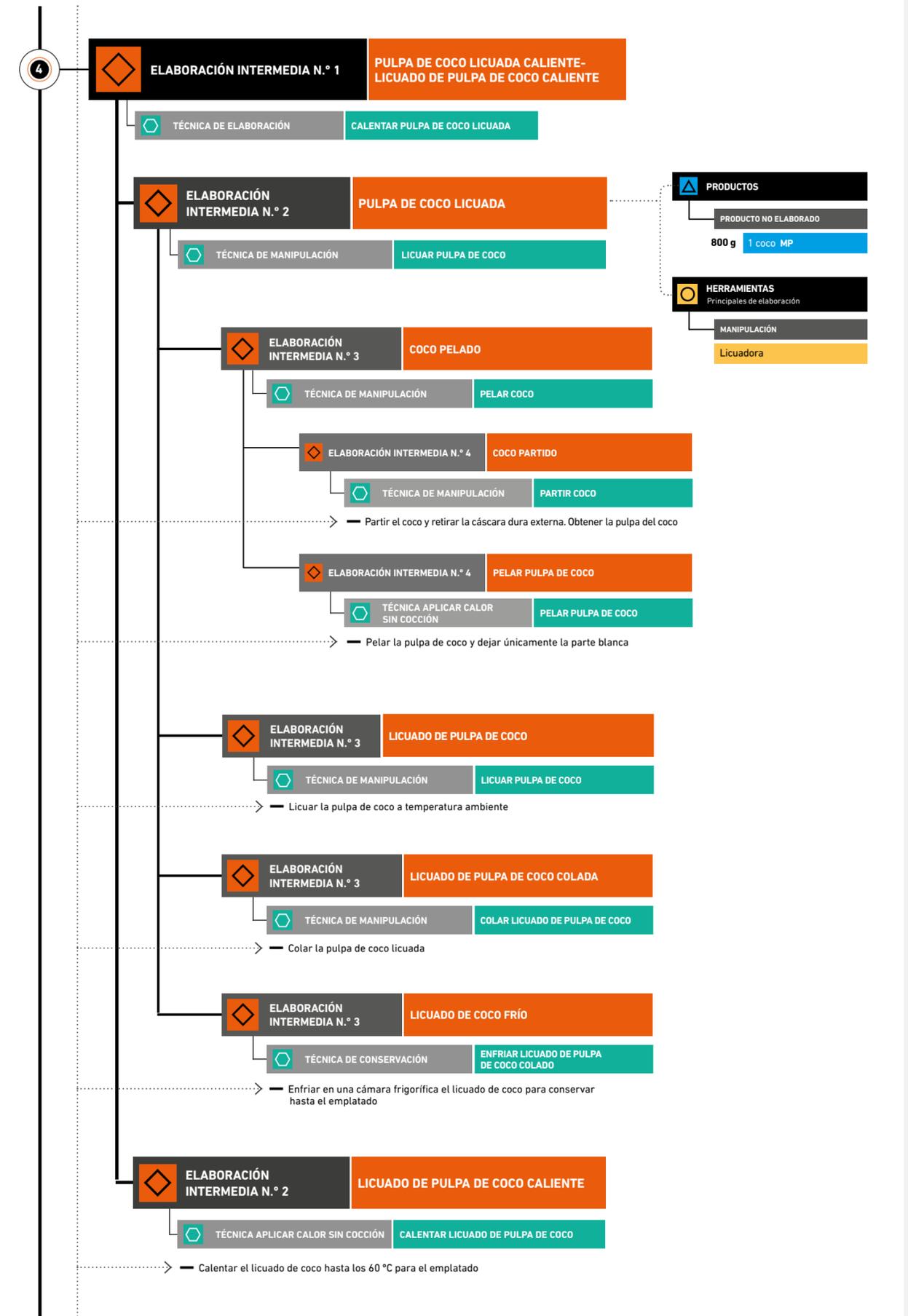
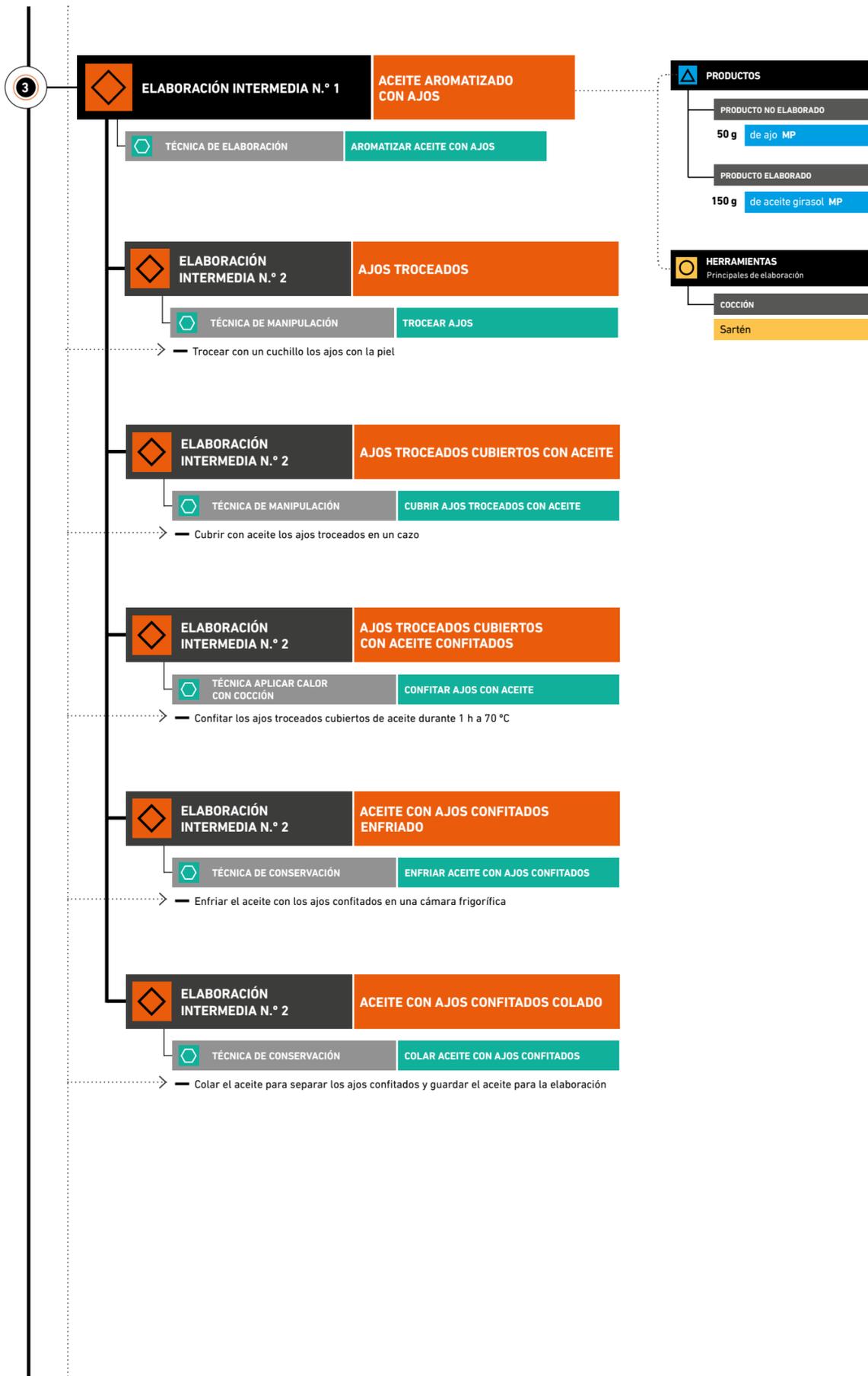
Espacio/autor elBullirestaurante - F. Adrià	Reproducción elBullirestaurante	Uso/familia Comida/tapas	Técnica característica Deconstrucción
Año de creación 1995 - n.º catálogo 298	Lugar Roses/Cataluña/España/UE	Temporada Todo el año	Producto base PNE pollo/PE curry
Nivel de resultado creativo/ innovador Nivel Alto	Tipo de restaurante gastronómico Cocina tecnoemocional	Tipo de elaboración Elaboración compuesta/ compleja	Mise en place Receta para 4 personas

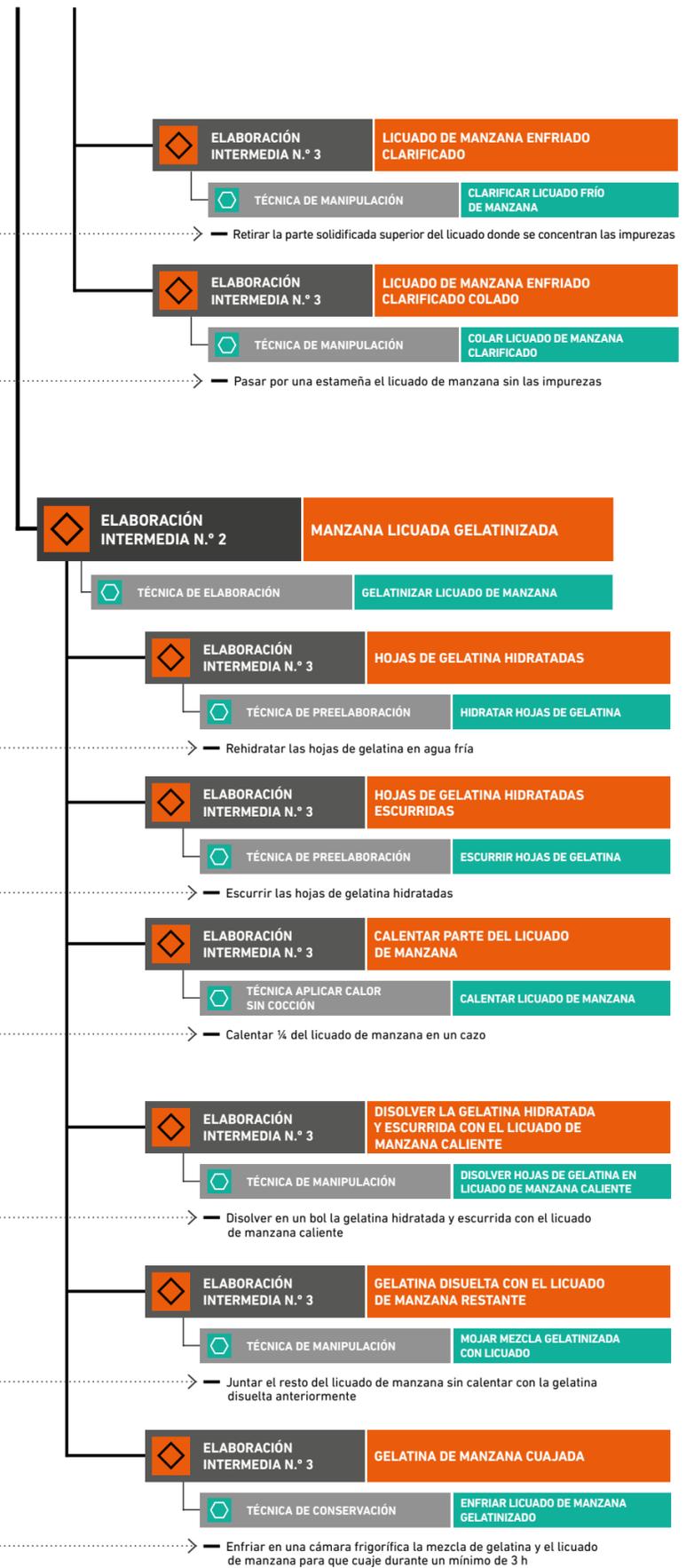
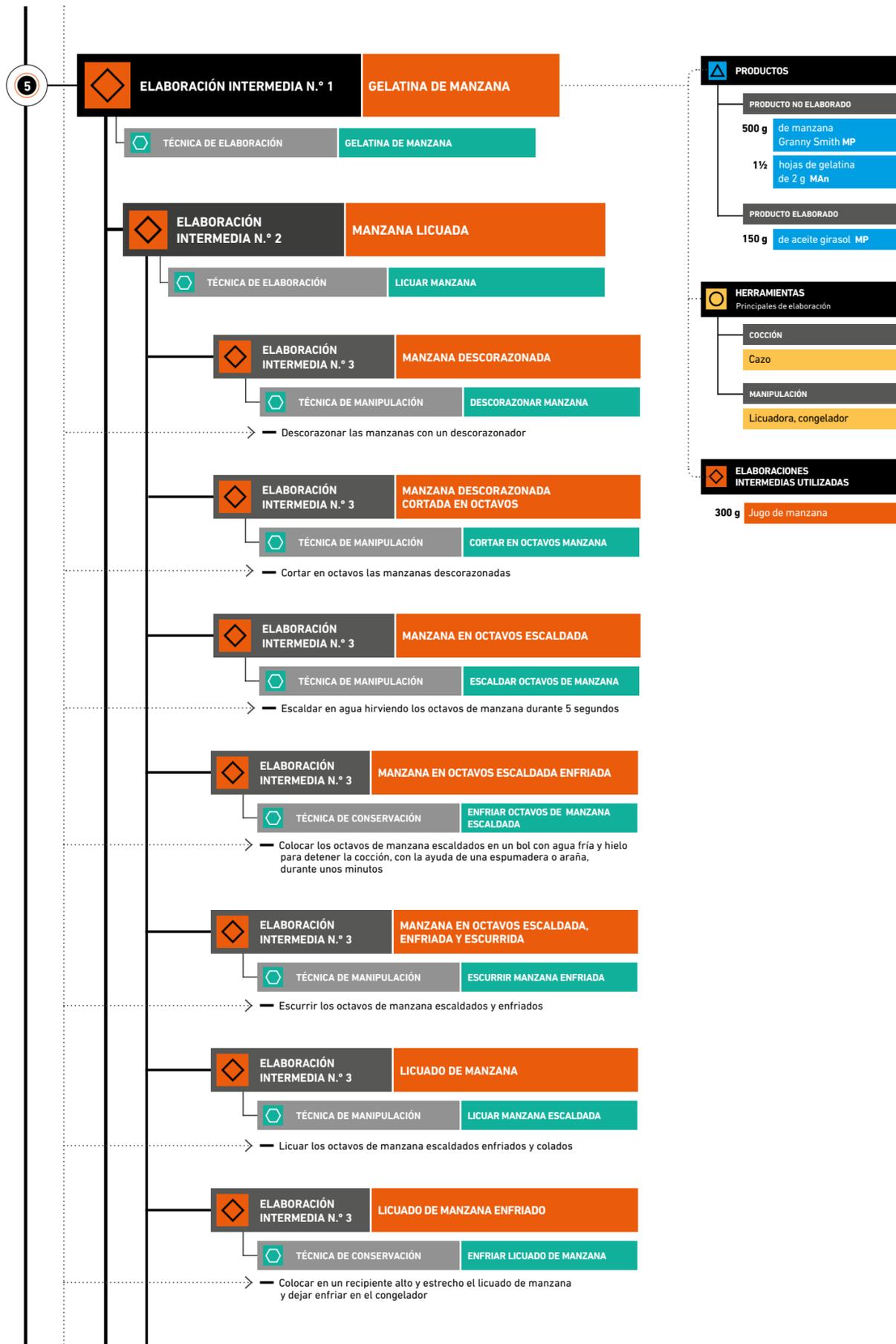


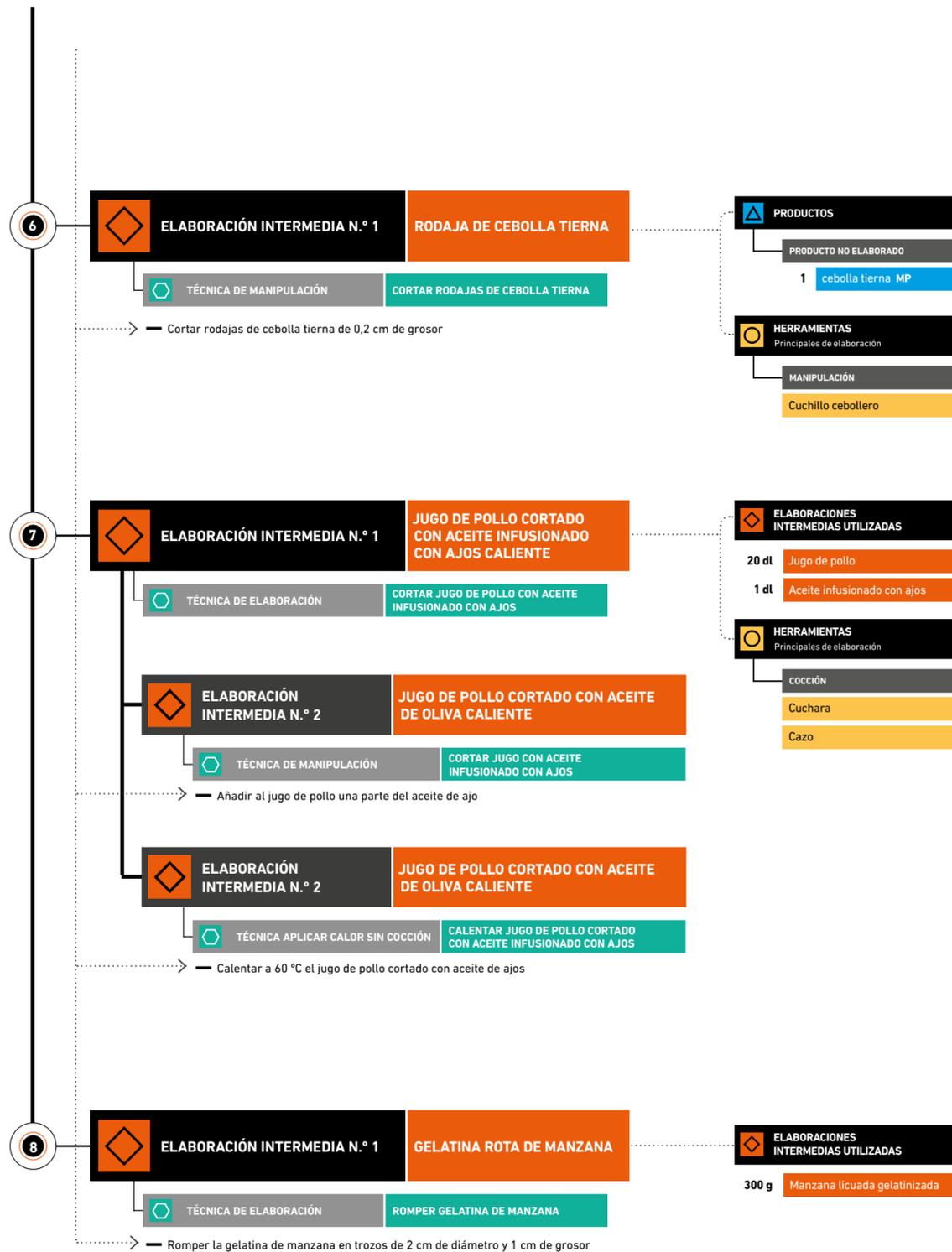
ELABORACIONES INTERMEDIAS ANTES DEL SERVICIO



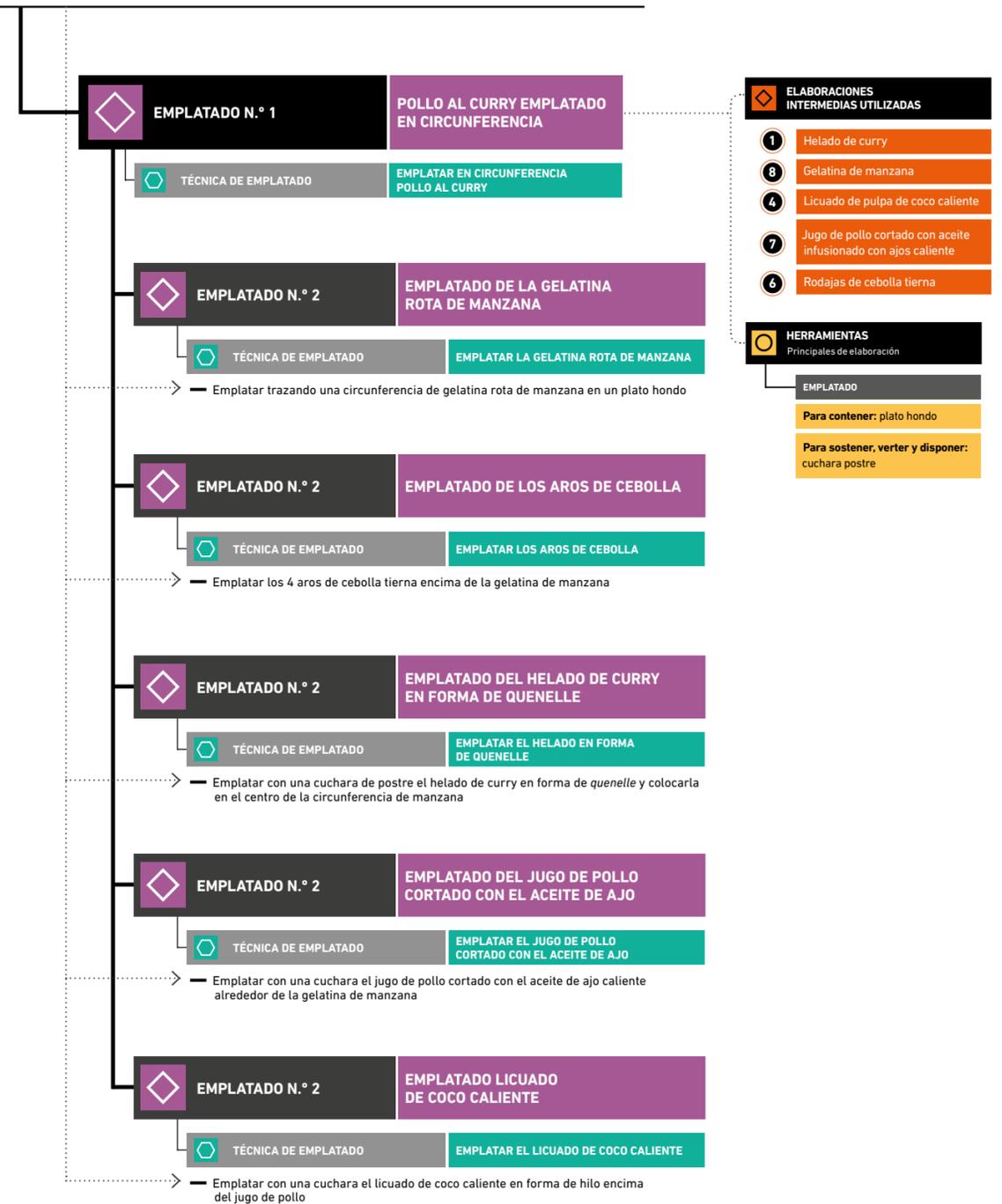








ELABORACIONES INTERMEDIAS REALIZADAS DURANTE EL EMPLATADO



ELABORACIÓN QUE RESULTA DEL PROCESO DE REPRODUCCIÓN



¿Existe una filosofía que sostiene las decisiones que toma el cocinero?

Entendemos por filosofía la manera de pensar o de ver las cosas que tiene un individuo, que, en este caso, sería un cocinero, y nos preguntamos si es posible trasladar su forma de entender y vivir en el mundo a su hacer en la cocina. Plantear la cocina como filosofía supone partir de la idea de que uno, como individuo, «cocina como piensa» o, dicho de otra manera, puede hacer corresponder su forma de cocinar con la filosofía que marca su vida.

Para poseer una filosofía cocinando no es necesario ser profesional, pues hay cocineros amateurs que trasladan sus formas de ver el mundo a su manera de cocinar y muestran una voluntad de ser consecuente con una idea, una pasión, un interés. Sucede así cuando se elabora siguiendo criterios propios, que guían la acción de cocinar y que son muestra de una actitud determinada. Pero también cuando, antes de iniciar un proceso de elaboración en sí mismo, se decide consumir, comprar, abastecerse de acuerdo con una idea concreta (ecológica, vegana, de cercanía) e, incluso, después de haber cocinado y haberse degustado los resultados, la filosofía de un cocinero llega hasta el punto de poder guiar su gestión del residuo generado.

¿Qué pensamiento guía la cocina? ¿Sobre qué líneas influye tener una filosofía en la cocina? Son muchísimos factores los que pueden estar influidos por la forma de pensar del cocinero, por su filosofía, a lo largo de las fases del proceso culinario y que afectan a los componentes que este implica:

- ▶ Puede ser relativa al producto (qué se consume y por qué se consume) en relación con la sostenibilidad, la proximidad, etc.
- ▶ A las herramientas y las técnicas que se emplean (si se decide cocinar «en crudo», por ejemplo, porque se considera que esta opción es mejor, más sana, etc.).
- ▶ Al conjunto del proceso culinario (dónde se cocina y por qué, empleando qué tipo de energía, tratando el producto de una determinada manera, etc.).
- ▶ La relación con el equipo en el restaurante (la forma en que se gestionan los recursos humanos del mismo, en que se relacionan y entienden las relaciones entre los trabajadores).

- ▶ La relativa a la innovación en aspectos distintos de la oferta gastronómica en sí misma, que son muchos, centrándose en la experiencia del cliente y en el sistema de organización y funcionamiento (todo aquello que escapa a la cocina pero es necesario para que esta suceda y que hace posible la experiencia del cliente).
- ▶ La que tiene que ver con cómo se vive la experiencia, las emociones y sentimientos, los valores, el conocimiento, la conducta, etc.

Cuestiones o motivos de restricciones y prescripciones, como las derivadas de creencias religiosas o de la responsabilidad en relación con el tipo de consumo que realizamos o, incluso, si se realiza una cocina para la salud, trasladan una filosofía a la cocina.

Si la filosofía es el reflejo de una forma de pensar, tendríamos que preguntarnos: ¿cómo es el cocinero?, ¿qué caracteriza su forma de pensar en la vida?, ¿es arriesgado?, ¿es más bien prudente?, ¿tiene una mentalidad dinámica o más bien estática?

Estos ejemplos nos permiten afirmar que la filosofía de un cocinero es importante, cuando no determinante, a la hora de cocinar.

- ▶ De una filosofía/forma de pensar dinámica, que rompe con lo estático, nace la cocina creativa.
- ▶ De una mentalidad centrada en el perfeccionamiento de la reproducción y en la generación de valor respetando la tradición se obtiene una cocina tradicional o clásica, que no pretende romper moldes sino reproducir con virtuosismo. Se puede reproducir con filosofía, no solo existe en la cocina de aquellos que abren caminos o son muy creativos.
- ▶ Sería fundamental, en cualquiera de los casos, considerar si el cocinero tiene una libertad de pensamiento que guía su hacer en cocina o si sigue el planteamiento y filosofía de otro u otros cocineros, a la que adecua su forma de cocinar.



Desde el «otro» lado, en el que se degustan resultados y se vive una experiencia, el comensal o cliente también puede basar sus decisiones en una forma de pensamiento concreta y propia. Como en el caso del cocinero, puede estar relacionada con el producto que consume y/o con el proceso de elaboración del mismo (técnicas y herramientas) o con una manera de entender la cocina. La particularidad del caso del cliente es que su filosofía puede afectar a las decisiones que toma a la hora de vivir la experiencia gastronómica, llevándole a decidirse por conocer el trabajo de uno u otro cocinero profesional o a seleccionar un restaurante gastronómico (u otro establecimiento de la restauración) en concreto.

Las creencias religiosas también entran en la cocina

Las creencias religiosas son aquellas ideas sobre las que se basa una religión, consideradas como verdaderas por quienes la profesan. El cuerpo teórico de una religión se construye en base a las mismas, que articulan las formas de comportamiento de los fieles y construyen la tradición que sustenta dichas creencias.

Toda creencia religiosa, independientemente de su credo, tiene una implementación práctica que afecta a la vida cotidiana del individuo que profesa su fe en el marco de la misma. De entre todas las restricciones y prescripciones que marca una religión, encontramos algunas que afectan a la cocina, como acto diario para la alimentación, pero también en otras de sus versiones. La puesta en práctica de creencias religiosas a lo largo de la historia ha tenido y tiene un impacto sobre las elaboraciones que crean, reproducen o degustan los creyentes de cada religión, así como sobre su relación con determinados productos, tanto no elaborados como elaborados. Estas creencias también se pueden reflejar en la actitud, conducta, valores, etc., del individuo que cocina y/o come y bebe.

Así, en el diálogo entre las diferentes creencias religiosas y la cocina pueden buscarse muchas referencias que dan idea del nivel de influencia que las primeras tienen sobre la segunda. Lo que se puede y no se puede comer, lo que se debe y no se debe comer, en base a una creencia ha constituido el mayor factor limitador que podemos reconocer en la historia de la cocina. Por su dimensión (número de individuos que las siguen), pero también por su impacto (la enorme influencia de la religión en la vida cotidiana de millones de personas en el mundo), no ha habido ningún motivo no religioso que haya sido capaz de condicionar de semejante manera las formas y hábitos de consumo.

Por un lado, encontramos productos o elaboraciones prohibidas, eliminadas del consumo y rechazadas por la comunidad de creyentes que siguen las restricciones establecidas por una determinada religión. Por ejemplo, los creyentes musulmanes no consumen cerdo por considerarlo impuro, como ocurre con los creyentes judíos, aunque por motivos diferentes. Hinduistas y budistas tienden a rechazar cualquier tipo de carne, optando por el vegetarianismo y entienden la felicidad ligada a la forma de alimentación. El ayuno es otra cuestión relacionada con la prohibición, en este caso absoluta, de ingerir alimento por un periodo de tiempo determinado. Aunque el ayuno se justifica con argumentos y motivos diferentes en función de la religión (puede ser una purificación, un sacrificio, etc.), ha de señalarse que está presente en casi todas ellas, de un modo u otro.

Por otro, encontramos prescripciones, es decir, sugerencias de consumo que en ocasiones pueden ser casi obligatorias u obligatorias. En relación con esto, existe un calendario de celebraciones religiosas en las que se consumen determinados productos o elaboraciones y que tiene un enorme valor simbólico. Incluso hay religiones que condicionan a sus creencias las formas, no solo de elaborar determinados productos, sino de preelaborarlos. Es el caso tanto de judíos como de musulmanes, que establecen formas concretas de sacrificio de los productos animales que consumen, que han de acatar determinadas reglas dictadas por la religión que practican. Además, en sí mismos, hay productos o elaboraciones que tienen un enorme peso en determinadas religiones. En el cristianismo, por ejemplo, el pan y el vino tienen una dimensión espiritual asociada al cuerpo y la sangre de Cristo, que los convierte en representación de una idea o creencia que, como vemos, se traslada a una comida y una bebida.

El concepto espiritual más allá de las creencias religiosas también forma parte de cocinar.

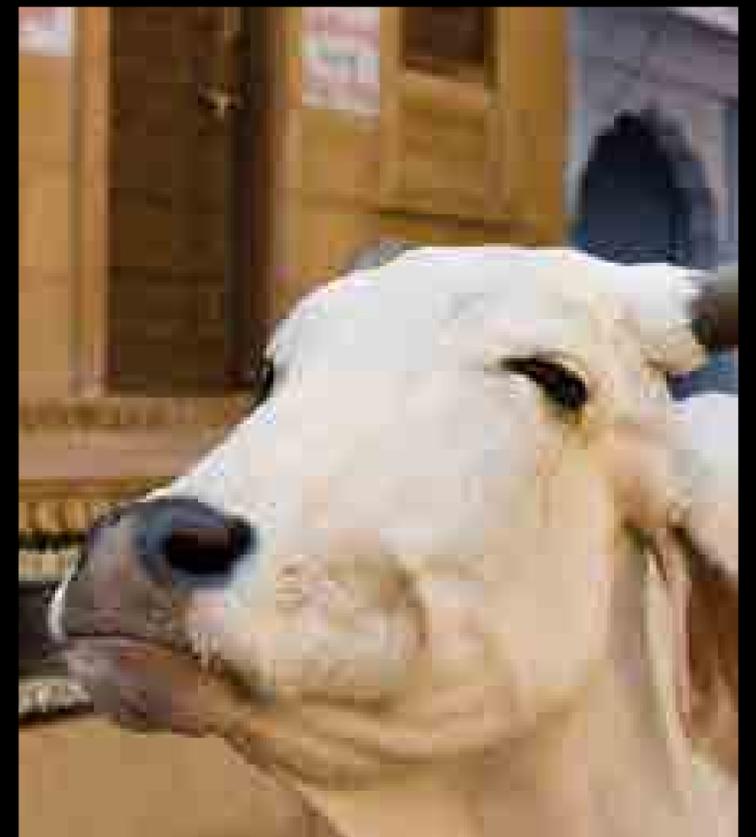
Veamos, a continuación, algunos ejemplos de las religiones monoteístas más practicadas en el mundo: el judaísmo, el islam y la rama católica del cristianismo.

La religión judía es una de las más estrictamente regladas y está cargada de simbolismo. En primer lugar, distingue entre animales puros (vaca, oveja, cabra, peces con aletas y escamas) e impuros (cerdo, insectos alados, reptiles, ratones, aves de rapiña, peces sin aletas y sin escamas, es decir, anguilas y mariscos, animales muertos por causa natural o enfermedad, sangre y grasa). Los alimentos puros se denominan *kosher* y deben ser preparados de la forma prescrita, que implica que la matanza la debe realizar un *shocker* supervisado por un rabino. El animal ha de ser desangrado totalmente de una cuchillada en la yugular, y, después, su carne se enfría y se limpia varias veces, para evitar cualquier resto de sangre. Posteriormente se cuece, se inspecciona y se marca con el sello del *shocker* para indicar la pureza del ritual. No se consumen los cuartos traseros ni el nervio ciático. Otra de las restricciones establece que no pueden tomarse lácteos y carnes a la vez ni en la misma comida y ni siquiera pueden estar en la misma mesa o servirse en la misma vajilla. De hecho, hay que esperar seis horas entre que se consumen unos y otros. El pan se corta con un cuchillo que no toca carnes ni lácteos. El ayuno completo se realiza durante el Yon Kippur y, en Pascua, están prohibidos los alimentos comunes y los fermentados.

La religión islámica, por su parte, también distingue alimentos «puros» denominados *halal* (cordero, cabra, camello, algunas aves y pescado) y alimentos impuros, *haram* (cerdo, animales carnívoros con colmillos y aves de garras afiladas, animales terrestres sin orejas como anfibios o reptiles y todos los animales no sacrificados de forma *halal*, muerto por enfermedad o por causa desconocida, así como todos los aditivos procedentes del cerdo. Están prohibidas las bebidas alcohólicas). La matanza de cualquiera de ellos ha de hacerse en nombre de Alá e implica cortar las vías respiratorias, digestivas y las dos yugulares sin tocar la columna vertebral para que el alma del animal pueda salir del cuerpo. Además, el matarife ha de ser un musulmán de edad. El ayuno para los musulmanes dura un mes al año, que coincide con el noveno mes lunar y se denomina Ramadán. No se toman alimentos ni agua desde la salida del sol hasta su puesta y solo los ancianos, enfermos y embarazadas están exentos de realizarlo.

En el marco del cristianismo, las restricciones de los practicantes católicos están menos marcadas y bastante suavizadas. Realizan varios ayunos al año, tienen prohibido comer carne en Cuaresma y la gula es considerada pecado capital.

En paralelo, más allá de las restricciones o prescripciones que las religiones establecen, entendemos que existe una relación entre cocina y religión en cuanto que ha sido en espacios religiosos en los que se han creado, reproducido y codificado elaboraciones. Si pensamos en la religión cristiana, tenemos que hacer referencia a la importancia de los conventos, monasterios y abadías en el pasado, lugares de paso para muchos viajeros, lo que generó que, además de la cocina para los religiosos que vivían allí, se comenzara a dar alimento al público en algunos de ellos.



Puesto que la forma en la que cocinamos es la forma en que consumimos, ¿podemos ser cocineros responsables?, ¿en qué se traduce la responsabilidad en la cocina?

Cualquier formato de la cocina y del cocinar, así como del hecho de ingerir elaboraciones, comida o bebida, sea por ocio y diversión o por la más estricta alimentación, supone una forma de consumo. En cuanto que la cocina requiere recursos, consumimos recursos cuando cocinamos. De modo que elegir cómo y qué cocinamos supone también decidir la manera en que consumimos y qué consumimos. En los últimos años, un clamor social que recorre el mundo nos hace señalar que existe una preocupación progresiva por hacer sostenible una cuestión tan importante como la alimentación de la especie.

La cadena de la que toma sus recursos la cocina comienza con el productor, es decir, parte del tipo de contacto con la tierra que tenga quien la explote y no termina cuando degustamos una elaboración, pues todavía queda la gestión de residuos, lo que hemos desechado y no vamos a consumir.

En términos de productos no elaborados, todo lo que el ser humano produce gracias al medio ambiente y en este depende del mismo. Los métodos de producción han cambiado ligados al crecimiento de la población mundial, que continúa aumentando. En las últimas décadas la sobreexplotación de especies, pero también las formas en las que se realiza esta explotación, han hecho surgir movimientos que reclaman una vuelta a «lo natural», entendido como tratamiento sostenible de los recursos, que reclama que las soluciones que «intoxican» lo producido se reduzcan y/o desaparezcan. Así aparecen las denominaciones «ecológico», «biológico» y «orgánico», que califican a los productos que han recibido el sello de calidad de la Unión Europea que certifica, de acuerdo con el Reglamento (CE) n.º 834/2007 del Consejo de la Unión Europea, que la forma en que se han producido no es perjudicial para el medioambiente y es, además, sostenible.

En el marco de la sostenibilidad y el consumo responsable desempeñan un papel muy destacado las

modas y las tendencias en cocina (ver pág. 302). Los productos viajan de un lugar a otro del mundo desde hace siglos; sin embargo, nunca como en el presente había existido una demanda tan global de algunos de ellos. Ante el aumento de determinadas demandas se ha respondido, en algunas ocasiones, priorizando determinada producción o aniquilando parajes naturales o especies locales para producir más de aquello que, de repente, reclama el mercado. No es nada nuevo, pues desde que somos especie le robamos tierra a la tierra para alimentarnos con lo que producimos en ella, pero nunca como ahora, lo que hace muy cuestionable la sostenibilidad del sistema.

Esta situación ha generado una respuesta internacional que apuesta por el consumo de productos de cercanía, denominados «Km 0». Esta vía alternativa pone de manifiesto la existencia de una mentalidad nueva. En cuanto que se consume el producto de proximidad, también se consume el de temporada, ya que se rechazan aquellos que no se dan en las condiciones naturales de la zona en la que habita el cocinero/consumidor y, por tanto, necesitan otro clima. Esta convicción, nacida y desarrollada en los últimos treinta años, se ha promovido energicamente desde entidades como Slow Food. Aunque es cierto que las opciones de productos ecológicos/biológicos/orgánicos o los Km 0 suelen tener un precio más elevado y, por tanto, su consumo es más difícil para las clases medias y altas, que pueden permitirse pagar más por un producto determinado, no es, en la mayor parte de los casos, una barrera económica la que hace que el ser humano siga con su forma de consumo habitual, sino la falta de interés y/o responsabilidad en esta cuestión.

Por otra parte, sin estar relacionado con un sello concreto o con la distancia existente entre el consumidor y el producto, hay quienes eligen cambiar sus hábitos de consumo erradicando de los mismos los que consideran que no son productos responsables con el medio ambiente o no favorecen un desarrollo sostenible, por un motivo u otro. Hay

consumidores que rechazan determinados productos y los desvinculan de su dieta de forma drástica, es decir, no los cocinan y no los degustan. Encontramos esta idea de responsabilidad en las cocinas vegetariana, vegana, crudivegana, etc., que basan su criterio de rechazo en el consumo de productos de origen animal, además de otros en función del grado de restricción que el consumidor asuma.

Todas las decisiones de consumo guiadas por un tipo u otro de responsabilidad del individuo que cocina (y que come y bebe) se pueden superponer y estar marcadas por una filosofía del cocinero (ver pág. 374). Este puede elegir emplear un producto de proximidad (km 0), que, además, es ecológico y emplearlo para reproducir un plato vegano. Además, puede incluir otros factores que hacen que su decisión de cocinar sea más responsable en relación con la sostenibilidad medioam-

biental, si no emplea plásticos y reutiliza los utilizados, recicla el residuo que genera, etc. Desde la cocina profesional, los cocineros influyentes tienen, además de todas las opciones anteriores, la posibilidad de enviar un mensaje muy potente desde su propia forma de hacer y entender la cocina. Un cocinero influyente posee un enorme altavoz a través del cual puede despertar este tipo de conciencia responsable en el consumo.

Concienciar es una tarea importante, y de una gran responsabilidad, que tiene un gran impacto a nivel de sociedad, aunque donde más puede incidir un cocinero profesional es en el producto con el que elige trabajar en su restaurante. Apoyando un consumo más sostenible, también puede esforzarse por influir en la eficiencia de hábitos como la reutilización y el reciclaje, que tienen un impacto directo en las formas de consumo.



Slow Food®

ECOLOGÍA

RAE

1. f. Ciencia que estudia los seres vivos como habitantes de un medio, y las relaciones que mantienen entre sí y con el propio medio.
2. f. Medio ambiente.

La ecología, como rama de la biología que se centra en el estudio de las interacciones de los seres vivos con el medio que habitan, genera conocimiento y conclusiones en relación con la abundancia, la escasez o con una determinada distribución de variedades y especies, tanto animales como vegetales.

En relación con la posibilidad de cocinar desde una conciencia responsable, la ecología plantea el impacto que la reproducción de determinados productos no elaborados puede tener en el equilibrio vital de un determinado medio (terrestre, acuático) o ecosistema. Se trata de una cuestión ligada a las formas de consumo de productos y a las actividades que las hacen posibles, como la agricultura, la ganadería o la pesca.

De la ecología como ciencia derivaría «ecológico» como adjetivo, que califica un producto no elaborado e implica que su forma de explotación no perjudica o daña el medio en el que se relaciona, crece, vive y se reproduce como ser vivo (animal o vegetal).

Es fácil imaginar una cocina de la salud para la alimentación, pero ¿existe la opción de realizar una cocina para la salud y para el hedonismo?

Hay un tipo de cocina pensada y llevada a cabo para aquellos que, por cuestiones intrínsecas a su salud personal y condicionados por la misma, parten de unas limitaciones en el consumo de determinados productos o la aplicación de técnicas concretas. Sin embargo, no nos referimos ahora a aquellos que cocinan o para quienes se cocina en base a estas prescripciones y restricciones, sino que tratamos al individuo que, encontrándose en una situación de salud idónea, elige cocinar de una forma saludable o demandar un tipo de cocina pensada para cuidar y respetar su salud. Entonces, ¿qué significa que una cocina es para la salud o está enfocada al cuidado de la misma?, ¿puede haber salud en la cocina para el hedonismo o esta solo se contempla desde la cocina realizada para la alimentación?

“Lo ecológico no es siempre sano, aunque siempre es mejor opción”

La cocina para la salud sería toda aquella que estuviera enfocada a mejorar, a nivel nutricional y calórico, la ingesta de comida y bebida, tratando de que estas fueran lo más adecuadas para cuidar y cubrir las necesidades del organismo del comensal. Sumada a la herencia genética, la alimentación es vital para el cuidado de la salud, especialmente con el paso de los años, a medida que el cuerpo humano va requiriendo más atenciones y cuidados. En términos generales, la cocina para la alimentación suele vincularse más con la salud que la cocina para el hedonismo. En primer lugar, porque el hedonismo suele ser una cuestión de excepción, en la que puntualmente, fuera del día a día, se cometen excesos calóricos. Además, cuando se cocina para provocar placer en el comensal se busca ofrecerle una fiesta a su paladar y las cuestiones de balance nutricional o los productos «sanos» pueden no estar contemplados en la ecuación. Parece difícil que tras comer o cenar con, por ejemplo, una botella de

vino y tomando postres, disfrutando del placer de la degustación y siendo este el criterio que guía al cocinero y al comensal, se pretendan equilibrar las calorías. Y es que lo que nos gusta como comensales no es siempre sano.

Pero no es imposible: existe la cocina del hedonismo que tiene en cuenta y prioriza la salud. El ejemplo perfecto de que la cocina para el hedonismo puede ir ligada al cuidado de la salud lo encarna Michel Guérard, considerado uno de los mejores cocineros de su tiempo, con su *Cuisine minceur* («cocina adelgazante» en su traducción literal del francés). El triestrellado chef francés, uno de los padres de la *nouvelle cuisine* francesa, ideó esta cocina pensada para aunar salud y dietética desde el punto de vista del cuidado nutricional, sin renunciar al disfrute, que realiza elaboraciones con menor aporte calórico del habitual. Si el motivo del hedonismo es caer en el exceso, nos encontramos aquí ante la excepción que confirma que es posible cuidar la salud y disfrutar comiendo.

NUTRICIÓN

WIKIPEDIA

«Como ciencia, la nutrición estudia todos los procesos bioquímicos y fisiológicos que suceden en el organismo para la asimilación del alimento y su transformación en energía y diversas sustancias. Lo que también implica el estudio sobre el efecto de los nutrientes sobre la salud y las enfermedades de las personas».

En cuanto que el ser humano cumple la función vital de nutrición para sobrevivir, existe una ciencia que observa este proceso que acontece en cada organismo vivo y, en particular, en el humano. La nutrición está absolutamente imbricada siempre con la cocina, pero, en particular, en aquellos casos en los que condiciona lo que se cocina (de acuerdo con una dieta establecida) porque se busca un aporte nutricional concreto, un cuidado o control de peso, una mejora de la alimentación, etc.

ÓRGANOS QUE ACTÚAN CUANDO COMEMOS Y BEBEMOS



La salud como factor a considerar en cocina va ligada a la medicina y la farmacia

¿QUÉ ES LA MEDICINA?

MEDICINA

RAE

1. f. Conjunto de conocimientos y técnicas aplicados a la predicción, prevención, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades humanas, y en su caso, a la rehabilitación de las secuelas que puedan producir.
2. f. medicamento.

WIKIPEDIA

«La medicina (del latín *medicina*, derivado a su vez de *mederi*, que significa 'curar', 'medicar') es la ciencia dedicada al estudio de la vida, la salud, las enfermedades y la muerte del ser humano, e implica ejercer tal conocimiento técnico para el mantenimiento y la recuperación de la salud aplicándolo al diagnóstico, tratamiento y prevención de las enfermedades. La medicina forma parte de las denominadas ciencias de la salud».

¿QUÉ ES LA FARMACIA?

FARMACIA

RAE

1. f. Ciencia que enseña a preparar y combinar productos naturales o artificiales como remedios de las enfermedades, o para conservar la salud.

WIKIPEDIA

«La farmacia (del griego *φάρμακον/fármakon*, 'medicamento, veneno, tóxico') es la ciencia y práctica de la preparación, conservación, presentación y dispensación de medicamentos; también es el lugar donde se preparan, dispensan y venden los productos medicinales».

MEDICINA, FARMACIA Y COCINA

Podríamos hablar de una cocina «terapéutica» si esta tiene como objetivo el tratamiento de dolencias. En todas las culturas hay algún remedio para la gripe, el constipado, el dolor de garganta, etc. (al menos en Europa) relacionado con una bebida alcohólica (whisky, bourbon, brandy), que se elabora mezclándose casi siempre con limón, miel y agua caliente, a los que, en función del lugar en el que se cocine, se añaden otros productos, elaborándose en caliente para obtener un «remedio». Más que curar una enfermedad en sí, la elaboración final aplaca y remite los síntomas o los alivia. Ayuda a sentirse mejor, pero no puede curar una enfermedad si ya se ha desarrollado ni sustituye a un antivírico, por ejemplo.

Dentro de la medicina, encontramos la «medicina natural», doctrina que defiende el empleo de recursos naturales en todos los aspectos de la vida, especialmente para conservar la salud y tratar las enfermedades, también conocida como naturopatía o naturismo. Esta rama está más presente en sociedades en las que la medicina tradicional no está tan extendida o, por una cuestión de recursos o situación geográfica, no hay acceso a la misma y se continúa recurriendo a remedios «naturales», es decir, emplean productos obtenidos de la naturaleza y los cocinan, preparándolos de una determinada manera, como veremos a continuación al tratar la farmacia. Por otra parte, en sociedades que ya han conocido la medicina clínica, tradicional, surgen corrientes que quieren recuperar la idea del alimento como medicina, que basan su argumento en que es posible «prevenir» o «recuperarse» de determinadas patologías en función de los productos que se consumen y de cómo se cocinan.

La cocina ligada a la medicina como disciplina que contempla el alimento como remedio no es nueva, pues las formas de cocinar y comer han ayudado a calmar diferentes patologías a lo largo de la historia, cuando la medicina clínica tradicional no había avanzado o no estaba al alcance de todo el mundo. En su origen, determinadas plantas y ciertas partes de algunos animales, que hoy empleamos con fines gastronómicos, tenían usos medicinales.

Aquí encontramos la farmacia, que, en sus comienzos, preparaba y combinaba productos naturales, es decir, «cocinaba» para sanar. Aquello que se ingería, comido o bebido, preparado y dispensado por un farmacéutico, tenía uso medicinal. La idea de la preparación farmacéutica de remedios va unida a entender estos como responsables de mejoras en dolencias o síntomas, que en otros momentos de la historia fueron absolutamente naturales, sin elementos artificiales añadidos, como sucede en la actualidad.

Farmacia y medicina son ciencias muy próximas, pues una prepara lo que la otra receta o prescribe para sanar. Al relacionar la farmacia con la cocina, hablamos de una ciencia en sí misma, cuyo cometido es la preparación de la medicación y su distribución, por lo que tiene una entidad propia, paralela, pero independiente de la medicina.

Ligado a la cocina de la salud o para la salud, que ya hemos tratado (ver pág. 382), en esta ocasión no hablaríamos de una cocina para el adelgazamiento o que resulte «saludable», sino de la posibilidad de que la cocina y sus resultados se interpreten como una medicina y un medicamento, lo que supone entenderlos desde la creencia de que determinadas propiedades pueden curar, mejorar o aliviar. Fuera de los límites de Occidente, en otros lugares del mundo se continúa practicando este tipo de medicina natural, como es el caso de la cultura china, en la que la medicina tradicional china considera la comida un vehículo para la salud, para estar sano. Los productos que se han de consumir y cómo deben elaborarse responden a las afecciones de cada individuo.

MEDICINA VETERINARIA

La veterinaria es la rama de la medicina encargada del cuidado de la salud de los animales no humanos, en cuanto que previene, diagnostica y trata sus enfermedades, trastornos o lesiones. Se hace cargo de la salud de todas las especies, sean domésticas, es decir, criadas por el ser humano, o salvajes, no domesticadas.

A efectos de la cocina, entenderemos la veterinaria como la encargada de que todos los productos no elaborados de origen animal que llegan al mercado cumplan con unos estándares de seguridad y calidad, asegurando su óptimo cuidado y las certificaciones que requieran en cada caso antes de poder ser cocinadas y consumidas. En el caso de la caza, por ejemplo, se requiere un análisis previo al consumo para certificar que su estado es apto para el mismo.

Podemos expresarnos a través de la cocina

Hemos hablado de la cocina como lenguaje, que es la forma más común y conocida de expresión, a través del cual, estableciendo un paralelismo, vimos que la cocina genera sus propios significados, desde la unidad mínima hasta un discurso completo (ver pág. 344). En este apartado nos centraremos en la cocina como expresión, como efecto de transmisión de algo concreto (un sentimiento, un valor, una filosofía) que el cocinero lleva a cabo y cuyo receptor es quien degusta, en la que no son necesarias las palabras para que exista y se transmite aquello que el cocinero expresa.

EXPRESIÓN

RAE

1. f. Acción de expresar.
4. f. Efecto de expresar algo sin palabras.

EXPRESAR

RAE

1. tr. Manifiestar con palabras, miradas o gestos lo que se quiere dar a entender.
2. tr. Dicho de un artista: Manifiestar con viveza y exactitud los afectos propios del caso.
3. prml. Darse a entender por medio de la palabra.

Si entendemos la cocina como forma de expresión, estamos asumiendo que hay implícito un mensaje, cuyo vehículo de transmisión, en el caso de una expresión culinaria, no serían las palabras, sino la comida y la bebida, creadas o reproducidas para tal fin, en diferentes estructuras de oferta o propuesta. Obviamente, puede haber una explicación de la elaboración que se degusta y que se realiza con palabras, bien por escrito en una carta o en un menú, bien oralmente si el personal de sala transmite información, pero lo que el cocinero quiere expresar se encuentra en el plato, en el vaso o en la herramienta que contenga la elaboración que se degusta. En este caso, si entendemos la cocina como expresión, las palabras pueden acompañar, pero no son las protagonistas.

TRANSMITIR

RAE

1. tr. Trasladar, transferir.
3. tr. Hacer llegar a alguien mensajes o noticias.

“Cocinar es transmitir, es contar historias, tuyas o de otros”

EL COCINERO SE EXPRESA

Las elaboraciones que se degustan y la forma de ofrecerlas serían el recurso que tiene el cocinero para transmitir aquello que quisiera expresar, lo que haría posible hacer llegar un mensaje al comensal o cliente. Una elaboración contiene muchísima información implícita que nos habla no solo como resultado que se degusta, sino como final de un proceso que alcanza esa forma de expresión.

Por otra parte, la decisión de la estructura de la oferta gastronómica es toda una declaración de intenciones que expresa la voluntad del cocinero de tener un mayor o menor poder de decisión y de permitir, a la vez, que el cliente decida. En función de que las elaboraciones se ordenen en un formato de carta (el cliente decide qué come, en qué orden, en qué cantidad, etc.) o en un formato menú (el cocinero decide qué se come, en qué orden, en qué cantidad, etc.), el diálogo entre ambos es distinto y el cocinero tiene margen para la expresión de formas diferentes, siendo un menú degustación un discurso clarísimo, que puede transmitir emoción, sentimientos, una filosofía, una idea o un conjunto de ellas.

Si consideramos la cocina como expresión, cuando el cocinero no se limita a reproducir sin pensar, sino que incluye una reflexión, una idea, una filosofía y es más o menos creativo, la situamos en el contexto de un artista, un pintor o músico, que construye un mensaje a través de diferentes vehículos, empleando distintos recursos. Sus formas de expresión son diferentes porque cada uno tiene sus propias herramientas, pero todos ellos, artistas y cocineros, quieren llegar a un público, quieren transmitir algo. Como ya tratamos cuando hablamos de la cocina como arte, lo que se expresa puede ser una idea, una filosofía, un momento vital, de un tiempo pasado o de un tiempo futuro, o una emoción, y cualquiera de ellos puede quedar plasmado en una elaboración o en un cuadro, en una pieza de música o en una coreografía.

Es el autor quien elige cómo expresa su discurso, si lo enfoca desde la creatividad y es esta la que mueve su voluntad de transmitir o si lo hace desde el virtuosismo en la reproducción, la obra que sea, la elaboración que sea, porque es en esta cualidad en la que reside la clave de su expresión. Lo que decide expresar puede no ser siempre algo que guste, se cree o se reproduzca, ya que, en ocasiones, cuando se traslada un mensaje lo importante es su fondo, más que su forma, sabor o apariencia. Con el conjunto de las decisiones que toma en relación con todo lo anterior, el cocinero marca y define su estilo personal, dejando patentes sus peculiaridades en todas estas cuestiones.

¿TODAS LAS COCINAS SON FORMAS DE EXPRESIÓN?

Cualquier cocinero, sea amateur o profesional, puede volcarse en transmitir, si es lo que desea, empleando las elaboraciones que cocina como formas de expresión. Otra cuestión es que consiga generar unas consecuencias, tener un impacto, hacer de su expresión un foco de interés.

Lo cierto es que, desde un punto de vista histórico, la cocina que se ha podido permitir centrarse en expresar y en transmitir, en construir un mensaje y un discurso, en llenarse de significados explícitos ha sido la cocina refinada, la más sofisticada y la alta cocina. Hay algo más en ellas, parten de una voluntad distinta de la alimentación y, solo con esa singularidad, la gestión de los recursos ya es diferente y puede expresar de una forma más libre, con un plus de voluntad explícita. Cuando se cocina de manera tradicional, podríamos decir que la expresión se realiza con «palabras de otros», mientras que en la cocina creativa, dependiendo del nivel de creación (ver pág. 96), hay una expresión más o menos personal.

¡La máxima expresión de la cocina es el amor!

El cocinero puede tener otro tipo de voluntad de expresión, no basada en dar a conocer una filosofía en concreto o articular un mensaje determinado, sino en transmitir uno de los sentimientos más potentes que el ser humano conoce: el amor.

Ocurre así cuando quien cocina tiene la motivación de agradar al comensal o comensales, de cuidarlos y mimarlos, empleando para ello la comida y la bebida que les ofrece. Esta intención nace, normalmente, de la existencia de un afecto especial hacia la persona o personas para las que se cocina. En estos casos, la intención suele ser reunir familia y/o amigos alrededor de una mesa y los resultados de cocinar, las elaboraciones, son vehículos de expresión de una generosidad que está guiada por el cariño. Generalmente, el individuo que realiza una cocina que expresa amor y recoge este nivel de aprecio es un cocinero o cocinera amateur, que elabora en el ámbito privado, doméstico, en el que también ofrecerá la comida y la bebida resultantes.

Aunque puede estar presente, lo fundamental no es el nivel de lujo en las elaboraciones ni el de calidad en el producto empleado (que variará en función de lo que cada cocinero pueda permitirse). El valor de esta cocina reside siempre en que, independientemente de que la guíe el objetivo de la alimentación (una reproducción para comer y beber diariamente) o del hedonismo (la búsqueda de placer explícita, asociada especialmente a días festivos, celebraciones...), el proceso se lleva a cabo con un plus que guía al cocinero y se ancla en un sentimiento potentísimo, que lo une a quienes degusten el resultado de su trabajo culinario.

Todo lo anterior no implica que los cocineros profesionales no puedan realizar su trabajo con mucho amor, con un cariño por lo que hacen que quede plasmado en sus elaboraciones, pero, en términos generales, el amor hacia otras personas es una cuestión del ámbito personal de cada ser humano, íntimamente relacionado con la parte privada de su vida. Si un profesional cocina con amor, quizá lo haga más hacia el conjunto de su profesión, mostrando un respeto por el negocio en el que desarrolla su trabajo y desde el aprecio por los clientes (como colectivo, no a nivel individual), a los que quiere agradar.

El amor es un sentimiento de los muchos que pueden llegar a expresarse, a canalizarse, a través de la cocina. El amor implica la pasión de la persona que cocina por aquellos para quienes realiza esta acción, con quienes comparte sus resultados. Representa la máxima expresión de la cocina en cuanto que conecta, a través de la comida y la bebida, a quien lo expresa y a su receptor.

“También cuidamos a los nuestros cuando cocinamos para ellos. Esta es la forma de expresión máxima de la cocina, la que guía el amor”



En muchas ocasiones, el motivo que nos lleva a cocinar es socializar con otros seres humanos mientras comemos

Socializar es «hacer vida de relación social», es decir, relacionarnos con los que nos rodean como parte de nuestra construcción como individuos que vivimos en una sociedad. Socialización sería entonces el proceso por el que un individuo, que forma parte de una sociedad y cultura, aprende, interiorizando, un conjunto de normas, valores y formas de percibir la realidad. ¿Y qué tiene que ver esto con la cocina? Pues si no todo, al menos, sí mucho.

En cuanto que comer y beber son actividades cotidianas, tenemos que hacerlo a diario, para lo cual hemos tenido que cocinar previamente (para nosotros mismos o para nosotros y para otros) u otros han cocinado por nosotros, bien en el ámbito privado (un familiar, un amigo, un compañero de piso, una pareja), bien en el público, porque hemos acudido a buscar elaboraciones con las que alimentarnos a un determinado establecimiento (en el que un número determinado de profesionales cocinan para nosotros).

Vamos a analizar aquí el potencial de la cocina como actividad que tiene un enorme impacto en el proceso de socialización de los individuos en cada momento y cada lugar de la historia, de acuerdo con sus circunstancias personales y aquellas que le rodean, que generan un contexto concreto. Como ya hemos tratado en este libro en numerosas ocasiones, la cocina está ligada a cada tiempo histórico, a cada clase social, a cada cultura, a cada territorio, etc., y esta suma de todos los factores que la condicionan se da en unos u otros formatos, con unas u otras características.

De esta manera, podemos referirnos a la cocina como medio para socializar, ya que permite crear vínculos y nos ayuda a percibir, en función de cómo la practiquemos (o de si otros la practican por nosotros), la realidad que nos rodea.



COCINAR EN EL ÁMBITO PRIVADO PARA SOCIALIZAR COMIENDO EN EL ÁMBITO PÚBLICO

Puede ocurrir que cocinemos para nosotros mismos, pero con el objetivo de trasladar el resultado de nuestra cocina a un lugar en el que nos reuniremos con otras personas para comer, compartiendo tiempo y espacio, socializando. Sucede así cuando cocinamos en el ámbito privado para comer en otro lugar, en el trabajo, en un centro de estudios, acompañados de otras personas. En este caso, el individuo cocina para sí mismo con la intención de comer con otras personas en un lugar al que se acude por otro motivo, pero en el que el momento de comer es, además, una ocasión para socializar. Ante la ausencia de otro público distinto de sí mismo, el cocinero se «libera» de la presión de generar una opinión sobre lo cocinado, pues solo él o ella valorará su resultado. Dentro de esto, puede ser extremadamente exigente y sofisticado, totalmente sencillo y tradicional..., cabe cualquier opción en la definición de su cocina y de la comida que elabora. No porque no cocine para otros «cocina peor».

COCINAR PARA OTROS EN EL ÁMBITO PRIVADO, EN EL QUE SOCIALIZAMOS DEGUSTANDO ELABORACIONES

Cocinar para los demás es un acto cotidiano que millones de personas llevan a cabo cada día: algunos para alimentarse, otros para disfrutar. Pero el ámbito privado tiene siempre en común que es el originario, el primero en el que cocinamos desde un punto de vista histórico. El paso al sedentarismo estuvo propiciado, en gran medida, por el hecho de que aprendimos a cocinar los alimentos y, progresivamente, alrededor de un fuego, entendimos que igual que podíamos ordenar la forma en que nos alimentábamos, podíamos establecer órdenes compartidas para funcionar como sociedad asentada. El proceso fue más largo, evidentemente, pero la cocina tendría un papel fundamental en nuestra transición de nómadas a sedentarios, en el primer capítulo que escribimos como sociedad organizada.

Por tanto, si un individuo cocina para comensales en una situación de la vida diaria y cotidiana, es amateur, se encuentra en el ámbito privado, probablemente en su propio domicilio, aunque también puede hacerlo en la casa de un amigo o familiar, si se ha ofrecido o se le ha encargado ese cometido, la acción que lleva a cabo tiene como consecuencia un momento de reunión. Sea este más breve o prolongado, diario o festivo, rutinario o excepcional, supone un encuentro entre miembros de una sociedad que, a pequeña escala, están socializando, de acuerdo a un vínculo determinado que los lleva a compartir el tiempo y el espacio de la degustación. Es más, es probable que, en este caso, el cocinero sea después comensal y deguste junto a su familia, pareja o amigos aquello que ha cocinado para ellos.

OTROS COCINAN POR NOSOTROS EN EL ÁMBITO PRIVADO, EN EL QUE SOCIALIZAMOS DEGUSTANDO ELABORACIONES

Con el paso del tiempo surgió una cocina profesional en el ámbito privado, que se correspondía con aquella que realizaban los cocineros profesionales en los domicilios particulares, en cuyo caso hablaríamos de la cocina como factor socializador en cuanto que es una opción laboral a través de la cual se pueden aprender y transmitir valores, que permite integrarse y formar parte de una sociedad, recibiendo por ello una retribución que proporciona un sustento. La cocina profesional del ámbito privado hizo posible nuevas formas de socialización. Porque ¿qué fueron los banquetes de las élites sino reuniones para socializar, para generar relaciones basadas en la conversación y el debate, en la exposición de ideas, etc.? En este caso, debemos decir que la socialización ociosa, la que se corresponde con el puro placer, ha estado reservada a las élites durante la mayor parte de la historia. Sobre cómo se profesionalizaría la cocina hasta el punto de trasladarse al ámbito público y convertirse en punto y objeto de reunión social, hablaremos más adelante.

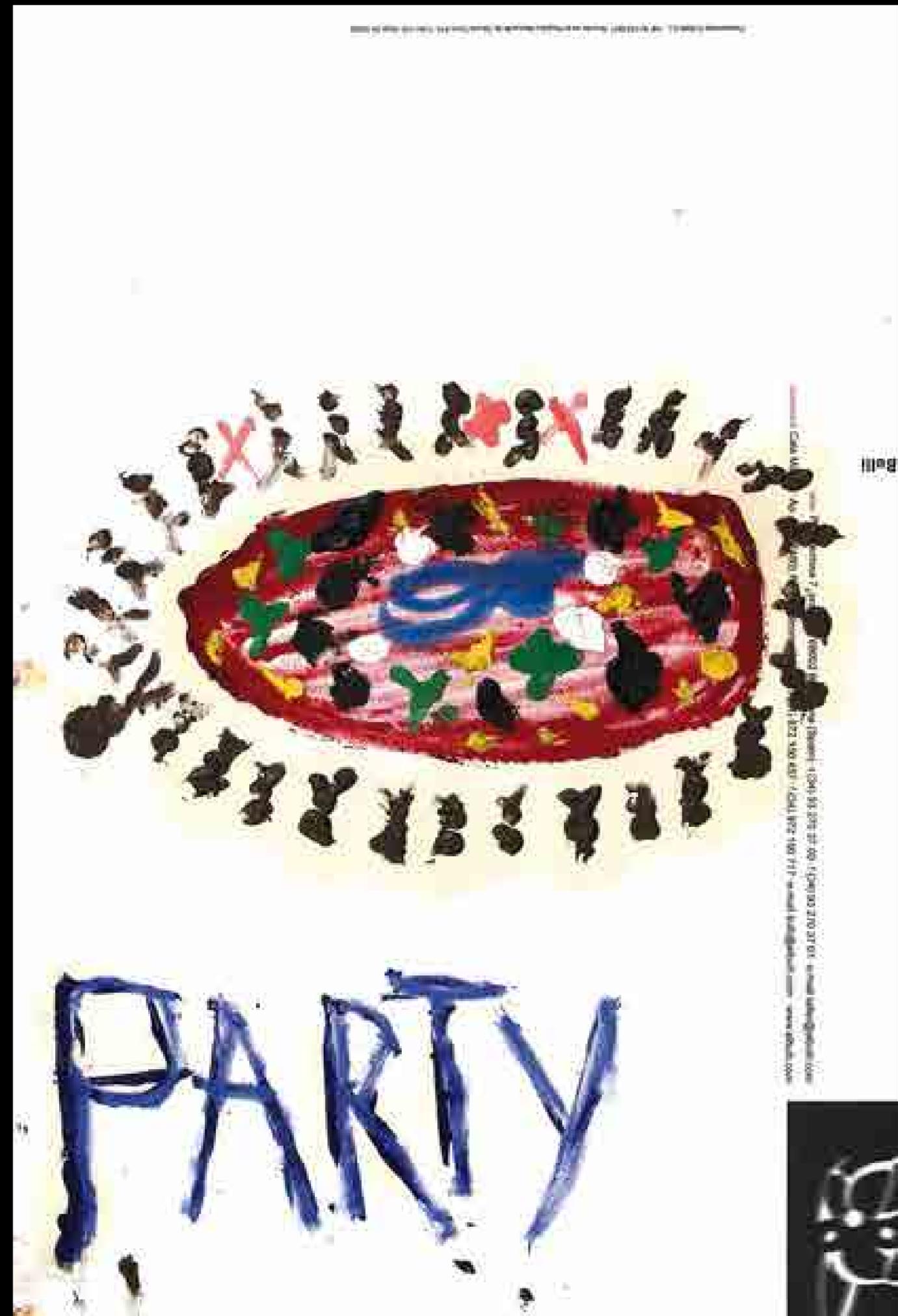
De la cocina doméstica en cualquiera de sus opciones (amateur, profesional, popular, arte culinario, sofisticada), podemos extraer que si se cocina para otros es porque hay un número de personas (cualquiera, indeterminado) que van a comer y beber juntas, reunidas. Como institución, la familia se construye también alrededor de la mesa y sucede lo mismo con las amistades: los dos círculos más próximos al individuo se construyen en sociedad.

OTROS COCINAN POR NOSOTROS EN EL ÁMBITO PÚBLICO, EN EL QUE SOCIALIZAMOS DEGUSTANDO ELABORACIONES

Si un cocinero cocina para sus clientes, nos encontramos en el ámbito público y estamos hablando de un profesional. De la labor que un cocinero profesional desarrolla en la cocina pueden extraerse muchas ramas relacionadas con la socialización: puede cocinar para comunicar, para enseñar o para mostrar su trabajo como un discurso, como veremos más adelante. Pero, de forma mayoritaria, los cocineros profesionales desarrollan su trabajo en la restauración gastronómica, que desde hace algo más de dos siglos es el ámbito de socialización más habitual fuera del privado, puesto que comer y beber dejó de ser hace mucho una cuestión de necesidad y pasó a ser también una aclamada opción de ocio accesible al gran público. Parte de la vida de los individuos (al menos en la sociedad occidental) ha pasado a compartirse en espacios de la restauración y, particularmente, de la restauración gastronómica.

El cocinero profesional que cocina para sus clientes, en el formato de la oferta gastronómica que sea, está fomentando y haciendo posible compartir en torno a una mesa. De este modo, podríamos entender su trabajo como generador de situaciones en las que el individuo socializa y no lo hace solo con aquellos que lo acompañan, sino en el marco de encontrarse en un lugar público en el que hay otras personas, en el que se respetan unos códigos y se convive de acuerdo con unos valores.

“¿Cuántas relaciones familiares, de amistad o de trabajo se han creado, han surgido y se han forjado alrededor de una mesa?”



La sociología y la antropología nos ayudan a comprender la cocina

SOCIOLOGÍA

RAE

1. f. Ciencia que trata de la estructura y funcionamiento de las sociedades humanas.

WIKIPEDIA

«La sociología es la ciencia social que se encarga del análisis científico de la estructura y funcionamiento de la sociedad humana o población regional. Estudia los fenómenos colectivos producidos por la actividad social de los seres humanos, dentro del contexto histórico-cultural en el que se encuentran inmersos. En la sociología se utilizan múltiples técnicas de investigación interdisciplinarias para el análisis e interpretación, desde diversas perspectivas teóricas, de las causas, significados e influencias culturales que motivan la aparición de diversas tendencias de comportamiento en el ser humano especialmente cuando se encuentra en convivencia social y dentro de un hábitat o "espacio-temporal" compartido. Al ser una disciplina dedicada al estudio de las relaciones sociales humanas, siendo estas de carácter heterogéneo, la sociología ha producido diversas y en ocasiones opuestas corrientes. Tal situación ha enriquecido, mediante la confrontación de conocimientos, el cuerpo teórico de esta ciencia».

ANTROPOLOGÍA

RAE

1. f. Estudio de la realidad humana.
2. f. Ciencia que trata de los aspectos biológicos y sociales del hombre.

WIKIPEDIA

«La antropología (del griego ἄνθρωπος, *ánthrōpos*, 'hombre (humano)', y λόγος, *logos*, 'conocimiento') es la ciencia que estudia al ser humano de una forma integral, de sus características físicas como animales y de su cultura, que es el rasgo único no biológico. Para abarcar la materia de su estudio, la antropología recurre a herramientas y conocimientos producidos por las ciencias sociales y las ciencias naturales. La aspiración de la disciplina antropológica es producir conocimiento sobre el ser humano en diversas esferas, intentando abarcar tanto las estructuras sociales de la actualidad, la evolución biológica de nuestra especie, el desarrollo y los modos de vida de pueblos que han desaparecido y la diversidad de expresiones culturales y lingüísticas que caracterizan a la humanidad».

Si en el apartado anterior hemos contemplado la cocina desde su posibilidad de convertirse en vehículo para socializar, entendiendo que nos ayuda a tender lazos con otros seres humanos con los que nos relacionamos, porque cocinamos para otros o para nosotros mismos con el objetivo de degustar acompañados (ver pág. 390), nos centraremos a continuación en observarla como fenómeno social humano, desde la perspectiva de las disciplinas científicas de la antropología y la sociología.

En primer lugar, la cocina es propia del ser humano (ver pág. 71) y lo diferencia del resto de especies animales. Como acción que nos define y nos caracteriza, sería un elemento de estudio fundamental para la antropología (a nivel individual, de cada ser humano) y para la sociología (a nivel grupal, de cada sociedad). Ambas ciencias se dedican a la observación del ser humano y de la especie en sus distintas formas de organización social, por lo que el conocimiento que generan sería de gran interés para explicar mejor la acción de cocinar y la cocina como resultado. Un acercamiento antropológico y/o sociológico a la cocina serviría para subrayar y explicar ampliamente la acción que nos singulariza como especie (ver pág. 71) porque, además de transformar a voluntad, podemos tener objetivos distintos de la mera nutrición cuando ingerimos alimentos. Asimismo, estas ciencias permitirían analizar tanto la naturaleza del proceso culinario como la comida y la bebida con la que nos alimentamos o que empleamos para disfrutar, a nivel individual y colectivo.

Como hemos repetido a lo largo del libro en diferentes ocasiones, la cocina se explica en un contexto espacio-temporal concreto, del que pueden extraerse unas características determinadas que se reflejan en el proceso y en los resultados. Entonces, ¿serían la sociología o la antropología enfocadas al hecho culinario y a la alimentación las disciplinas adecuadas para el análisis social de todas esas características? ¿Podrían estas ciencias realizar un estudio tanto del sujeto como de la sociedad que crea y reproduce elaboraciones?

Autores que desarrollan su trabajo de investigación en una u otra ciencia han centrado su trabajo tanto en la «sociología de la alimentación» como en la «antropología de la alimentación», que analizan al propio ser humano y la sociedad, así como su funcionamiento, tomando como referencia la cocina y sus resultados. Un buen ejemplo de la aplicación de estas ciencias es el de Eudald Carbonell, antropólogo y paleontólogo que quiere plantear una teoría de la evolución social de la humanidad ligada al hecho culinario, basando su opinión en que la alimentación y todo lo que sucede a su alrededor es uno de los aspectos más importantes a considerar en el estudio del ser humano. Otro antropólogo al que ya hemos hecho referencia (ver pág. 125) es Claude Lévi-Strauss, quien, al plantear el resultado «crudo» como concepto que nace por contraposición al concepto «cocido» que surge al aprender a controlar el fuego para cocinar, nos da una pista fundamental sobre la evolución de las diferentes maneras de transformar y su papel para explicar nuestro propio desarrollo como especie.

“ Como ciencias que se centran en el estudio del ser humano y de la sociedad, la antropología y la sociología pueden arrojar mucha luz en la comprensión de la cocina ”

LA SOCIOLOGÍA Y LA COCINA

La sociología, como ciencia, analiza fenómenos colectivos producidos por la actividad de los seres humanos. Aplicada al ámbito culinario, ¿qué es cocinar sino una actividad que genera un fenómeno mundial, comer y beber, juntos o por separado, con una frecuencia diaria? Independientemente de la edad, el género, la raza, las creencias, el contexto social, etc., todos los seres humanos comen y beben. Por eso, bien sea como individuos, a título personal, bien de forma colectiva, socializando con otros, con el objetivo de la alimentación o por el placer de la degustación, analizar la cocina desde un punto de vista sociológico nos permite comprender mejor al propio individuo y la sociedad a la que pertenece. Puesto que cocinar, comer y beber son acciones que nos acompañan desde nuestros inicios, esta ciencia también podría emplearse para explicar el origen y evolución de las sociedades humanas desde el comienzo prehistórico del sedentarismo, tomando como punto de partida la acción de cocinar, que se lleva a cabo varias veces al día, todos los días, y que hace posible la supervivencia.

El papel de esta acción convertida en actividad diaria es fundamental en el estudio de cualquier esquema de convivencia colectiva, pues aporta valiosa información sobre las estructuras sociales y permite analizar los vínculos (emocionales, de dependencia, etc.) que se generan en torno a la misma, en un colectivo o en una sociedad. De la cocina como actividad se puede extraer mucha información para el estudio sociológico de quienes la llevan a cabo y del entorno en que lo hacen.

Como disciplina de las ciencias sociales, la sociología estudia tendencias, por lo que su conocimiento sería perfectamente aplicable a la cocina, ya que, como hemos analizado en la página 303, se dan novedades, tendencias y modas, cuyo origen y extinción o éxito son reflejo de los comportamientos de consumo de una sociedad, que también afectan a la cocina y a sus resultados.



“¿Podrían la sociología o la antropología analizar la cocina desde nuevas perspectivas, desde su origen hasta la actualidad?”

LA ANTROPOLOGÍA Y LA COCINA

Como ciencia que estudia la realidad humana, y siendo el ser humano el único animal que supera la nutrición como función vital y transforma sus posibilidades, la cocina encuentra en la antropología una fuente de conocimiento científico muy relevante.

De una acción que parte de una necesidad biológica que, en primer término, hace alusión a la supervivencia, los seres humanos han generado una cultura (que se expresa de miles de formas diferentes) en torno a la cocina, la comida y la bebida. En todas las épocas históricas y en cada lugar de la tierra al que ha llegado el ser humano, estos tres elementos han desempeñado un papel fundamental. Bien por hacer posible la nutrición más básica, entendida desde la escasez de alimento, bien por el hedonismo, más factible desde la abundancia de recursos, la cocina ha coexistido con el ser humano y le ha hecho desarrollar un tipo de cultura determinada. En función de la misma, cada individuo se aproxima a la ingesta de elaboraciones en uno u otro formato, para la mera alimentación o para la generación de placer, en función de muchos factores, con unos u otros objetivos y matices, que ya hemos abordado a lo largo de este libro.

Esta cultura y estas formas de cocinar, comer y beber concretas de cada individuo y de cada pueblo como unidad mínima, son extrapolables a niveles superiores, de sociedades o civilizaciones, o pueden analizarse desde un punto de vista de unidades geopolíticas como son las ciudades, las regiones o las naciones. Hacer escalable el objeto de estudio permite reconocer características de la economía, la política, la estructura de producción, las formas de consumo, la relación con el medio ambiente y, en conjunto, del contexto que rodea al ser humano y a la sociedad que cocina, come y bebe. En consecuencia, y a efectos de la ciencia que tratamos, el papel de esta acción de cocinar convertida en actividad diaria del ser humano aporta mucha información sobre las estructuras sociales en las que se enmarca. Además, la cocina, como espacio, es epicentro de la casa y del hogar desde que somos sedentarios, e incluso antes, desde la aparición y el control del fuego en el Paleolítico, cuando nos situábamos en torno al mismo para ingerir lo cocinado. Desde un punto de vista antropológico, la cocina puede entenderse como elemento que estructura sociedades, familias y grupos de lo más variados.

Más allá del nivel cultural, entrando en la cuestión de la identidad, estas tres acciones de cocinar, comer y beber tienen una relevancia extraordinaria en la definición de quiénes somos, como individuos aislados, como hombres y mujeres en el marco de una sociedad y como sociedad. De las formas en las que un ser humano cocina, come y bebe pueden extraerse, además, lecciones antropológicas. Si analizamos, por ejemplo, las herramientas que se emplean en los procesos de reproducción y de degustación para observar diferencias, nos podemos preguntar: ¿por qué los palillos son naturales para un japonés del siglo XXI y una cuchara lo es para un europeo?, ¿por qué en determinados lugares del mundo se come con la mano, sin emplear una herramienta intermedia de degustación? El ser humano siempre ha cocinado, comido y bebido de formas distintas según el lugar geográfico en el que se encontrase, desarrollando herramientas y técnicas diferenciadas que permiten analizarlo en diferentes contextos.

La cultura alimentaria, o gastronómica en el caso de aquellos que conocen el placer en la ingesta de comida y bebida, tiene un rol superior en la identidad del sujeto, pues comer y beber son acciones que necesita realizar a nivel de supervivencia y cocinar es la acción que resuelve esa necesidad. Encontramos que, incluso en los conflictos internacionales que enfrentan cuestiones de identidad muy marcadas, siempre aparece alguna receta que una de las partes reconoce como propia, como suya. Y esto es importante para quien defiende esa «pertenencia» porque en esa receta se recogen generaciones de antepasados que la cocinaron, a las que ya perteneció y de las que la toma para incorporarlas al presente, para continuar un legado identitario en el que, desde luego, la comida y la bebida tienen un papel preponderante.

La cocina puede formar parte de un espectáculo

¿QUÉ ES UN ESPECTÁCULO?

ESPECTÁCULO

RAE

1. m. Función o diversión pública celebrada en un teatro, en un circo o en cualquier otro edificio o lugar en que se congrega la gente para presenciarla.
3. m. Cosa que se ofrece a la vista o a la contemplación intelectual y es capaz de atraer la atención y mover el ánimo infundiéndole deleite, asombro, dolor u otros afectos más o menos vivos o nobles.

LA COCINA COMO ESPECTÁCULO

Plantear la cocina como espectáculo supone entender esta acción como proveedora de diversión, de entretenimiento, que se ofrece a la vista y al gusto a través de las elaboraciones, pero que también admite una percepción intelectual, si se genera una reflexión en torno a lo degustado o contemplado. La cocina como espectáculo la disfruta un público en concreto, aquel que se reúne en cada ocasión con el objetivo de afrontar la degustación partiendo de esta premisa.

Esta forma de concebir tanto el acto de cocinar como las elaboraciones que resultan del mismo alcanza su máxima expresión en los banquetes, a los que hacemos alusión en distintas ocasiones a lo largo del libro. Como eventos dedicados al deleite en la degustación, la cocina desempeña en ellos un rol que genera expectación, pues es capaz de centrar la atención de los presentes en la «función» que sucede a la mesa.

Además de las elaboraciones que se comen y se beben, la cuestión de la decoración de la mesa, así como las herramientas empleadas para degustar, cobran una importancia especial, ya que refuerzan el banquete como evento festivo, diferenciado de la degustación diaria, que puede no tener ese matiz espectacular en cada uno de sus elementos. En los banquetes el acceso es restringido, ya que se dan en el ámbito privado de los domicilios de las élites de cada tiempo. Solo las clases altas podían permitirse entonces tener cocineros profesionales y personal de servicio a su disposición, necesarios para poder ofrecer un banquete tal y como se entendía entonces.

Especialmente en la Edad Media y en las épocas históricas que le seguirían hasta la caída del Antiguo Régimen en Francia, además de las elaboraciones como motivo de reunión, se incluyeron en los banquetes entretenimientos explícitos que iban más allá de la conversación (tan importante en las antiguas Grecia y Roma). La música, la danza, los espectáculos con animales adiestrados, los recitales y otros entretenimientos comenzaron a acompañar estos eventos de naturaleza excesiva y que alcanzarían su máximo apogeo como espectáculos en la corte de Luis XVI de Francia, antes de la revolución que acabaría con el régimen.

Tras la caída de la monarquía francesa, a finales del siglo XVIII, la cocina como espectáculo conocerá gran variedad de escenarios distintos en el ámbito público. El modelo de establecimiento que fue creado pensando expresamente en la diversión del cliente se llamó cabaret. Durante el siglo XIX, París se llenó de cabarets, locales que aunaban la posibilidad de beber, en ocasiones también de comer, mientras se observaba sobre el escenario una función que combinaba el baile con la música y que tendría mucho éxito en la época. De hecho, este formato se ha reproducido hasta la actualidad, es el caso del Moulin Rouge en Montmartre o El Lido en los Campos Elíseos, que continúan abiertos y en los que se ofrecen menús gastronómicos acompañados de un espectáculo de baile y música en directo.

En el ámbito de la restauración gastronómica, dejando a un lado los cabarets, se vuelve a experimentar con el espectáculo en conceptos híbridos y de *performance* o representación combinada con la degustación, en los que el espectador vive una experiencia artística en múltiples campos. Sin embargo, estas nuevas formas de espectáculo están muy alejadas de los grandes banquetes que hemos señalado, de los que la historia ha sido testigo.



Abrimos el debate: ¿podemos considerar la cocina un arte?, ¿al cocinero un artista?, ¿la creación culinaria una obra?

En el ideario colectivo, cuando nos referimos al arte, hacemos alusión generalizada a un conjunto de disciplinas artísticas que reúnen características diferentes en sus planteamientos y ejecuciones, pero que tienen en común una ambición de comunicar a través de su trabajo, en el formato que adquiera, los valores e ideas del autor que las lleva a cabo. Entonces, la cocina como arte es una manera de entender que cocinar es mucho más que la actividad que el ser humano desarrolló para alimentarse. Es entender que en esta acción que suma productos, técnicas y herramientas el ser humano ha logrado ser creativo (no siempre al cocinar por hedonismo, sino muchas veces al hacerlo por necesidad) y, empleando recursos (propios de la disciplina, eso sí, pero en numerosas ocasiones compartidos con el arte, como es el caso de los pinceles para decorar, por ejemplo), genera resultados que plasman el trabajo de un cocinero y en los que se reconocen unas características determinadas.

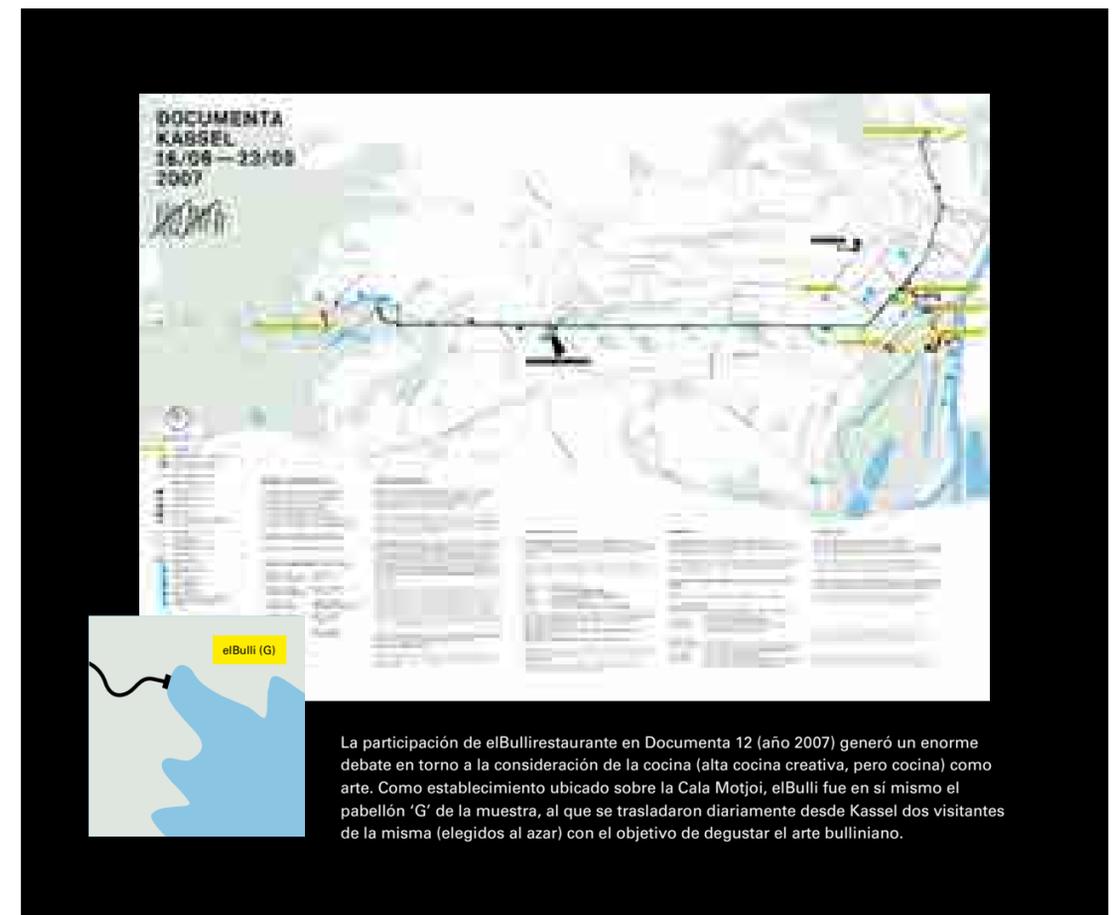
Esta es una cuestión que se ha planteado en los últimos veinticinco años en numerosas ocasiones, a medida que la cocina ha cobrado especial relevancia en la sociedad y se ha posicionado como vehículo de una experiencia, como objeto de estudio, como obra que se observa (y se degusta, en este caso), que genera una opinión en el espectador. Si la cocina es arte, o no, es algo que ha llevado a periodistas y críticos gastronómicos a hacer paralelismos entre grandes cocineros influyentes y artistas reconocidos de todos los tiempos, escribiendo sobre los resultados de sus trabajos como lo hacen los críticos de arte: buscando reconocer qué es lo que encumbrará su éxito o detectando lo que anuncia su fracaso. Entendemos, al hacer este paralelismo entre cocina y arte, que existen límites que definen los resultados de la cocina y de cada una de las disciplinas artísticas, y que hay obvias diferencias entre una elaboración que se degusta y una *performance* artística. Sin embargo, ¿no son ambas una experiencia que alguien vive y que le genera una satisfacción o un rechazo? Y, además, ¿no es cierto que existe un diálogo entre las disciplinas artísticas y la cocina, que no es novedoso en la historia, que viene de lejos?

Además, la cocina como expresión, comparte con el arte el hecho de ser una obra de artesanos. La cocina la realizan actores que emplean sus propias manos en el proceso culinario, en el que aplican un conocimiento determinado con el que transforman una materia prima, generando un resultado. Este resultado se denomina, desde hace siglos, arte culinario, si lo ha impulsado una voluntad creativa y artística del cocinero, o puede tomar un carácter más tradicional, cuando no tiene pretensiones hedonísticas, pero continuaría siendo una obra de artesanía. En este sentido, tanto la cocina como el arte han evolucionado y en la actualidad existen otros formatos diferentes del puramente artesanal.

Quizá tendría más sentido, entonces, diferenciar entre los distintos perfiles de profesionales que tienen una actitud artística y que buscan plasmarla en una obra, llevándola a un nivel concreto. Pueden traducir esa actitud artística en una virtuosísima manera de reproducir, si su nivel técnico y capacidad en la ejecución es distinguidamente buena, o pueden ser creativos, si su talento se enfoca a explorar nuevas opciones en todo lo que concierne al proceso culinario y a sus resultados, así como a las herramientas de emplatado y degustación, a la «obra» de la cocina en sí misma. La misma diferenciación es aplicable a la danza, si una bailarina de ballet clásico reproduce una coreografía y su talento reside en hacerlo de manera exacta cada vez, o a un músico cuya creatividad le lleva a ser extremadamente bueno, si tiene la capacidad de crear música y no solo de reproducirla.

El virtuosismo del artista (del cocinero, del músico, de la bailarina) está enfocado a reproducir o a crear y, en algunas ocasiones, ambos talentos pueden darse a la vez convirtiéndolo en alguien realmente único en su disciplina artística. Así, vemos que tanto el virtuosismo de un artista como el de un cocinero pueden estar enfocados a la creación, como lo estuvieron las vanguardias, pero también a la reproducción, si el valor de lo realizado reside en su similitud con la realidad o con el trabajo de otro artista o cocinero. Esta observación también nos sirve para subrayar que el concepto de lo que es arte, de lo que es artístico y la interpretación de la estética y la belleza cambian con el tiempo y varían sustancialmente en función de las épocas históricas, del arte y de la cocina.

Comprender la evolución del componente artístico en la cocina, así como de relación de la cocina con el arte, supone partir de que una de las primeras aplicaciones de la palabra «arte» fue para hacer referencia a estas elaboraciones creadas por cocineros profesionales. Durante siglos, la cocina en el ámbito profesional se dedicó por entero a la satisfacción de quienes degustaban, a causar sorpresa y deleite en los paladares de las clases altas, para las que cocineros profesionales (algunos de ellos muy especializados) realizaron elaboraciones de enorme componente artístico y que pasaron a llamarse «arte culinario».



La participación de elBulli restaurante en Documenta 12 (año 2007) generó un enorme debate en torno a la consideración de la cocina (alta cocina creativa, pero cocina) como arte. Como establecimiento ubicado sobre la Cala Motjoi, elBulli fue en sí mismo el pabellón 'G' de la muestra, al que se trasladaron diariamente desde Kassel dos visitantes de la misma (elegidos al azar) con el objetivo de degustar el arte bulliniano.

CREAR, REPRODUCIR Y VIVIR LA COCINA EN RELACIÓN CON EL ARTE

► La cocina como arte cuando se crea

Está claro que muchas creaciones culinarias no tuvieron una actitud artística, pero tener una actitud creativa permite a los profesionales de la cocina generar un resultado con una filosofía implícita, que puede traspasar las barreras de lo establecido. En este sentido, podríamos definir el arte culinario como la cocina que presenta una actitud creativa y una voluntad artística. El cocinero creativo puede expresar emociones, puede generar reflexiones o, incluso jugar a la provocación. Quien crea en cocina puede originar un discurso, reflejar en su forma de hacer miles de características que le llevan a tener un estilo propio, que puede llegar a ser influyente. En este sentido, del mismo modo que no todos los pintores son Picasso, tampoco todos los cocineros llegan a ser considerados influyentes ni artistas.

Una de las más altas consideraciones de creación se alcanza, tanto en el arte como en la cocina, cuando el autor (cocinero, artista) se pregunta qué es lo que hace: ¿qué es el arte?, ¿qué es la cocina? Y la respuesta no es otra que una reflexión sobre cómo él o ella mismos están trabajando para llegar a comprenderlo a través de su trabajo. Para ello, también es importante que el cocinero abra caminos, así como que emplee su influencia de un modo productivo y cuestione el paradigma.

Está claro que cada disciplina tiene unas características propias en sus formas de expresión, y aquello que uno puede expresar con la pintura no es lo mismo que otro expresa mediante la música u otro a través de la cocina. La actitud artística de cada uno de los individuos que crea se diferencia y materializa en función de la disciplina en la que desarrolle su creatividad.

► La cocina como arte cuando se reproduce

Durante siglos, cocineros y artistas estuvieron al servicio de familias que formaban parte de la élite de la sociedad, para las que creaban y reproducían obras: comida y bebida, cuadros, esculturas, danza, música. En esta reproducción reside una enorme dosis de virtuosismo, tal y como explicamos en el apartado dedicado a la misma, lo que nos reafirma en que no todo el valor artístico de un trabajo reside siempre en la creatividad. Lo artístico puede estar en el ser excepcionalmente bueno reproduciendo.

La reproducción consiste en repetir lo creado, es artesanía pero representa la parte menos artística de la cocina, salvo excepciones de un virtuosismo extraordinario.

► La cocina como arte cuando se vive

En la actualidad podemos establecer una comparación entre una experiencia gastronómica y una visita a un museo o a un espectáculo de danza. Si el individuo acude a cualquiera de ellos desde la voluntad de ver, conocer y comprender, con una expectativa sobre las obras que allí encontrará o aquello que va a presenciar o degustar, vivirá una experiencia. Lo que come, ve o escucha puede gustarle, emocionarle, desilusionarle o, incluso, desagradarle, pero provocará en ellos una emoción y un sentimiento, porque, tanto en la cocina como en las bellas artes, se vive una experiencia cuando se es receptivo a que lo experimentado produzca una reflexión o impresión concreta. Esto confirmaría el diálogo entre el artista (bailarín, cocinero o pintor), que crea o reproduce una obra (una coreografía, un plato, un cuadro) y el público al que se dirige (espectador o cliente), que recibe el mensaje y lo interpreta. Esta es una de las cuestiones siempre debatidas en el mundo del arte, el punto de vista del espectador, porque, ¿es arte todo lo que tú consideras arte?

La gran diferencia entre el arte y la cocina reside en que la cocina, en términos generales, puede provocar una reflexión y, en casos excepcionales, buscar generar algo distinto del placer en el comensal o cliente, pero su prioridad, cuando es artística, es siempre generar placer, elevar la belleza de la comida y la bebida, generar sorpresa o una sensación agradable. En el arte, este factor es relativo y, en su nivel superior, puede buscar generar sensaciones no necesariamente agradables en quien lo observa. De hecho, hay grandes movimientos en disciplinas artísticas que trabajan plasmando y provocando algo distinto de una sensación agradable en su espectador, pues su mensaje es otro. En cocina, podríamos encontrar esta voluntad de «hacer sentir» (algo agradable o algo diferente, pero hacer sentir) más allá de generar satisfacción, solo cuando se trata de una vanguardia, de algo disruptivo.

TEORÍA DEL ARTE, ¿TEORÍA DE LA COCINA?

Esencialmente, lo artístico y lo culinario-gastronómico comparten un punto de partida y es que, como disciplinas estrechamente ligadas a la sociedad en la que se dan, han transformado las características de sus resultados en función del lugar y el momento que acompañaran y que reflejaran en sus obras/elaboraciones. No era necesario, pero ha ocurrido hasta hoy que pintores, músicos, bailarines, escultores, actores y cocineros de todas las épocas han reflejado en su obra y expresado a través de ella cuestiones que van más allá de lo «terrenal», de lo básico, de lo que ya se había hecho. Y gracias a ese deseo de superar los límites de lo necesario y a atreverse a continuar generando resultados se ha forjado una relación indisoluble entre las disciplinas artísticas y la propia cocina.

Basándonos en las características compartidas con el arte, observamos que la cocina admite componentes artísticos relacionados con la creatividad, la estética, el virtuosismo, la liturgia y la intuición, y puede emplearse como un lenguaje para reflexionar, emocionar o provocar. La cocina, como las disciplinas artísticas, puede transmitir un mensaje. La principal diferencia es que la cocina está marcada por fuertes directivas racionales que marcan objetivos en tiempo, lugar y espacio. La cocina atiende a resultados que, como sabemos, se consumen y son efímeros, de manera que su gestión de los tiempos es distinta que la de las artes plásticas, escultóricas, que no responden a una inmediatez ni ven desaparecer su obra una vez degustada. No pasa esto en el teatro, la danza o las *performances* que sí son efímeras.

La enorme diferencia entre ambas es que la teoría del arte, la disciplina académica que estudia esta realidad se ha encargado de ordenar y clasificar todos los resultados de su ámbito, mientras que como, ya señalamos en la introducción de este libro, la teoría de la cocina se encuentra en proceso de construcción. Sería necesario clasificar todos sus resultados para poder estudiarlos tal y como lo hace el arte, ordenados por épocas, en las que reconocer estilos y movimientos, tendencias y modas. Si tomamos la teoría del arte como referencia podríamos incluso reconocer características compartidas en el trabajo de artistas y cocineros de distintos periodos.

“¿Podríamos decir que todo el arte es creativo, que todos los artistas lo son?”

“Un cocinero muy muy virtuoso, no creativo, puede tener actitud artística”

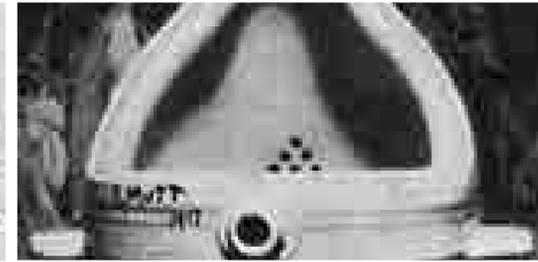
EL ARTE, LA REFERENCIA

Podemos observar, a continuación, cómo el arte ha generado numerosos estilos y movimientos que se suceden en el tiempo y entre los que destacamos aquellos que tienen su origen en el siglo xx. Cada uno de ellos posee unas características concretas, que marcaron un antes y un después en la disciplina y por las que se puede identificar el movimiento. Aunque cada artista trasladó estos principios a su obra en la línea de su estilo personal, existía una intención y voluntad compartidas por todos los autores que integraban el mismo.

En un caso ideal, soñaríamos con una teoría de la cocina que pudiera ordenar características como lo ha hecho la teoría del arte, identificando estos fenómenos por los que un conjunto de autores realizan su trabajo culinario guiados por una forma de entender la disciplina, que busca generar una brecha de diferenciación con el pasado y que cada uno interpreta en clave personal a los fogones.



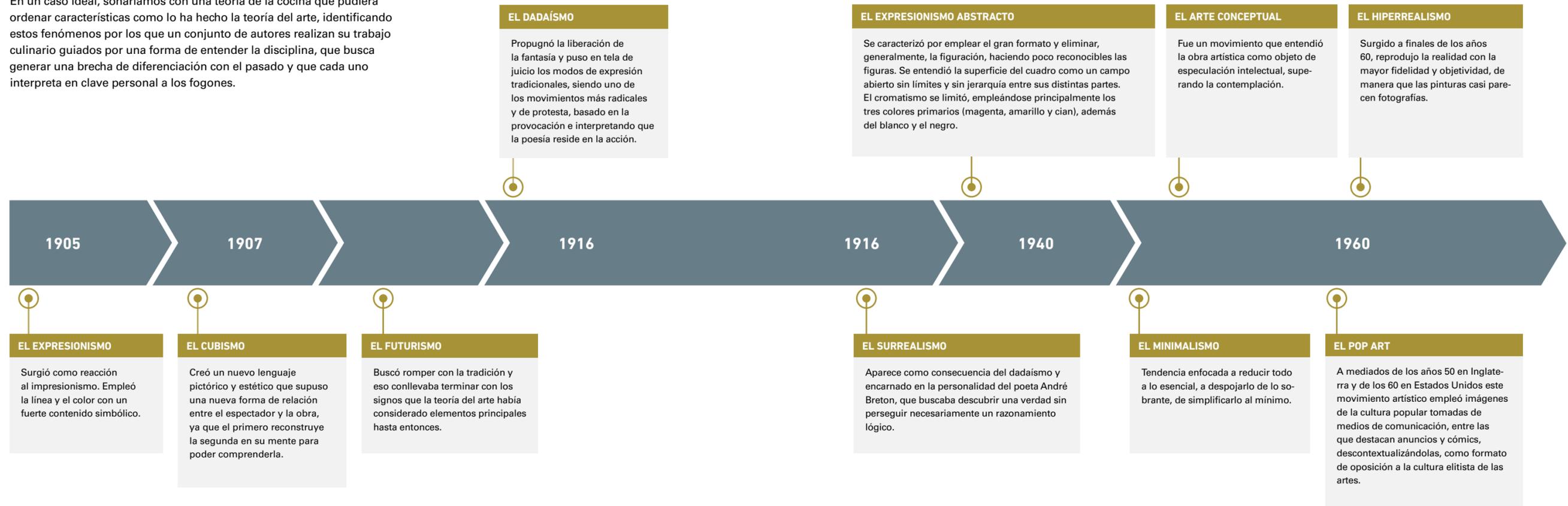
Dada matinée, Theo van Doesburg (1923)



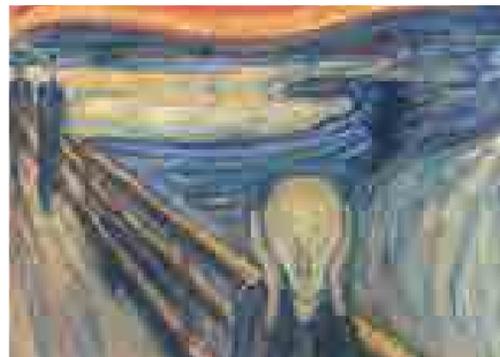
La fuente, Marcel Duchamp (1917)



Dos sentidos, Hugo Laurencena (2002)



El grito, Edvard Munch (1893)



Retrato de Pablo Picasso, Juan Gris (1912)



Dinamismo de un ciclista, Umberto Boccioni (1913)



Fotografía de Salvador Dalí (1939)



Fotografía de Andy Warhol (1974)



Cocinar como disciplina académica, universitaria y científica

¿QUÉ ES UNA DISCIPLINA?

DISCIPLINA

RAE

2. f. Arte, facultad o ciencia.

Entendemos por disciplina un campo, ámbito o sector del conocimiento humano que tiene un objeto de observación y estudio propios, es decir, centra su atención en una parte de la realidad para tratar de comprenderla y explicarla.

LA COCINA COMO DISCIPLINA ACADÉMICA

DISCIPLINA ACADÉMICA

WIKIPEDIA

«Una disciplina académica o campo de estudio es el desarrollo del conocimiento sobre un tema específico, el cual es pensado o investigado en una escuela superior, un centro de estudios o una universidad. Las disciplinas están (en parte) definidas y reconocidas por las publicaciones académicas en donde se exponen los resultados de procesos de investigación y por los círculos académicos, intelectuales o científicos a los cuales pertenecen los investigadores».

Tradicionalmente, las disciplinas académicas se clasifican en Ciencias Naturales, Ciencias Formales, Ciencias Sociales, Humanidades y Ciencias Jurídicas, cada una de las cuales agrupa, a su vez, diferentes familias. La cocina sería una disciplina académica en cuanto que, en torno a ella, ha crecido un campo de conocimiento (práctico, pero también teórico, como vemos en la página 135) que ha requerido de la investigación y el pensamiento para evolucionar. Sin embargo, la cocina no está todavía clasificada como ciencia.

A diferencia de otras disciplinas, su presencia a nivel académico ha estado focalizada en centros de estudios y formación o directamente en escuelas especializadas, más que en universidades, en las que ha aparecido como titulación recientemente, bajo el nombre de «Ciencias gastronómicas». Algunos de los centros más prestigiosos del mundo dedicados a la formación de profesionales de la cocina de forma genérica, pero también en todas las ramas de especialización posibles dentro de la misma (sumilleres, enólogos, pasteleros, panaderos, barman), han visto crecer exponencialmente el interés por este tipo de estudios, considerados «fuera de la academia» por muchos por el mero hecho de no ser, en numerosas ocasiones oficiales, o por no estar reconocidos como carreras universitarias.

LA COCINA COMO DISCIPLINA UNIVERSITARIA

Dentro de una disciplina académica, la parte de la misma que se desarrolla en el ámbito universitario, podría considerarse una disciplina universitaria. En el caso de la cocina, su inclusión en esta esfera como carrera es muy reciente y no existen, todavía, facultades dedicadas en exclusiva a la misma. Sin embargo, puede observarse el comienzo de la formalización de estudios culinarios universitarios, en cuanto que la atracción por la cocina como profesión (ver pág. 140) se encuentra en auge en todo el mundo.

LA COCINA COMO UNA DISCIPLINA CIENTÍFICA

CIENTÍFICO, CA

RAE

1. adj. Perteneciente o relativo a la ciencia.
2. adj. Que se dedica a una o más ciencias.
3. adj. Que tiene que ver con las exigencias de precisión y objetividad propias de la metodología de las ciencias.

CIENCIA

RAE

1. f. Conjunto de conocimientos obtenidos mediante la observación y el razonamiento, sistemáticamente estructurados y de los que se deducen principios y leyes generales con capacidad predictiva y comprobables experimentalmente.
2. f. Saber o erudición.
3. f. Habilidad, maestría, conjunto de conocimientos en cualquier cosa.
4. f. pl. Conjunto de conocimientos relativos a las ciencias exactas, físicas, químicas y naturales.

Si la ciencia es un conjunto de conocimientos obtenidos mediante la observación y el razonamiento, de los que se deducen principios y leyes comprobables, podríamos pensar en extrapolar esta definición y plantear si la cocina no observa y razona, no estructura su conocimiento acumulado y extrae del mismo ciertas verdades comprobables, hechos verídicos que pueden comprobarse y reproducirse, relativos a los productos que emplea, a las técnicas que aplica y a las herramientas con las que trabaja.

No podemos hablar de cocina como disciplina científica, pero sí plantear que, del mismo modo que la ciencia genera conocimiento que puede aplicarse una vez comprobado, la cocina genera conocimiento que hace posible continuar reproduciendo y gracias al cual se continúa creando, como ocurre con la ciencia. Todo conocimiento sumado requiere un conocimiento anterior. Los tecnólogos de alimentos serían los representantes de la cocina como disciplina científica.

PEDAGOGÍA

RAE

1. f. Ciencia que se ocupa de la educación y la enseñanza, especialmente la infantil.

Como disciplina encargada de estudiar las formas en que se enseña y transmite conocimiento empleando aportes de otras ciencias (sociología, historia o filosofía, entre otras), la pedagogía trata de organizar la educación para que esta sea la mejor posible en sus sistemas, en su organización y en sus programas. La reflexión que liga la pedagogía con la cocina está absolutamente relacionada con las formas en que se enseña educación culinaria y gastronómica, sí, pero dado que esta ciencia se refiere especialmente a la educación infantil tiene un papel muy relevante en el diseño o soporte de la educación relativa a la cocina y la alimentación que se proporciona a los más pequeños.

**DISCIPLINAS Y CIENCIAS QUE
 EMPLEAMOS PARA COMPRENDER
 QUÉ ES COCINAR**



«No es suficiente con conocer las obras de un artista. Hay que saber también cuándo las hacía, por qué, cómo, en qué circunstancias.

Sin duda, algún día existirá una ciencia, que tal vez venga a llamarse "la ciencia del ser humano", que tratará de inquirir más a fondo al ser humano a través del hombre creador...

Pienso a menudo en esta ciencia, e intento dejar para la posteridad una documentación tan completa como sea posible... Es por ello que fecho todo lo que hago».

Pablo Picasso

Cocinar también puede tener un fin divulgativo, cuando se cocina para comunicar, para formar o compartir conocimiento con otros

“¿Es una responsabilidad de los cocineros profesionales divulgar y compartir?”

Cuando nos referimos a cocinar para comunicar estamos contemplando una posibilidad que no hemos tratado en otro momento del libro y que, sin embargo, es uno de los usos que se hace de la cocina a nivel tanto amateur como profesional, aunque mayoritariamente en este segundo ámbito.

En este caso no se cocina para crear o reproducir pues el objetivo no es comer lo cocinado, sino que la acción de cocinar tenga una misión comunicativa o didáctica. Por una parte, hablamos de cocinar para comunicar siempre que se realizan elaboraciones ante un público, en eventos como congresos o ferias que reúnen a profesionales del sector con un objetivo distinto del de comer lo cocinado. Aquí, cocinar busca explicar, compartir, visualizar, etc., en función del evento en que se cocine. En el caso de las ferias y congresos culinarios-gastronómicos se da una misión de divulgación fundamental, que hace posible compartir conocimiento y generar nuevas sinergias en el sector.

Además, puede suceder que en un evento (sea público o privado, dirigido en exclusiva a otros cocineros) el objetivo de cocinar sea promocionar, es decir, mostrar al público las ventajas de consumir un producto o de emplear una herramienta en concreto para aplicar con ella una técnica.

Por otra parte, nos referimos a los casos en los que ejecutar técnicas sobre productos con la ayuda de las herramientas adecuadas es un vehículo de enseñanza, puesto que a cocinar solo se aprende a través del estudio de la teoría y de una ineludible labor de ensayo de la práctica. Esta parte empírica, que transmite la idea de que solo a base de ensayo-error, de intentarlo hasta que salga, se puede

avanzar en cocina, puede ser uno de los objetivos cuando se cocina para enseñar. Cocinar para comunicar conocimientos es inherente a las escuelas de cocina y hostelería, a los centros de formación, etc., pero también es propio de la cocina amateur, que se puede transmitir de generación en generación, observando y aprendiendo el conocimiento previamente acumulado.

CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN/ COMUNICOLÓGÍA

Hemos tratado el uso posible de la cocina orientada a comunicar, pero, en este momento y a pesar de la cercanía de la cuestión, nos centraremos en las ciencias de la comunicación o comunicología, como disciplina que estudia los sistemas de comunicación y entre las que se integra, por ejemplo, el periodismo y las relaciones públicas. Una parte fundamental de la cocina en el siglo XXI es su difusión, que, en la disciplina del periodismo, se enmarca como especialidad, «periodismo gastronómico», y ha generado agencias de comunicación gastronómicas. A pesar del vacío documental en la cocina desde el punto de vista académico (ver pág. 44), no podemos decir que sea poco lo que se ha registrado y documentado a nivel periodístico y audiovisual en las últimas décadas, estando muy ligado a la generación de formatos editoriales y audiovisuales (ver pág. 414) que tienen la cocina o la gastronomía como ejes centrales. También las relaciones públicas son fundamentales para la cocina, en su versión del ámbito público y, en particular, para el restaurante gastronómico, en el que el factor de la captación y cuidado del cliente es un elemento fundamental. De hecho, existen empresas dedicadas en exclusiva a la organización de eventos, así como a la promoción y comunicación de los mismos en el ámbito de la gastronomía.

“ Cuando escuchas cocina en una conferencia, en un congreso... ¿estás cocinando? Cuando piensas en cocina... ¿estás cocinando? Cuando dedicas tiempo de lectura o escribes sobre la cocina, al tratar de comprenderla, al hablar de ella, si imaginas aquello que describes, llegando a salivar en ocasiones en las que nos hablan de una deliciosa elaboración o cuando nos recuerdan un plato de la infancia... ¿estás cocinando? ”



Seminario de Gastronomía y Repostería Mediterránea, Madrid 1997.



La cocina como motor de producción editorial y audiovisual en todos sus formatos

Si al comienzo de este libro hicimos alusión a la falta de documentación que avale la disciplina culinaria, que genere un seguimiento y permita una revisión y ordenación de la misma, no podemos decir que, en el último siglo, la cocina no haya sido uno de los motores de producción editorial y audiovisual en todos sus formatos. Aunque seguimos echando de menos bibliografía que analice de forma académica y rigurosa desde la disciplina y para la disciplina, con voluntad de alcanzar un análisis más pormenorizado, es evidente que la cocina ha dado trabajo a las rotativas a lo largo y ancho del mundo editorial, especialmente en el último siglo.

Recetarios. Como hemos mencionado en otras ocasiones a lo largo de este volumen, la gran producción editorial culinaria se corresponde con los recetarios, que recopilan y codifican recetas de numerosos cocineros a lo largo de la historia desde que existe la imprenta. Son, probablemente, el formato escrito más consultado en relación con la cocina. Pueden estar firmados por un cocinero, si las recetas han sido codificadas por el mismo, o no estar asociadas a un autor en concreto.

Guías gastronómicas. De manera obvia, las guías gastronómicas son el resultado de la producción editorial enfocada por completo a la cocina, en este caso dedicadas a generar referencias de calidad con contenido clasificado por aspectos relacionados con restaurantes y otros locales del ámbito público. La publicación de guías gastronómicas comenzó hace unos ciento veinte años.

Reconocimientos culinarios y gastronómicos

La acción de cocinar puede generar un reconocimiento hacia el cocinero que la lleva a cabo, así como a los productos empleados y/o al servicio que ofrece un restaurante gastronómico. Normalmente, son las guías gastronómicas (las estrellas Michelin, los soles Repsol, etc.) u otro tipo de publicaciones las que conceden estos premios y galardones, tanto a título individual, a cocineros, sumilleres, barmans, cocteleros..., como a un establecimiento en su conjunto; pero también lo hacen los críticos gastronómicos de mayor influencia y los *rankings* que establecen un determinado nivel a distintas escalas regional, nacional o internacional (el más conocido, «The World's 50 Best Restaurants»).

Las revistas de cocina. Son numerosas las revistas especializadas (mensuales, bimensuales, trimestrales, etc.) en las que se incluyen recetas, pero también cuestiones de investigación, reseñas de restaurantes, entrevistas a cocineros y otras que tienen el mundo culinario como base. También hay ediciones de revistas generalistas que incluyen apartados o artículos referidos a la cocina de forma habitual, como tema de referencia en la actualidad.

Periodismo gastronómico en la era digital. Además de todo el periodismo que se publica en papel, encontramos que Internet ha hecho posible un periodismo de la era digital, en el que los contenidos relacionados con la cocina se consumen a través de una pantalla, sin necesidad de pasar por el formato clásico. Así, se escribe de manera especializada, diariamente y en todo el mundo sobre cocina en el formato de artículos, crónicas y críticas (la mayoría de ellas referidas a la cocina de restaurantes), reseñas y entrevistas a cocineros, etc. En paralelo, periodistas generalistas pueden generar contenido relacionado con la cocina sin que sea esta su especialidad como profesionales.

Enciclopedias gastronómicas. Nos referimos a enciclopedias especializadas que recogen conocimiento culinario ordenado, no relativo a recetas, sino a conceptos, actores, etc.

Literatura gastronómica. Narrativa, prosa, poesía, todo tipo de géneros. Para la literatura, en términos generales, la cocina es recurso e inspiración, también protagonista, cuando un argumento versa sobre la misma. Hay referencias a la cocina y a la comida y bebida en miles de títulos, en todos los géneros.

Autores como Rafael Alberti o Pablo Neruda, entre otros muchos, dedicaron sus versos a los resultados de cocinar, el primero refiriéndose a un jamón acompañado de huevos, el segundo haciendo una oda al caldo de congrio. Más allá de la originalidad o la variedad en la elaboración que fue objeto de su creación literaria, cabe subrayar la estética desde la que estas se plantearon, que refuerza la belleza de aproximarse a la cocina desde la poesía, desde la creación literaria.

Cómic. Existe también el formato del cómic que parte de un concepto asociado a la cocina, o a la cocina misma, con mucha tradición en Oriente.

Libros especializados en técnicas y herramientas. Libros que instruyen sobre el empleo de herramientas para la aplicación de técnicas, que tienen como objetivo colaborar en la formación del cocinero.

Ensayo temático. Los ensayos sobre cocina serían todos aquellos documentos que narran, en prosa, una opinión o argumento de un autor (que puede ser un cocinero, un periodista gastronómico u otro) en relación con la propia cocina o una cuestión culinaria.

Biografías. Se han escrito numerosas biografías de cocineros, en las que la narración de su vida incluye, de manera inevitable, todo su trabajo culinario.

Películas. Abarcando todos los géneros, que incluyen la animación, la producción cinematográfica relacionada con la cocina ha crecido exponencialmente y, en la actualidad, existe una oferta que llega a todos los públicos. Se narran historias reales, que en ocasiones hacen alusión a hechos históricamente verificables, pero también se da en versiones de ficción.

Programas, concursos y shows de televisión. A nivel de contenidos televisivos existen hoy muchos programas de cocina en los que cocineros reconocidos (o no tan conocidos) cocinan ante las cámaras, elaborando recetas de su propio recetario o reproduciendo recetas de otros autores, mostrando al público un proceso de elaboración, fase por fase, hasta la obtención del resultado final. Además, existen concursos y *shows* más centrados en la competición entre cocineros, en versiones profesionales y también amateur, que tienen una periodicidad semanal durante un tiempo y en los que se busca encontrar un ganador.

Suplementos y secciones en diarios. En paralelo al formato de las revistas, son habituales las secciones de cocina dentro de los periódicos, así como en los suplementos relacionados con los mismos, imbricándose la cuestión culinaria con la actualidad y otros asuntos tratados a nivel periodístico.

Documentales. En los últimos años se ha adoptado el formato de documental para continuar generando contenidos culinarios. Estos llegan al público como monográficos que, en lugar de leerse, se visualizan, y tratan temas actuales y pasados, relativos a la cultura culinaria de un país, al trabajo de un cocinero en concreto, etc.

La cocina como generadora de cultura y espejo de identidad

CULTURA

RAE

2. f. Conjunto de conocimientos que permite a alguien desarrollar su juicio crítico.
3. f. Conjunto de modos de vida y costumbres, conocimientos y grado de desarrollo artístico, científico, industrial, en una época, grupo social, etc.
4. f. desus. Culto religioso.

De acuerdo con las definiciones de la RAE del término «cultura», evitaremos entrar en debate para afirmar que, sin espectro de duda, la cocina es cultura viva que se perpetúa y no deja de crecer con el paso del tiempo, en todos los espacios del mundo.

- ▶ Como conjunto de conocimientos que permite desarrollar un juicio crítico, podemos decir que el conocimiento culinario nos dio el primer juicio crítico como especie, el de la supervivencia a través de la mejora de la alimentación, resultado del aprendizaje a través de la observación y modificación de aquello que nos proporcionaba alimento, para hacerlo más y/o mejor comestible.
- ▶ Entendida como conjunto de modos de vida y costumbres, conocimiento y grado de desarrollo, la cocina representa la imagen clara de cada grupo humano en cada lugar del mundo, en cada momento de la historia que se quiera analizar. Porque todo lo que cocinamos como especie es lo que hemos comido como tal y, a pesar de ser la comida una realidad efímera, la cocina tiene la capacidad de explicar los modos de vida, la relación con el entorno, la tradición culinaria (tantas veces oral, solo a veces escrita), las creencias y la estructura social de un pueblo.

Además, al igual que otras manifestaciones culturales que acompañan al ser humano desde que este existe, la cocina ocurre en todas partes, en todo el mundo. No hay sociedades que no cocinen, de una u otra manera, para alimentarse y para el hedonismo, y en cuya cocina no se vea reflejada una parte o el total de la realidad que las representa.

CULTURA POPULAR

RAE

1. f. Conjunto de las manifestaciones en que se expresa la vida tradicional de un pueblo.

Estableciendo un paralelismo, podemos referirnos a la cocina popular, la que crea, reproduce y degusta el propio pueblo, la que lleva realizándose desde la prehistoria, como una expresión de cultura popular, que recoge, sin ninguna duda, los rasgos identitarios de la vida tradicional.

Como tal, la agencia de Naciones Unidas para la Ciencia, la Educación y la Cultura (UNESCO) reconoce algunas cocinas del mundo y algunos rituales o costumbres culinarias como patrimonios inmateriales de la humanidad. No son monumentos o libros, no podrán visitarse ni consultarse siempre, pero representan la forma más obvia y evidente de cultura, pues son legado de lo que las sociedades y los pueblos fueron, refuerza su sentimiento de identidad pasada, presente y futura y, además, como otras manifestaciones culturales, consolida la cohesión del grupo, sea con un objetivo de alimentación o de hedonismo. Su carácter efímero es un problema de cara a salvaguardarlas, a poder poseer un registro de las mismas una vez se han comido o bebido las elaboraciones que las representan, cuando ya han «desaparecido». Por eso, las cocinas reconocidas en el marco de la UNESCO se categorizan como «patrimonio inmaterial», por esa condición de breve duración que es intrínseca a sus resultados.

Y, en un orden superior, si la cultura tiene la capacidad de transformar sociedades, ¿qué no hace la cocina? ¿No ha logrado la cocina japonesa transformar los hábitos de consumo en Occidente, por ejemplo? ¿Acaso no genera nuevas dinámicas el traslado de productos, técnicas y herramientas culinarios propios de un lugar del mundo a otro, generando nuevas sinergias y potenciando nuevas formas de conocimiento culinario? Y ¿no es todo eso cultura?



Cuántos fuimos, cuántos somos y cuántos seremos: una visión de la cocina desde la demografía

¿QUÉ ES LA DEMOGRAFÍA?

DEMOGRAFÍA

RAE

1. f. Estudio estadístico de una colectividad humana, referido a un determinado momento o a su evolución.

WIKIPEDIA

«La demografía (del griego δῆμος *dēmos* 'pueblo' y γραφία *grafía* 'trazo, descripción' — estudio de la población—) es una ciencia que estudia las poblaciones humanas, su dimensión, estructura, evolución y características generales. La demografía estudia estadísticamente la estructura y la dinámica de las poblaciones, así como los procesos concretos que determinan su formación, conservación y desaparición. Tales procesos son los de fecundidad, mortalidad y migración: emigración e inmigración».

DEMOGRAFÍA Y COCINA

Quienes cocinan, así como quienes comen y beben los resultados de cocinar, son los individuos que forman parte de las diferentes poblaciones humanas, que podríamos conocer culinariamente mejor si contásemos con sus datos demográficos.

En el marco de su dimensión, estructura y evolución, los comportamientos culinarios y alimenticios de las mismas aportarían a la demografía, como estudio, información muy relevante relativa a su organización y dinámica. Como hemos visto a lo largo del libro, son clases sociales distintas, en espacios diferenciados, las que acceden a unos u otros tipos de cocina, las que pueden plantearse alimentarse para sobrevivir o sobrepasar ese límite meramente nutritivo para conocer otros usos de la cocina. Sobre sus estructuras y dinámicas, podríamos apuntar que la cocina popular tradicional no es sino la compilación de conocimiento culinario que a nivel de estructura familiar se reproduce, una y otra vez, de generación en generación, en una dinámica de cesión de un conocimien-

to básico: el que sirve para continuar alimentando a la familia. Relacionado con el fenómeno de la migración encontramos que, junto a los pobladores de otras tierras que se desplazan de unos a otros lugares del mundo, se mueven los productos asociados a las mismas, así como sus técnicas y herramientas culinarias de origen, generando cocinas «migrantes», que han recorrido el mundo y han ido encontrándose, generando nuevas mezclas y creando más y más elaboraciones.

Una cuestión importante, relacionada con la demografía, es la sostenibilidad de las formas de consumo, a las que nos hemos referido particularmente en el apartado dedicado a la cocina natural (ver pág. 332), y a la falaz idea de que podríamos alimentar a los más de siete mil millones de seres humanos que habitan la tierra en el año 2019 empleando únicamente lo que no ha sido criado ni cultivado, tomando de esta aquello que nos da sin ningún tipo de alteración. A través de esta ciencia, considerando las informaciones que aporta, se pueden realizar y conocer muchas estadísticas alrededor de la alimentación y, a su vez, de la cocina.

De hecho, otro de los fenómenos que estudia la demografía es la mortalidad, que, en determinadas épocas históricas y en la actualidad, lamentablemente, en muchos lugares del mundo, continúa estando muy marcada por la cuestión de la hambruna reiterada. Cuando no hay cocina ni comida, o no hay la suficiente para nutrir el cuerpo de manera adecuada, la demografía puede llegar a estudiar casos de altas tasas de mortalidad cuyo motivo es precisamente este, la desaparición de la cocina, su casi total ausencia.

“ En cuanto que la población humana ha crecido y continuará evolucionando, ¿cómo marcará esto la manera de cocinar? ”



La consideración del lugar geográfico: ¿qué varía si alteramos el punto de la tierra en el que se cocina, se come y se bebe?

■ GEOGRAFÍA

RAE

1. f. Ciencia que trata de la descripción de la Tierra.
2. f. Territorio, paisaje.

WIKIPEDIA

«La geografía (del latín *geographia*, y este del griego *γεωγραφία* [*geōgraphía*], literalmente traducido como 'descripción de la tierra') es la disciplina que trata de la descripción o de la representación gráfica de la Tierra. En sentido amplio es la ciencia que estudia la superficie terrestre, las sociedades que la habitan y los territorios, paisajes, lugares o regiones que la forman al relacionarse entre sí».

La cocina se da en todos los lugares de la tierra a los que ha llegado el ser humano, de forma que comprender las características de la superficie terrestre, y de sus territorios, puede ser de gran ayuda para explicar cada una de las cocinas que se han llevado a cabo en los mismos. En esta línea, podríamos tomar cualquier referencia de geografía física para analizar un argumento culinario. Por ejemplo, ¿en qué afecta a la cocina vivir más o menos cerca del ecuador del planeta?, ¿cómo varía un proceso culinario (productos, herramientas, técnicas) si lo trasladamos de una zona polar a una desértica?, ¿se cocina diferente cerca de un accidente geográfico acuático?

La geografía también estudia la relación del ser humano con ese entorno geográfico concreto y, por eso, existe una geografía humana dentro de esta ciencia, que se centra en la localización espacial de una población y su evolución demográfica. No es de extrañar que podamos hablar de una geografía de la alimentación, que iría ligada a la cocina en cuanto que, como seres humanos, transformamos aquello con lo que nos vamos a alimentar. Y los recursos primarios para alimentarnos, antes incluso de que fuéramos *Homo sapiens*, provienen del entorno geográfico que nos rodea: de la masa de agua que compone todos los océanos, mares, ríos, etc., del globo, así como del suelo terrestre en el que crece, del que se alimenta y en el que habita toda especie animal y vegetal que se emplea como producto

no elaborado en la cocina. Del estudio de su descripción y representación, de las características geográficas que corresponden a un área determinada, pueden extraerse importantes lecciones aplicables a la acción de cocinar. Entre ellas, la más evidente es la disponibilidad de productos no elaborados, pues tanto las especies animales como las vegetales varían en función del lugar del planeta en el que nos encontremos. A pesar de la evolución del comercio internacional y el intercambio de productos que existe en la actualidad entre las distintas regiones geográficas, continúa siendo más posible el acceso al pescado para un ser humano que viva cerca de un mar o un río, que para el que habita en una montaña. Con esto, nos referimos a la posibilidad de comprender el origen de determinadas formas de cocinar, comer y beber, pero también al hecho de que, partiendo de la geografía, podría analizarse su evolución en un territorio concreto, puesto que el ser humano también ha transformado su entorno.

De la relación que tenga un grupo humano, una población, con el medio ambiente en el que habita en una zona geográfica concreta, también pueden extraerse conclusiones aplicables a la cocina, que trataríamos desde un punto de vista geográfico a la vez que ecológico. Por ejemplo, el hecho de que se deforeste selva tropical para priorizar el cultivo de especies vegetales que, en este momento, son reclamadas por la industria alimentaria, nos haría plantearnos hasta dónde nuestras formas de entender la cocina (como proveedora de comida y bebida) nos han llevado a modificar la geografía y el medio. Hasta qué punto vamos a transformar la superficie de la tierra para abastecer las necesidades de la industria alimentaria actual, por ejemplo, y cuál es la sostenibilidad de estas modificaciones, puesto que alterar la geografía tiene consecuencias. En esta línea de análisis, las posibilidades de controversia están servidas, ya que, en el último siglo, el ser humano ha transformado la geografía que lo rodea como jamás lo había hecho antes en la historia. Son muchos los debates que pueden surgir en relación con la sostenibilidad de las formas de comer y beber actuales (ver pág. 380), que derivan de tipos de cocina muy variados y que continúan presentando enormes diferencias en función del punto geográfico en el que se analice.

Cocina endémica

¿QUÉ ES? ¿QUÉ SIGNIFICA ENDÉMICA?

■ ENDÉMICO, CA

RAE

2. adj. *Biol.* Propio y exclusivo de determinadas localidades o regiones.

¿QUÉ SUPONDRÍA HABLAR DE UNA COCINA ENDÉMICA?

Por una parte, si endémico, en su acepción biológica, hace alusión a las especies, nos estamos refiriendo a aquellas que pertenecen a un lugar determinado de forma natural y son exclusivas de este. Si están presentes en otros lugares es porque el ser humano las ha trasladado, pero no podríamos considerarlas naturales, propias del mismo.

Por eso, hablar de una cocina endémica nos llevaría a pensar en el empleo de productos propios del lugar (una localidad, una región) en el que se elabora, es decir, que son originales de este, que pertenecen a él sin que el ser humano haya tenido que llevarlos allí desde otro lugar. Serían todos los productos no elaborados animales y vegetales que puedan encontrarse de forma aislada en un ecosistema concreto, en un lugar geográfico determinado. Por otro lado, calificaríamos igualmente de endémica aquella cocina que emplea técnicas que tienen su origen en el lugar (de nuevo, una localidad, una región) en la que han sido creadas. Si, aplicadas sobre el producto, estas técnicas endémicas creasen elaboraciones novedosas empleando el producto endémico, estaríamos hablando también de elaboraciones resultantes que pueden calificarse de tal manera.

Estas elaboraciones podrían servir como intermedias si formasen parte de otro proceso de elaboración o como elaboraciones para degustar si no requiriesen más transformaciones adicionales. En cualquiera de los dos casos, una elaboración endémica sería aquella que se crea y/o reproduce en un lugar concreto al que pertenecen de forma natural el producto o los productos empleados, utilizándose para cocinarlos técnicas que se han creado en ese mismo lugar y que no han llegado de otra región o localidad, que no han sido importadas por el ser

humano desde un sitio distinto de aquel al que nos refiramos. Si los productos, las técnicas o las herramientas, las elaboraciones resultantes... se encuentran y/o emplean para cocinar en un contexto distinto de aquel que les pertenece por origen, siendo puristas, no podríamos hablar de cocina endémica ni de producto o técnicas así calificados. Lo cierto es que poder calificar el hecho culinario, así como sus resultados, de endémicos es casi imposible, porque, aunque podríamos hallar un producto que, natural o artificial, se encuentre en su lugar de origen y no haya sido llevado allí por el ser humano, tendríamos que trasladar el escenario a una realidad muy remota geográficamente para que las técnicas de elaboraciones hubieran permanecido aisladas.

En cuanto que el ser humano ha migrado durante toda su historia, llevando consigo el conocimiento culinario acumulado de unas latitudes, hemisferios, regiones y localidades a otras, sería interesante encontrar un proceso culinario que pudiéramos calificar de endémico en su totalidad: que no solo el producto, sino las técnicas aplicadas y las herramientas empleadas para ello, sean realmente propias y únicas de un grupo humano concreto.

Otra visión complementaria a la que aporta la «cocina endémica» sería la «cocina autóctona».

■ AUTÓCTONO, NA

RAE

1. adj. Dicho de una persona o del pueblo al que pertenece: Originarios del propio país en el que viven.
2. adj. Que ha nacido o se ha originado en el mismo lugar donde se encuentra.

Podríamos también hablar de «cocina autóctona», si tomásemos la parte de este significado que hace alusión a los seres humanos y que se refiere a quien es originario del país en el que vive, que ha nacido en el lugar en el que se encuentra, que no ha experimentado una movilidad geográfica. La cocina autóctona sería aquella que se reproduce en el mismo lugar en el que se creó, que también incluye el componente «autóctono» trasladado al producto, aquel que se encuentra o que es originario del lugar en el que se cocina.

Cocina oriental, cocina occidental: las dos grandes culturas gastronómicas

Como hemos indicado en numerosas ocasiones a lo largo de este libro, Sapiens se centra en la restauración gastronómica occidental, por lo que conocer mejor qué implica el uso del adjetivo «occidental» es de sumo interés. Occidente es un concepto geopolítico, que se acuña en relación con el territorio y las fronteras, pero no únicamente. Tradicionalmente, se ha asociado al conjunto de países que han desarrollado una cultura occidental, que se considera sustentada en tres principios: por una parte, una herencia del pensamiento clásico (griego y romano); por otra, una presencia determinante de la doctrina cristiana en todos los niveles de la sociedad; y, por último, una confianza en el progreso fundamentada en las ideas ilustradas sobre la razón y el pensamiento científico razonado.

Plantear una definición o identificación geopolítica del arte culinario nos lleva a recurrir a dos conceptos complejos, que tradicionalmente han sido empleados para «dividir» el mundo geográficamente, pero también en términos políticos, económicos y culturales. Aunque ambos se emplean con frecuencia, el consenso en torno a los mismos no existe y han sido muy cuestionados por su «generalización», que omite la variedad de realidades que se incluyen en cada uno de ellos. Como base, queda claro que recogen en sus significados una implicación mayor que la meramente geográfica, aunque es esta de la que parten para definir sus diferencias.

Los términos «Occidente» y «Oriente» provienen del latín. Surgieron en la Antigüedad y, etimológicamente, hacen referencia a dos puntos cardinales: aquel por el que sale el sol, el este u «Oriente» y aquel por el que el sol se oculta, el oeste u «Occidente», que siempre pueden localizarse, independientemente del lugar del mundo en el que se encuentre el individuo. Entonces, «occidental» referencia lo que se encuentra hacia al oeste de un punto concreto y «oriental» lo que se encuentra al este del mismo.

Esta es la explicación esencial, pero, para una comprensión más amplia de los mismos, debemos considerar que, durante siglos, Europa, como continente formado por diferentes unidades políticas que fueron grandes imperios, ha construido su historia situándose a sí misma en el centro del mapa del mundo. Considerándose el epicentro, Europa denominó Oriente a los territorios que se extendían más allá de sus fronteras continentales hacia el este, calificándolos en función de su proximidad como Oriente «cercano o próximo», «medio» o «lejano o extremo» y en los que mantuvo su influencia y alcance de sus imperios hasta el siglo XX.

En el contexto del concepto de Oriente se incluye una religión distinta de la cristiana, pero también una cultura e identidad diferentes de las europeas. «Próximo» y «Medio» Oriente están asociados con la historia de las civilizaciones que desde la Antigüedad se asientan en la cuenca del Mediterráneo. Comenzaría, desde un punto de vista geográfico, en el momento en que Europa y Asia se «separan», quedando representado en su mayoría por el mundo árabe (con toda su variedad interna), pero incluyendo también aquellos territorios anteriores a este, como la actual Turquía, o más allá de este, como los actuales Pakistán e India. «Lejano» Oriente hace referencia a los territorios más distanciados de Europa, aquellos en el continente asiático entre los que se encuentran las actuales China y Japón. Como vemos, gran parte del territorio considerado «oriental» se corresponde con diferentes franjas del continente asiático.

Occidente, históricamente representado por la «Vieja Europa», la Europa atlántica, quedó oficialmente ampliado en términos económicos y políticos fuera de los márgenes del continente a partir de la guerra fría. La situación de bipolaridad que vivió el mundo en el siglo XX generó dos bloques: uno occidental, atlántico (el «Oeste» de Europa, incluyéndola junto con Estados Unidos y las potencias alineadas en este eje) y otro soviético (formado por la URSS y todos los territorios alineados con el comunismo), que incluía territorios incluso dentro de Europa, en su margen «oriental», más cercano al continente asiático (las actuales exrepúblicas soviéticas).

Desde entonces, «occidental» desborda las consideraciones europeas tradicionales para encumbrar el protagonismo de Estados Unidos, que se convirtió en una potencia hegemónica económica, política, militar y de influencia cultural desde la década de los noventa. Se suman también países como Australia y Sudáfrica, que, aunque geográficamente no encajan en «Occidente» pues no son ni europeos ni atlánticos, recogen ejemplos de la enorme influencia del Imperio inglés hasta el siglo XX, del que fueron colonias.

Analizado esto, queremos subrayar de nuevo que los límites de estos conceptos no son claros y si los empleamos en este libro es para tratar de analizar dos realidades distintas trasladadas a la alta cocina y al arte culinario, partiendo de un criterio geopolítico. Así, nos encontramos ante una realidad que sí puede concretarse dentro de cada una de estas unidades conceptuales, que queda representada por los grandes artes culinarios del mundo:

- ▶ Nos situamos ahora en Occidente, donde desde el Renacimiento encontramos la cuna de la cocina que se dedicó a generar placer, que creó para el deleite del comensal y que elevó a la categoría de arte culinario sus creaciones. Y no podemos sino mirar hacia la Europa más occidental, en la que nos encontramos con Francia como absoluta referencia, que destaca como protagonista, como líder de influencia histórica en la creación del arte culinario al que se asocian, además, unos tipos de servicio, herramientas de degustación, liturgia y forma de entender el protocolo en una mesa.
- ▶ Si realizamos el mismo ejercicio en Oriente, nos encontramos ante el inmenso continente asiático y la mirada se dirige a su parte más oriental, valga la redundancia, hacia el este del este, hacia Extremo Oriente. Allí encontramos la subregión que Naciones Unidas denomina «Asia Oriental» (compuesta por las actuales China y Japón, Corea del Sur, Corea del Norte y Mongolia), en la que encontramos el equivalente «francés», la referencia oriental, en las cocinas milenarias china y japonesa. Distintas entre sí, pero ambas creadoras de arte culinario, en un paralelismo con el caso occidental, lideran, en términos de influencia, en la región. De hecho, el conjunto de la cocina nipona vive un momento de auge y reconocimiento internacional que ha permitido que su arte culinario llegue a comensales de todo el mundo.

En base a lo anterior y teniendo en cuenta su relevancia, observamos que el arte culinario «occidental» que se ha reproducido en restaurantes gastronómicos de todo el mundo se corresponde y concreta con lo que hoy denominamos alta cocina francesa, mientras que la referencia del arte culinario «oriental» en el mundo está representada por las altas cocinas china y japonesa, cuyas elaboraciones se reproducen en la restauración gastronómica dentro y fuera de Asia, siendo su expansión absolutamente internacional en la actualidad.

Si consideramos el panorama internacional actual (en el presente como resultado de las últimas décadas de evolución de la cocina), observamos que, en paralelo a los cambios en las hegemonías políticas y económicas, se producen también variaciones en la visibilidad de la cocina que crea arte culinario, apareciendo nuevos participantes en el tablero internacional. El arte culinario se crea y puede ser una prioridad del cocinero cuando el resto de aspectos de su cocina han sido cubiertos, es decir, cuando se cuenta con los recursos necesarios para poder centrarse en el hedonismo.

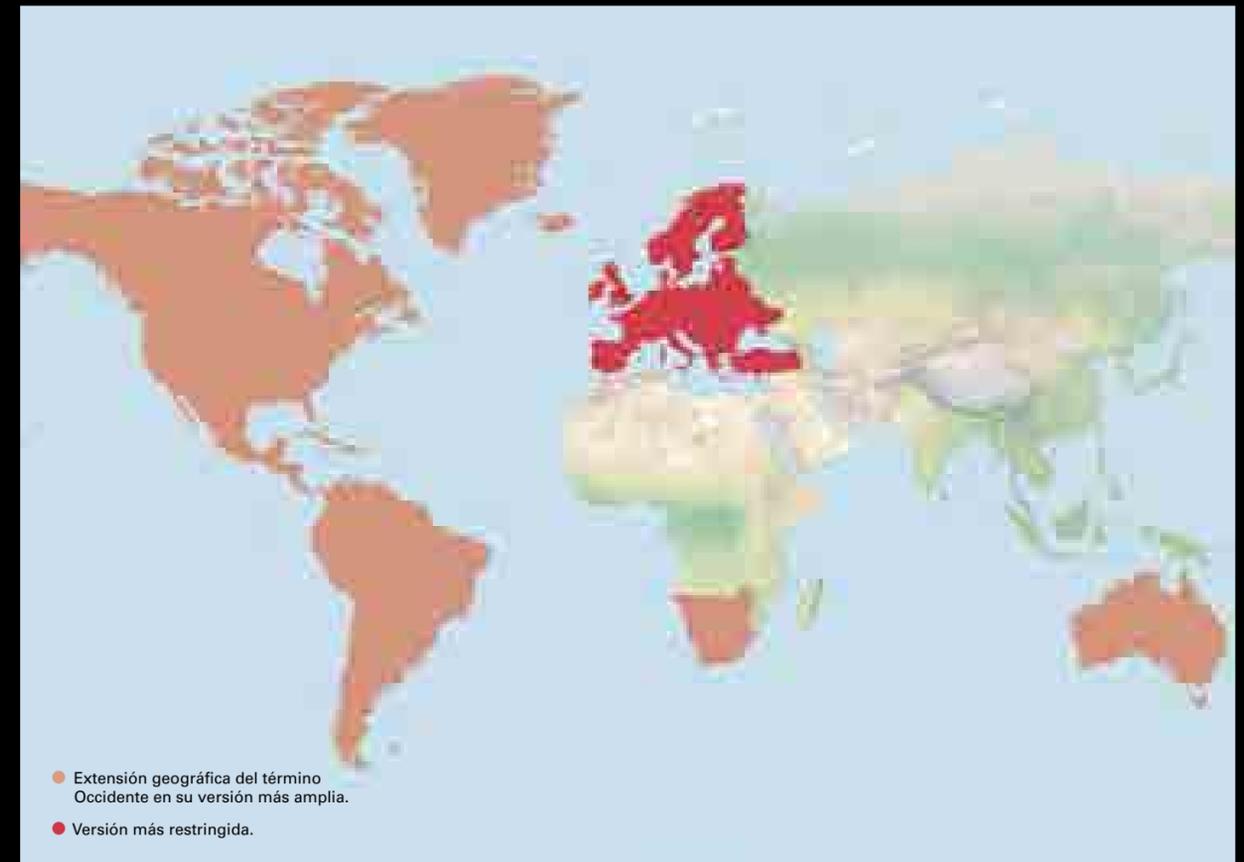
- Por una parte, en Occidente, observamos que, como consecuencia de la aparición de la cocina tecnoemocional en España a finales del siglo xx y gracias a su consolidación como movimiento de cocina, Francia ha quedado relegada de su posición como único polo creador de arte culinario de referencia. Con el paso de los años, en la última década, su posición hegemónica se ha debilitado, con el auge de su vecina España, pero también de Italia y otros países europeos, acompañados de Estados Unidos, que también se ha puesto al frente de la creación en alta cocina.
- Por otra, aquellas cocinas cercanas a China y Japón, como la surcoreana, la tailandesa o la vietnamita, han cobrado ritmo, irrumpiendo en la escena asiática y posicionándose como novedosos focos de interés en la creación de arte culinario.
- Además, del mismo modo que los países en desarrollo han avanzado en términos económicos, alejándose de situaciones de subsistencia y pobreza, sus cocinas también se han elevado en el discurso de la creación. Al disponer de una nueva visión y de los recursos necesarios para poder centrarse en el puro hedonismo empleando productos de calidad, observamos, en los últimos diez años, un despertar de la «Europa oriental» (los países que en su momento fueron órbita soviética) y de la alta cocina latinoamericana, que ha pasado a generar una gran expectación en el escenario del arte culinario internacional, con países como México o Perú a la cabeza.

DIFERENCIAS ENTRE LA COCINA OCCIDENTAL Y LA ORIENTAL

Observamos que elaboraciones como el pan o el vino, que en Occidente funcionan como elaboraciones que acompañan la degustación y que se consumen en paralelo a otras elaboraciones mientras esta se produce, brillan por su ausencia en las culturas asiáticas y orientales. Existen distintos tipos de pan y otras bebidas alcohólicas, pero, si están presentes, se integran en el proceso de degustación en versiones distintas de la occidental.

Algunas de las diferencias fundamentales entre la cocina occidental y la oriental trascienden las elaboraciones y se materializan en el empleo de herramientas de degustación distintas. Por ejemplo, el empleo del cuchillo y el tenedor es poco común en Oriente y no es representativo de la cultura asiática. En esta predominan los palillos y, en todo caso, las cucharas que permiten degustar los componentes líquidos de una elaboración (por ejemplo, para el ramen, se emplearían palillos y cuchara). Por otra parte, el empleo de herramientas de cerámica o madera para beber es mucho más común que el uso de copas de cristal o vidrio, de incorporación bastante reciente en las culturas orientales.

Aunque todo esto está cambiando hoy, la fusión entre las dos cocinas hace que esta reflexión sea más compleja.



Sobre ciencia política y cocina: como el sistema político de un territorio puede tener un importante impacto en las formas de cocinar y degustar

POLITOLOGÍA

RAE

1. f. Disciplina que estudia la teoría política.

WIKIPEDIA

«Ciencia política o politología son distintas denominaciones de una ciencia social que estudia la teoría y práctica de la política, los sistemas y comportamientos políticos en la sociedad. Su objetivo es establecer, a partir de la observación de hechos de la realidad política, explicaciones lo más certeras posibles acerca de su funcionamiento. Interactúa con otras ciencias sociales, como el derecho, la economía o la sociología, entre otras».

POLÍTICA

RAE

7. f. Arte, doctrina u opinión referente al gobierno de los Estados.

8. f. Actividad de quienes rigen o aspiran a regir los asuntos públicos.

9. f. Actividad del ciudadano cuando interviene en los asuntos públicos con su opinión, con su voto, o de cualquier otro modo.

Parece que el estudio de un sistema político no tuviera que estar relacionado con lo que cocinan, comen y beben los ciudadanos que viven en el mismo, ¿verdad? Pero si la ciencia política identifica sistemas y comportamientos políticos en una determinada sociedad, ¿no podría analizar además su trascendencia, su impacto en la cocina? En cuanto que la política se encarga de tomar las decisiones que afectan a un territorio concreto en el que desarrolla su vida una población determinada, sería interesante observar cuál de las características en sus formas de cocinar pueden estar relacionadas o ser consecuencia del marco político al que pertenecen, de aquello que se decide en el nivel político y la forma en que se traduce en la realidad. ¿Cocinan igual quienes viven en una sociedad democrática que quienes lo hacen en una dictadura?, ¿tienen acceso a los mismos recursos quienes, por ejemplo, viven en un sistema comunista y quienes lo hacen en uno liberalista?, ¿se entienden siquiera los recursos de la misma manera en ambos?

Por otra parte, en el panorama político existe el conflicto y cuando este sucede (en función de su naturaleza y origen) puede tener gran impacto en la cocina. La politología explicaría cómo gestiona el conflicto cada sistema. Porque... ¿existe la cocina para el hedonismo en mitad de un conflicto armado?, ¿comen igual quienes se encuentran en un territorio que vive una situación de paz que en otro que atraviesa un conflicto, pudiendo haber casos en los que la seguridad no esté garantizada?, ¿y quienes viven en la frontera de un sistema, de una unidad política? ¿Intervienen siempre los gobiernos ante situaciones de escasez o

hambruna?, ¿garantizan todas las instituciones políticas la seguridad alimentaria? Y así podríamos continuar, tratando de conocer qué conexiones reales existen entre lo que espera sobre un plato para ser degustado y toda la cadena previa que lo hace posible, en el marco de un sistema y orden político.

Puesto que la política rige los asuntos públicos y la politología estudia esta cuestión, lo que se cocina y cómo se cocina variará sustancialmente si nos encontramos ante una situación política en la que las instituciones no pueden asegurar a los ciudadanos de la sociedad que gobiernan el acceso a los productos básicos, por ejemplo, o en el caso de que se dé una situación de escasez crónica de recursos, sin los que la cocina no puede existir. De hecho, la predisposición a garantizar la seguridad alimentaria de una población depende, en gran parte, de su sistema político y de cuáles sean sus prioridades. La ciencia política arrojaría información sobre los condicionantes de cada sistema y las instituciones que lo componen, a partir de los cuales podría hacerse un análisis de cuánto influyen estos sobre las formas de cocinar, comer y beber.

Hay otra cuestión fundamental en cuanto que el objeto de estudio de esta disciplina politológica también supone la regulación de determinadas relaciones, tanto empresariales como de poder, que, en el caso de los gobiernos democráticos occidentales, recae en las instituciones públicas, que, de la mano de la ciencia jurídica, se encargan de llevar a cabo regulaciones y normativas que afectan a la cocina en muchos sentidos. Por ejemplo, en el establecimiento de aranceles, en el proteccionismo más o menos desarrollado que ejerza un estado, en las leyes sanitarias que se aprueben y apliquen, en la gestión de la política de subvenciones a determinados productos, etc.

DERECHO

RAE

14. m. Ciencia que estudia el derecho (|| conjunto de principios y normas).

¿Y qué relación puede haber entre el derecho y la cocina? En línea con el papel de la ciencia política y, complementándola, del derecho, como conjunto de principios y normas, dependen las regulaciones nacionales e internacionales que hacen referencia a los productos (seguridad alimentaria, etiquetado, etc.) y del derecho, como ciencia, su aplicación, a través de las instituciones y los profesionales dedicados al mismo. Además, como disciplina, el derecho está muy presente en el debate sobre las patentes culinarias de recetas, que parte de algunos cocineros que plantean la posibilidad de aplicar la Ley de Propiedad Intelectual por la que se conceden y regulan unos derechos de autor, que corresponden a la persona que produce una película, escribe un libro o... ¿crea una elaboración?

¿Cuántos sectores económicos caben en un plato o en un vaso? Una reflexión sobre el impacto de la cocina como actividad económica

La cocina participa de los tres sectores económicos tradicionales: se abastece y toma su producto no elaborado del sector primario, que incluye las actividades agrícolas, ganaderas y de pesca, pero también del sector secundario, en el que se enmarcaría la industria alimentaria. En el sector terciario o sector servicios encontraríamos el turismo y la hostelería, para los que la cocina es un negocio que presta servicio a todos los clientes que quieran demandarlo, en el que se ofrecen bienes (comida y bebida) a un precio dado. En un país donde el turismo sea una actividad relevante, se calcula que la suma del impacto de la cocina en el PIB (en todas sus versiones posibles) puede suponer 25 puntos del mismo.

Estas son las relaciones de la cocina con los sectores económicos de forma directa, pero, de forma indirecta, para que cada día, en los ámbitos público y privado, en las cocinas de las casas y los restaurantes y los hospitales y los hoteles de todo el mundo se pueda cocinar, es necesaria la actividad diaria de otros sectores, como el transporte y la logística, la publicidad y el marketing, las infraestructuras energéticas, la comunicación...

Es decir, el impacto económico que genera que un individuo cocine, para sí mismo o para otros, no afecta solo al sector de la restauración del ámbito público ni enriquece únicamente al mercado en el que ha adquirido los productos que emplea. Cocinar es posible gracias al trabajo constante de una cadena de innumerables individuos que, en un momento u otro, abastecen, participan, comunican, ofrecen o sirven de intermediarios para que el acto diario de cocinar sea posible.

Nos referimos a la alimentación, al hedonismo, a la escasez y al exceso, a la idea de una marca o de fomentar el turismo o a la versión más popular y discreta de la cocina. Podemos considerarlas todas, toda la cocina desarrollada hoy en tantos tipos y versiones. Porque cocinar es el núcleo, el origen, uno de los principios que nos distingue de los animales (transformamos productos a voluntad, no solo por supervivencia) y nos caracteriza como sociedad (somos sedentarios, pertenecemos a un lugar en el que transcurre nuestra vida). Porque cocinamos cada día y por lo que eso implica, la cocina tiene un impacto directo en la actividad económica de un pueblo o una ciudad, de una región, de un país e, incluso, de un continente, si es capaz de capitalizar turismo a través de su atractivo culinario y gastronómico, por ejemplo.

“ Si durante un mes no se cocinara, ¿cuántos sectores económicos quedarían bloqueados? ”

COMERCIO

RAE

1. m. Compraventa o intercambio de bienes o servicios.
2. m. Conjunto de actividades económicas centradas en el comercio.

Como actividad económica, el comercio forma parte del sector terciario, o sector servicios, en el que se engloban las actividades que satisfacen necesidades de la población. Dentro de ellas, el comercio permite el intercambio de bienes y servicios en un mercado en el que existe la oferta y la demanda, haciendo posible la compraventa de los mismos. Se denomina comercio interior al que sucede en el marco de un país y comercio exterior al que se lleva a cabo entre diferentes países, que importan y/o exportan sus bienes y servicios.

El papel del comercio en la cocina es fundamental, pues el producto para cocinar es absolutamente necesario como recurso y su obtención, a excepción de las situaciones de autoabastecimiento, depende de la actividad comercial. Además, desde que existen las primeras rutas comerciales en la historia, el intercambio de productos entre regiones ha hecho crecer las posibilidades culinarias, generando más y más elaboraciones a medida que se incrementan la variedad y calidad de los mismos.

ECONOMÍA

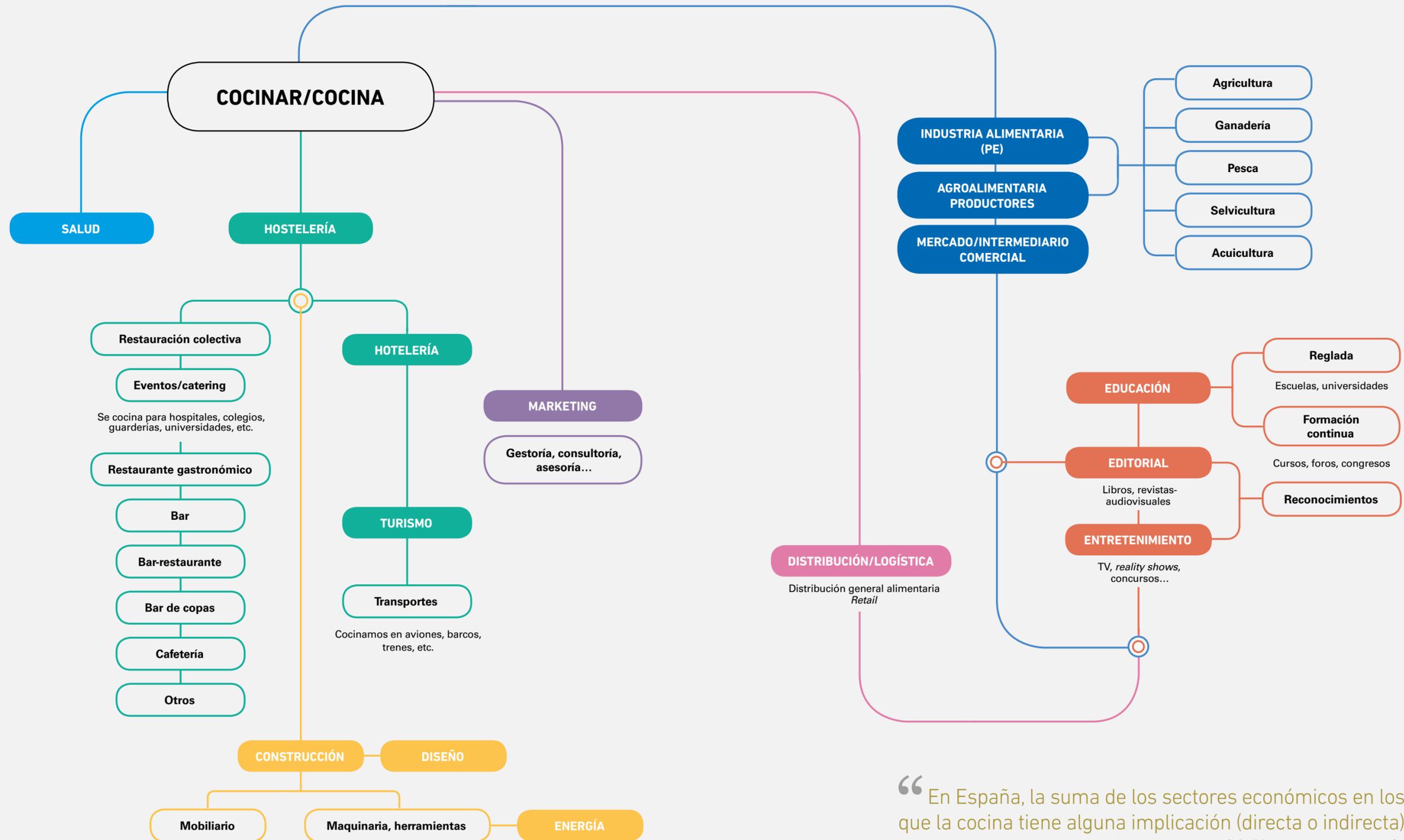
RAE

3. f. Ciencia que estudia los métodos más eficaces para satisfacer las necesidades humanas materiales, mediante el empleo de bienes escasos.

Observamos que la economía tiene una enorme relación con la cocina, evidente en el análisis de sectores implicados directa o indirectamente con la acción de cocinar, pero también en el hecho de que, como ciencia, se encarga de buscar la manera más eficaz de resolver necesidades con unos recursos determinados. En la cocina alimenticia de subsistencia, sobre todo, podemos encontrar que cocinar es «hacer economía», en cuanto que se cubre la necesidad humana de la nutrición tratando de maximizar los recursos disponibles.



LOS SECTORES ECONÓMICOS MÁS IMPORTANTES ALREDEDOR DE LA COCINA



* Otros sectores serían la banca, los seguros, etc.

“ En España, la suma de los sectores económicos en los que la cocina tiene alguna implicación (directa o indirecta) genera un impacto del 33 % en la economía ”

Según datos del informe *La gastronomía en la economía española*, KPMG (2019)

Por qué comprender la historia de la cocina es comprender la historia de la humanidad: un viaje que narra la evolución del ser humano a partir del hecho culinario

La historia es el escenario temporal en el que «todo» sucede. Hay muchas actividades que el ser humano ha desarrollado como especie, pero, de entre todas ellas, quizá cocinar sea la más atemporal y universal. Desde hace unos 2,5 millones de años, en cada año de cada siglo, se ha creado y se ha cocinado, y continúa sucediendo cada día, en cada lugar del mundo en el que habitan personas que cocinan para comer y beber. Además, la cocina, tal y como hemos explicado (ver pág. 71), nos hace únicos como especie. Nuestra capacidad y actitud para transformar productos a voluntad y hacerlos más y mejor comestibles (ver pág. 72) es uno de los rasgos que nos diferencia de los animales y que ha tenido enormes consecuencias históricas para el *Homo sapiens*. Empezar a cocinar fue uno de los motivos que nos permitió evolucionar de homínidos a seres humanos. Y, con el sucesivo paso de los miles de años que nos separan de nuestro antepasado *habilis*, fuimos perfeccionando, en un primer momento, las formas de cocinar y alimentarnos, y de disfrutar del acto de ingerir alimentos, después. Lo que cocinamos y cómo lo cocinamos ha marcado nuestra relación con el entorno y el medio natural en el que vivimos desde la prehistoria, desde aquel primer paso que nos llevó a decidir estar reunidos «alrededor de la mesa». De hecho, nuestras formas de consumo determinan, hasta el día de hoy, nuestra relación con la naturaleza y la forma en que explotamos los recursos que esta nos proporciona.

Si tenemos que explicar la cocina desde el prisma de la historia, deberíamos remontarnos, en primer lugar, a sus orígenes, ligados a la prehistoria y a las especies de *Homo* que en ella cocinaron y, después, a las primeras civilizaciones de Occidente y el Mediterráneo, que tomarían el relevo al Neolítico para continuar avanzando en términos culinarios. Por otra parte, podríamos centrar nuestra atención en las edades de la historia universal, las que la propia disciplina reconoce y en base a las cuales se estudia la misma; tomándolas como referencia, hablaríamos de las diferencias entre la cocina antigua y la nueva, entre lo tradicional y/o clásico y lo contemporáneo. Y cerraríamos esta revisión, desde el punto de vista histórico, hablando de las épocas de la restauración gastronómica de *Sapiens*, que nos ofrecen referencias temporales concretas en relación con nuestro objeto de estudio.

“Podríamos dividir la cocina prehistórica en un antes y un después del *Homo sapiens*”

“Cocinamos sin fuego durante casi dos millones de años”

HISTORIA

RAE

1. f. Narración y exposición de los acontecimientos pasados y dignos de memoria, sean públicos o privados.
2. f. Disciplina que estudia y narra cronológicamente los acontecimientos pasados.
4. f. Conjunto de los sucesos o hechos políticos, sociales, económicos, culturales, etc., de un pueblo o de una nación.

ARQUEOLOGÍA

RAE

1. f. Ciencia que estudia las artes, los monumentos y los objetos de la antigüedad, especialmente a través de sus restos.

PALEONTOLOGÍA

RAE

1. f. Ciencia que estudia los organismos que han existido en el pasado de la Tierra a partir de sus restos fósiles.

En cuanto que la historia, como disciplina, se encarga de narrar lo acontecido en el pasado de la humanidad, tanto la paleontología como la arqueología son dos de sus grandes aliadas, ya que, como ciencias, exploran ese pasado a través de evidencias físicas, con las que se complementa la investigación histórica, y refuerzan la construcción de un discurso veraz. Aunque hay otras ciencias que colaboran en la generación de conocimiento histórico, nos centramos ahora en estas tres disciplinas que se vuelcan en comprender el pasado de la humanidad dentro del marco del planeta tierra.

Por una parte, tanto la arqueología como la paleontología pueden aportar valiosa información relativa a la historia del sistema culinario: la primera nos descubriría herramientas, si los materiales conservados se usaron para cocinar, y, la segunda, productos empleados en el pasado, si los fósiles encontrados proporcionan información en cuanto a especies animales o vegetales que pudieran haber sido «elaboradas» mientras habitaron la tierra. De ambas, también podría extraerse información relacionada con las técnicas utilizadas para cocinar en épocas distantes del presente, en las que no hubo o apenas existió un registro escrito de la realidad. A los conocimientos del pasado generados por estas dos disciplinas, la historia sumaría una ordenación cronológica y construiría el discurso que narra el conjunto de la historia universal o cada uno de los subconjuntos históricos ordenados por épocas, regiones o países del mundo.

BIBLIOTECONOMÍA Y ARCHIVÍSTICA

La archivística, como disciplina, está muy ligada a la historia y también a la administración, ya que en ambas se trabaja con archivos de manera constante. La biblioteconomía, por su parte, alude directamente al espacio biblioteca como lugar en el que se conservan y organizan libros y otro tipo de archivos. Por un lado, encontramos que existen los archivos antes que las bibliotecas, al menos los referentes a la cocina. Si las primeras recetas se encuentran en Mesopotamia inscritas sobre tablillas de barro, la archivística o archivología podría comenzar a analizar la cocina desde entonces. Para la cocina ambas disciplinas tienen una importancia fundamental en cuanto que sus resultados son realidades efímeras, todo registro escrito de las mismas, de los procesos por los que se obtienen, de las herramientas empleadas, del lugar en el que se degustan, etc., esclarecen importantes vacíos de conocimiento existentes en el pasado, que el correcto tratamiento y conservación de un archivo puede ayudar a completar.

LAS ESPECIES DE HOMO

Si acudimos a la prehistoria para observar qué especies de homínidos han cocinado, encontramos que es posible distinguir diferencias entre ellas en base a las características que las definieron y que construyeron, progresivamente, el comienzo de la cocina. Es una manera de interpretar la historia de la cocina y es vital para comprender el origen y la evolución de la humanidad, paralelamente a la cual se ha desarrollado.

Antes de entrar en el análisis de aquello que cocinaron y comieron los diferentes *Homos*, hemos de aclarar cuáles son las principales especies del género desde su primera aparición hasta el *Homo sapiens*. Su clasificación y trayectoria biológica es objeto de muchos debates y de frecuentes actualizaciones, a tenor de los descubrimientos que se van realizando. Mientras nos encontrábamos redactando estas líneas, se han descubierto dos ancestros más del *Homo sapiens*: el *Homo naledi*, hallado en Sudáfrica y que debió de vivir justo antes del *Homo habilis*, y otro que pudo ser incluso anterior y que se ha encontrado en Etiopía. Teniendo en cuenta que cada nuevo eslabón puede modificar la teoría aceptada hasta ese momento, mencionamos, a continuación, algunas de las especies más destacadas del género *Homo*, las más consolidadas entre los expertos. El primer homínido que cocinó fue el *Homo habilis*, hace aproximadamente 2,5 millones de años, el primero capaz de modificar las piedras que encontraba en su entorno para transformarlas en herramientas con filo cortante. Fue el autor de la primera herramienta con la que poder cortar, que permitió la aplicación de una técnica (cortar) sobre un producto, es decir, fue el primer cocinero (primitivo, pero cocinero).

El siguiente homínido que podemos considerar cocinero fue el *Homo erectus*, uno de los eslabones clave de la evolución humana, pero también uno de los más enigmáticos y difíciles de comprender. Los cambios producidos en el millón y medio de años entre los *habilis* y los *erectus* apenas supusieron una evolución en la cocina. Los *erectus* fueron los primeros en tener control sobre el fuego, hace unos 500 000 años, lo que propició una cocina caliente que impulsó la evolución biológica –los alimentos cocinados con calor facilitaron la asimilación de los nutrientes, mejoraron la calidad de la comida y la cantidad de alimentos comestibles y eliminaron toxinas, bacterias y otros elementos patógenos–. Es el homínido humano más longevo: habitó el planeta desde hace 1,8 millones de años hasta hace unos 300 000/200 000 años y ocupó territorios muy distintos entre sí, desde África al Oriente asiático. Dada la extensión de sus coordenadas espaciales y temporales, así como su variabilidad anatómica, muchos investigadores consideran que, en realidad, llamamos *Homo erectus* a un conglomerado de distintas especies, entre las que se encuentran:

- ▶ ***Homo ergaster***: son los especímenes más antiguos, los que vivieron hace 1,8-1,4 millones de años en África. Protagonizaron la primera emigración fuera del continente africano.
- ▶ ***Homo erectus***: muchos especialistas limitan el uso del nombre *Homo erectus* para las poblaciones de *Homo ergaster* que habitaron Asia y vivieron relativamente aislados, geográfica y genéticamente, hasta la llegada del *Homo sapiens*.
- ▶ ***Homo antecessor***: según los investigadores de Atapuerca (Burgos), los restos hallados en la Gran Dolina corresponderían a una nueva especie denominada *Homo antecessor*.
- ▶ ***Homo heidelbergensis***: a los *Homo erectus* finales europeos, aquellos que vivieron hace 500 000-150 000 años se les conoce como *Homo heidelbergensis*. En la Sima de los Huesos de Atapuerca se hallaron restos de 32 individuos. Esta especie es la que dará origen a los neandertales, justo después del *antecessor*.



Los *Homo antecessor* serían la evolución biológica que protagonizaron los *Homo ergaster* que se quedaron en África hace unos 800 000 años y que habrían salido por segunda vez de África, esta vez hacia Europa. De acuerdo con esta teoría, la especie *antecessor* es la línea que dará origen al *Homo neanderthalensis* en Europa y al *Homo sapiens* en África. Sin embargo, esta teoría se enfrenta a un problema: todavía no se han encontrado restos de *antecessor* en África que avalen esta hipótesis. En este libro, empleamos el término *Homo erectus* para agruparlas a todas.

La siguiente especie de *Homo* que cocinó fue el *neanderthalensis*, que vivió en toda Europa y Oriente Próximo. Fue una especie adaptada al frío y con un volumen craneal mayor que el del *sapiens*, que, sin embargo, no fue suficiente para poder competir con esta especie. El neandertal no solo controlaba el fuego, sino que fue el primero en emplearlo de forma sistemática.

Por último, el *Homo sapiens* es la especie a la que pertenece el ser humano y apareció en África. Emigró de allí hacia Europa hace unos 40 000 años y terminó por ocupar todo el planeta, suplantando al resto de especies que lo habitaban. La gran novedad evolutiva de esta especie fue su particular inteligencia simbólica, que dio pie a innovaciones tecnológicas y culturales que llevaron la especie hasta lo que somos hoy. En cocina, podemos hablar de un *Homo sapiens* antes y después del Paleolítico, siendo su principal diferencia un tipo de cocina nómada o sedentaria. Todas las especies de homínidos fueron nómadas, por lo que sus cocinas también lo eran. De todos ellos, el *sapiens* fue el primero que se asentó y, reconociendo el terreno, comenzó a domesticar especies animales y vegetales.

Uno de los grandes avances del Neolítico, hace 10 000 años, fue que los útiles de piedra no solo se tallaban, sino que se pulían y, además, se descubrieron decenas de usos de la cerámica aplicados a la cocina. En esta etapa histórica surgieron la agricultura y la ganadería, aunque se pudiera seguir recolectando y cazando para complementar la disponibilidad del producto. Fue aquí cuando, por primera vez, el ser humano conoció el excedente y empezó a planificar cosechas y a conservar alimentos. Con las primeras civilizaciones, la gastronomía comenzaría a despuntar en la historia, pero podríamos decir que, con las herramientas desarrolladas hasta la Edad de los Metales, se llega a un punto en el que casi se podría cocinar cualquier cosa como lo hacemos hoy en día, de una u otra manera.

LAS ANTIGUAS CIVILIZACIONES DE OCCIDENTE Y EL MEDITERRÁNEO

La observación del comportamiento culinario y gastronómico de las diferentes civilizaciones que se sucedieron en la Edad Antigua en el marco de Occidente y el Mediterráneo, una vez superado el Neolítico, nos aporta muchísima información sobre el inicio de la cocina para el hedonismo. Aunque paralelas a estas en el tiempo hubo otras civilizaciones en la India y China, por ejemplo, acotaremos nuestro estudio a las que han tenido un efecto directo sobre la configuración del arte culinario y la cocina para la alimentación del mundo occidental.

Al ser todas ellas sociedades fundamentalmente agrarias, basaron su crecimiento, en gran medida, en su capacidad para desarrollar la agricultura y la ganadería. La mayoría se cimentaron sobre jerarquías sociales piramidales, con clases altas que vivían cómodamente y amplias capas de clases bajas (en las que se incluían los esclavos) que eran la fuerza de trabajo que sostenía el sistema. El poder estaba centralizado y se rendía tributo al mismo. La importancia y el peso de la religión y de los ritos se dejó notar en el arte culinario creado en las distintas civilizaciones, pues lo condicionó en muchas ocasiones.

Esta forma de explicar la historia de la cocina permitiría conocer productos y técnicas empleados, así como influencias, similitudes y diferencias entre ellos, y modelar la idea de cuáles fueron los orígenes del arte culinario. Además, reafirma la hipótesis que defendemos en este libro de que el arte culinario nació por y para las clases altas en la Edad Antigua. Las antiguas civilizaciones fueron las primeras sociedades en las que la cocina y la comida se emplearon como instrumento de diferenciación social, y de forma reiterada. Podemos observar en todas ellas una minoría que tiene acceso a una riqueza de productos y elaboraciones y una mayoría que se alimenta con aquello que puede conseguir o permitirse, sin ningún tipo de lujo.

Y es que fueron las clases altas de estas sociedades las primeras en la historia en tener un interés por la gastronomía, por el placer de la degustación. Gracias a que no escatimaron en recursos (gastronómicos y no gastronómicos), sus cocineros pudieron crear recetas empleando ingredientes, técnicas y herramientas que posibilitaron un gran avance en el arte culinario en ese periodo. Por último, la relación de cada civilización con su entorno, con el territorio que ocupó y con los productos que este les ofrecía proporciona valiosa información sobre las que todavía hoy son las culturas culinarias de estas regiones.



LAS EDADES DE LA HISTORIA UNIVERSAL

Explicaremos ahora la historia de la cocina desde la perspectiva de su evolución, marcada por las edades de la historia universal y consensuadas dentro de la disciplina de la historia, que, en nuestro caso, contemplaremos aplicada a Occidente. Dichas edades abarcan los siguientes periodos temporales:



Aunque esta no es la división en bloques temporales que mejor se ajusta a la propia evolución de la cocina, sí se corresponde con los establecidos por los historiadores, oficialmente reconocidos también por otras ciencias y ámbitos de estudio. Es una clasificación temporal general que, después, cada disciplina ha llevado a su terreno.

Esta perspectiva temporal nos permite atribuir un calificativo a una u otra cocina basándonos en una premisa histórica. Así, existen varios adjetivos que remiten, con mayor o menor amplitud, al presente, otros inequívocamente hacen referencia al pasado y los hay que tienden un puente con el futuro. Es un criterio importante para hablar de cocina y el principal para los historiadores. De él surgen los adjetivos más utilizados para calificar la cocina (moderna, antigua, contemporánea...) y nos indican cuándo apareció una determinada cocina, independientemente de cuándo se reprodujera después. Esta forma de denominar las cocinas que pertenecen a uno u otro periodo puede presentar valores absolutos (cuando el calificativo usado está vigente a partir de una época concreta, por ejemplo, «moderna») o un valor relativo, que depende del punto de vista o perspectiva de quien lo califica (por ejemplo, «actual»).

“Observando la cocina de las primeras civilizaciones, comprendemos el comienzo del arte culinario”

POR ANTIGÜEDAD, SEGÚN CUÁNDO APARECEN EN EL TIEMPO HISTÓRICO

A continuación haremos un repaso de los hitos que consideramos más relevantes para explicar esa suma sucesiva de características que nos permite referenciar las cocinas en función de su momento de aparición en la historia. Los homínidos prehistóricos crearon la cocina al emplear las primeras herramientas con las que aplicaron técnicas sobre los productos. Este es el origen de la cocina creativa, aunque, posteriormente, de manera cotidiana, se diera una cocina de reproducción.

Analizando otros aspectos de su origen, hace dos millones y medio de años las poblaciones humanas eran nómadas y, por tanto, itinerantes, de ahí que podamos identificar una primera cocina nómada. Se trataba de cocinas itinerantes, locales y regionales, en función de los distintos productos disponibles sobre los que se aplicaban técnicas con herramientas similares. Hace unos doscientos cincuenta mil años, durante el Paleolítico, se empleó el fuego como herramienta para aplicar distintas técnicas, surgiendo la cocina caliente. Toda la cocina que se había realizado hasta entonces era fría.

Con el Neolítico llegaron los asentamientos fijos y, con el sedentarismo, una cocina sedentaria. Progresivamente, como consecuencia del asentamiento, surgieron especializaciones en determinadas elaboraciones que dieron lugar a una cocina especializada. Además de sedentaria, esta cocina procedía del pueblo, por lo que también era una cocina popular, que, al transmitirse a más de cinco generaciones, pasó a ser una cocina popular tradicional.

Cuando las distintas poblaciones comenzaron a organizar celebraciones, nació la cocina motivada por un acontecimiento festivo o una celebración, la cocina de fiesta. Fue el comienzo de la cocina pública, la primera que salió del ámbito privado, aunque no se pagara un precio por ella. En contraposición, toda la anterior había sido cocina privada.

En la época de las civilizaciones se consolidó la estratificación de la sociedad iniciada en el Neolítico y aparecieron las primeras clases altas, que reclamaban una cocina realizada para el lujo y el placer, que iba más allá de la alimentación y tenía como premisa el hedonismo. Esta cocina tuvo un lenguaje y un nombre propio: el arte culinario. Dado que la edad histórica es la Antigua, podemos considerarla como una cocina antigua.

Con la aparición de establecimientos como las tabernas (que no restaurantes), en los que se podía comer o beber por un precio, se consolidó el tipo de cocina pública. Hasta entonces, toda la cocina se realizaba y se consumía en casa y era, por tanto, cocina casera o doméstica. En el ámbito privado aparecieron cocineros profesionales, entendiéndose el cocinar como una actividad laboral remunerada. Fueron ellos quienes crearon y reprodujeron elaboraciones en las cocinas de las clases altas, para el disfrute de estas. Podemos hablar del inicio de la cocina profesional. En contraposición, hasta entonces, toda la cocina había sido amateur, realizada por cocineros no profesionales, no remunerados por realizar dicha actividad y que, en términos generales, cocinaban en un ámbito doméstico. Esta división «profesional-amateur» sigue siendo una de las principales en la actualidad.

La cocina clásica, recogida en la *Guía culinaria* de Auguste Escoffier en 1903, se erigió como modelo y codificó una serie de recetas que se documentaron por escrito y fueron referencia durante ese periodo y en el futuro. La cocina moderna es aquella que se alzó como paradigma tras irrumpir como novedad, diferenciándose del patrón de la cocina clásica. Los primeros recetarios redactados por un cocinero determinado nos muestran la cocina «de autor», en cuanto que las recetas reflejan la cocina de quien las ha creado. Mientras que la cocina popular evolucionó con lentitud en el tiempo, incorporando productos, técnicas, herramientas..., el arte culinario se sistematizó de manera cada vez más perceptible.

A partir del siglo XVIII el arte culinario se dividió en cocina aristocrática y cocina burguesa al cambiar el público que la consumía y al que se dirigía.

Podemos datar la aparición del primer restaurante como institución en torno al año 1800. El arte culinario se trasladó así de las casas de la aristocracia al espacio de consumo público, trazándose de forma irreversible la línea que separa la cocina de la restauración gastronómica en el ámbito público y la cocina del ámbito privado, doméstico. En el siglo XIX, como consecuencia de la aplicación de los avances de la Revolución Industrial al entorno de la alimentación, se produjeron cambios definitivos en las formas de cocinar y comer. Nació, entonces, la cocina industrial y comenzó la historia de la industria alimentaria. En consecuencia, toda la cocina anterior pasó a considerarse artesanal, ya que hasta entonces todos los procesos en cocina eran artesanales.

A mediados de la década de 1990 se dio nombre a la cocina dulce, entendida como el arte culinario de todas las elaboraciones de pastelería que se servían como postre. No quiere decir que anteriormente no existiera, sino que se estableció una separación entre el mundo dulce y el salado, como dos esferas distintas dentro de la cocina profesional. En contraposición se encontraba, por tanto, la cocina salada.

Por su parte, la cocina popular evolucionó y accedió a los restaurantes, dando lugar a una cocina popular refinada.





La tradición vs. lo clásico

Tal y como hemos ido viendo a lo largo del libro, los conceptos de tradicional y clásico (a los que nos hemos referido en diferentes ocasiones entre las páginas 258 y 269) son fundamentales para definir cocinas distintas entre sí, que presentan características propias asociadas a emplear estos términos como adjetivos que las califican. Volvemos ahora a reflexionar sobre ellos en el contexto de la historia, pues ambos tienen un significado ligado al paso del tiempo, por el que marcan una distancia con algún punto del pasado, a partir del cual cobran sentido y explican una cocina en concreto.

Como punto de partida, señalamos las diferencias fundamentales entre los conceptos de cocina «tradicional» y cocina «clásica»:

- » El primero hace referencia a la cocina de raíz popular, creada y reproducida por cocineros no profesionales, tanto alimenticia como con actitud gastronómica, cuyas recetas se suelen elaborar en el ámbito privado o en el público, en las tabernas en un primer momento, en los restaurantes populares después y, más tarde, en la oferta de elaboraciones de la restauración gastronómica, en versiones muy refinadas. En principio, y aunque todavía existe cierto debate en torno a esta cifra, para ser considerada tradicional, una receta ha de ser transmitida y reproducida por al menos cinco generaciones.
- » En el segundo caso, nos encontramos ante una cocina profesional que elabora arte culinario que crea y reproduce pensando en el hedonismo y el placer. Aunque no existe un consenso absoluto, pueden considerarse clásicas las recetas del arte culinario que quedaron codificadas durante el siglo XIX o principios del XX y que, desde entonces, se han reproducido en los restaurantes gastronómicos de todo el mundo.
- » En Sapiens, la suma de ambos conceptos para describir una única cocina resulta incompatible, es decir, si una receta es tradicional no podrá ser clásica, ya que cada uno de ellos alude a un tipo de cocina que tiene un origen y unas características distintos. Tradicional se refiere a la cocina popular, que puede llegar a refinarse, y clásico hace alusión al arte culinario creado en la alta cocina.

La cocina tradicional



TRADICIÓN

RAE

1. f. Transmisión de noticias, composiciones literarias, doctrinas, ritos, costumbres, etc., hecha de generación en generación.
2. f. Noticia de un hecho antiguo transmitida por tradición.
3. f. Doctrina, costumbre, etc., conservada en un pueblo por transmisión de padres a hijos.
4. f. En varias religiones, cada una de las enseñanzas o doctrinas transmitidas oralmente o por escrito desde los tiempos antiguos, o el conjunto de ellas.
5. f. Conjunto de rasgos propios de unos géneros o unas formas literarias o artísticas que han perdurado a lo largo de los años.

TRADICIONAL

RAE

1. adj. Perteneciente o relativo a la tradición.
2. adj. Que se transmite por medio de la tradición.
3. adj. Que sigue las ideas, normas o costumbres del pasado.

REGULACIÓN DE LA TRADICIÓN: ¿ES INAMOVIBLE LO QUE ES TRADICIONAL?

Centrándonos en lo tradicional, nos preguntamos de entrada si lo que es tradición lo es para nosotros como individuos o para un conjunto de personas. Y la respuesta es que todo lo que deriva de la tradición cobra sentido, precisamente, porque se da en sociedad, de forma compartida, perteneciendo a la vez a un conjunto de personas.

Es una cadena de individuos la que hace posible que lo tradicional siga vivo al transmitir una doctrina, costumbres y/o conocimientos acumulados por los que les precedieron generacionalmente en la historia.

A nivel de la realidad que observamos, la cocina es un vehículo de transmisión que, por encontrarse imbricado en la vida diaria de todas las sociedades humanas, no deja de suceder, no «termina», y representa una parte de la tradición de cada una de ellas. Sin embargo, lo que se considera tradicional en cocina, el conjunto de elaboraciones que son «tradicionales» para una generación, no siempre lo es para la siguiente, como ocurre con tantos otros aspectos implicados en la tradición de cada pueblo. ¿Cuándo sucede esto?

Hay una cuestión de cambio generacional muy interesante en la cocina tradicional, que debemos reflexionar como individuos, pues lo que fue «tradicional» para nuestras abuelas (de las cinco generaciones anteriores a ellas mismas) no será lo «tradicional» para nosotros (dos generaciones familiares por detrás de ellas). Sería interesante conocer cuáles de nuestras referencias de lo «tradicional» han permanecido, son compartidas por ambas en el presente, continúan formando parte de la tradición que se transmite hoy. Es decir, ¿qué no se ha perdido?, ¿qué recetas y elaboraciones siguen formando parte de la cocina que ambas generaciones reproducimos y consumimos en el presente?

» Cuando la cadena de transmisión del conocimiento culinario para elaborarlas, así como su codificación (recetas), queda interrumpida.

Por ejemplo, si no recoges de tus padres y/o abuelos, u otros familiares, el conocimiento culinario que posean, para continuar reproduciéndolo.

» Puede suceder, también, que lo tradicional se regule porque se incorporan nuevas elaboraciones al conjunto de las recetas habituales que una generación reproduce y/o consume, que ganan protagonismo y desplazan a aquellas que la generación anterior consumía habitualmente.

Por ejemplo, cuando una elaboración (la hamburguesa) llega de la cocina tradicional de un país (Alemania), por decenas de motivos posibles, que veremos más adelante, a otro en el que no era habitual (Estados Unidos), o en el que incluso era desconocida, y comienza a reproducirse y consumirse en este, en el que puede llegar a ser incluso más popular y consumida que en su país de origen.

RECETAS CANÓNICAS



Entendemos por «canónicas» todas aquellas recetas que se codificaron en el momento de creación de una elaboración y han permanecido sin apenas cambios en su composición, procesos y resultado, de forma que, cada vez que se reproducen, se «respetan» los cánones establecidos en la misma. Podríamos decir que se trata de recetas que se cocinan de una forma ortodoxa, conforme a lo establecido en esa codificación original, sin introducir cambios relevantes.

RECETAS ENDÉMICAS, IMPORTADAS, FUSIÓN

» «Endémico» hace alusión a algo exclusivo de una determinada localidad o región. Extrapolado a las recetas, nos indicaría un origen determinado en el que se continúa reproduciendo la misma receta con productos, técnicas y herramientas culinarias propias de ese lugar concreto, que mantiene su forma de cocinar.

Por ejemplo, los bigaros en el norte de España o los *calçots* en Cataluña.

» «Importado» indica introducido en un país desde otro, es decir, extranjero. Aplicado a las recetas, supone que una elaboración intermedia, producto elaborado o elaboración que se degusta ha llegado a un territorio nacional distinto de aquel en el que tiene su origen, en el que se creó. Eso implica que su receta, la codificación de los pasos que han de seguirse para obtener tal resultado, ha viajado y pasa a conocerse en otros lugares distintos de su origen.

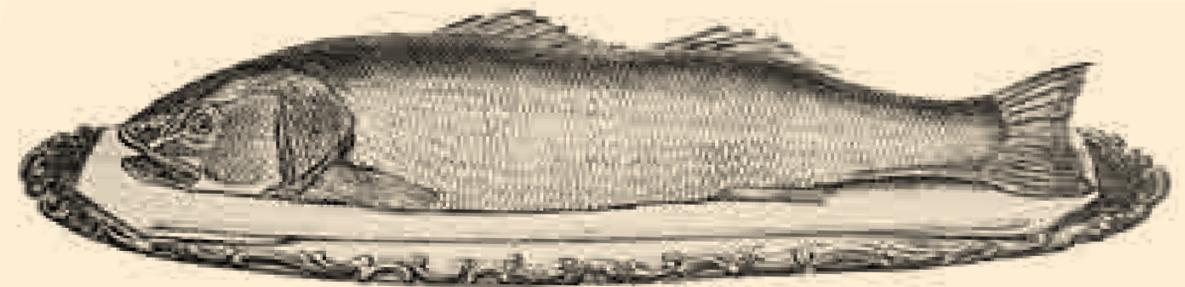
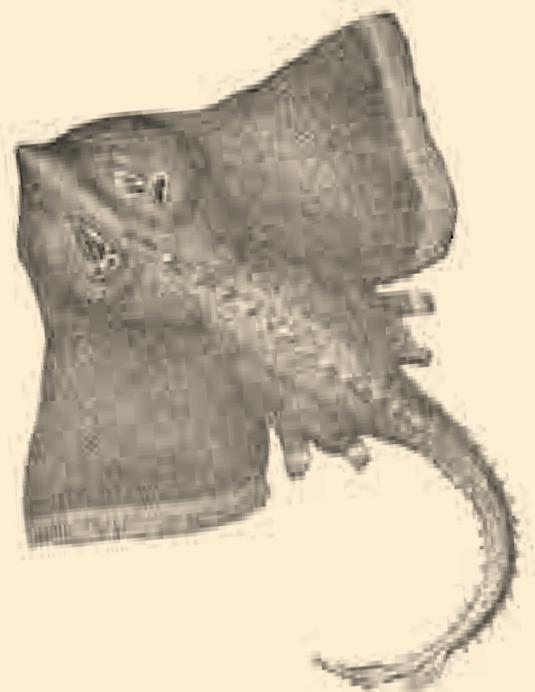
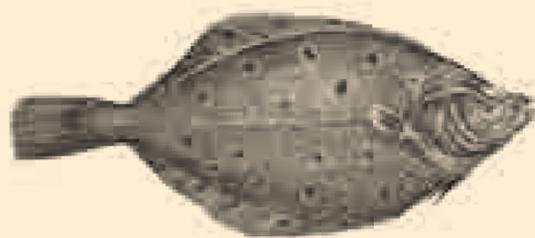
Por ejemplo, el guacamole mexicano o el ceviche peruano cuando se cocinan y consumen en España, o todos los productos americanos que llegaron al continente europeo vía España desde 1492, entre los que destacan el maíz, la patata y el tomate.

» «Fusión» es resultado de la suma de las dos anteriores, es decir, recetas que implican productos, técnicas y herramientas de un lugar concreto, que se mezclan y combinan con las que llegan importadas de otros lugares del mundo, con sus productos, técnicas y herramientas. El resultado de esta unión culinaria da lugar a recetas de cocina fusión, que se concretarán en cada caso conociendo cuál es cada una de las partes que las hacen posibles.

Por ejemplo, en la cocina nikkei el conocimiento culinario japonés (importado) llegó a un escenario peruano (endémico) en el que productos, técnicas y herramientas de uno y otro origen se fusionaron, creando recetas nuevas, o cualquier plato de comida que identifiquemos como español pero que esté elaborado con productos que son originarios del continente americano.

En cualquier caso, todas ellas evolucionan, generando nuevas recetas o haciendo que elaboraciones que ya existían se incluyan como elaboraciones intermedias en otras novedosas, comprendiéndose su aplicación en formas nuevas.

Con el cambio en las tendencias de consumo generales y los movimientos de población entre regiones y países que facilitan la existencia de las elaboraciones «importadas» y «fusión», ¿qué será lo «tradicional español», «tradicional inglés» o «tradicional italiano» dentro de diez años? ¿Qué estarán reproduciendo quienes hoy son jóvenes cuando tengan hijos? ¿Qué productos, técnicas y herramientas emplearán?



FACTORES DE CAMBIO

¿Qué hace cambiar lo que se considera «tradicional» en cocina?

- » El conocimiento: si se transmite de una u otra manera, o no se transmite, si no hay comunicación entre generaciones, etc.
- » La capacidad: si las nuevas generaciones tienen, o no, la capacidad de elaborar el repertorio tradicional, porque hayan recibido esa enseñanza de sus familiares o porque carezcan de ella.
- » Los recursos económicos: en cuanto que, por una situación de mejora económica, pasen a consumirse productos diferentes, más caros o exclusivos, o lo contrario, por una situación de escasez, no puedan reproducirse determinadas recetas por no tener acceso a los productos.
- » Los cambios en el paradigma de consumo: el mejor ejemplo es la introducción de la tecnología en la decisión de degustación, a través de las aplicaciones o páginas web de comida a domicilio, en las que un consumidor en España encuentra más (o al menos, las mismas) opciones de comida tradicional de cualquier parte del mundo que de España. Consumir vía web o vía app supone no elaborar, no comprar producto para transformarlo. Y eso tiene impacto en la tradición, en dos sentidos fundamentales: uno, nos distancia de ella (se suele elegir una elaboración tradicional «no española») y, dos, «importa» recetas

tradicionales de otras culturas que modificarán ese concepto en las próximas generaciones.

- » La globalización o «el último gran intercambio entre culturas»: como proceso de difusión global, la globalización ha uniformado gustos y costumbres que, trasladados a la cuestión culinaria y, en concreto, al análisis de la tradición, supone que los gustos y hábitos, las costumbres, se han homogeneizado haciendo que este intercambio quede muy reducido, perdiéndose numerosas recetas y la cultura ligada a ellas. El acceso internacional a bienes y servicios y el modelo capitalista han hecho posible que las tendencias de consumo sean parecidas, arrasando en muchos casos con «lo tradicional», que queda en un segundo plano ante lo que la globalización trae consigo. Aunque podemos hablar de intercambio de productos y conocimiento culinario entre diferentes lugares del mundo durante toda la historia, su impacto es exponencial en la actualidad, dada la velocidad a la que pueden circular tanto los productos como la propia información y el conocimiento.
- » Las elaboraciones son susceptibles de cambiar, en su receta o en el uso que se hace de la misma: nos encontramos ante elaboraciones que evolucionan, ya que la cocina es un ente dinámico y sus resultados también lo son, por lo que pueden sufrir alteraciones o cambios en su historia. También sucede que elaboraciones que continúan existiendo tal y como eran, en su formato «tradicional», pasan a incluirse en otras elaboraciones, cumpliendo una función intermedia, lo cual es otra forma de evolución posible (en cuanto que cambia su uso).

La cocina clásica



CLÁSICO, CA

RAE

2. adj. Dicho de un autor, de una obra, de un género, etc.: Que pertenece al período clásico.
3. adj. Dicho de un autor o de una obra: Que se tiene por modelo digno de imitación en cualquier arte o ciencia.
4. adj. Perteneciente o relativo al momento histórico de una ciencia en el que se establecen teorías y modelos que son la base de su desarrollo posterior.
5. adj. Dicho de un autor, de una obra, de un género, etc.: Que pertenece a la literatura o al arte de la Antigüedad griega y romana.
6. adj. Perteneciente o relativo a la Antigüedad griega y romana.
8. adj. Que no se aparta de lo tradicional, de las reglas establecidas por la costumbre y el uso.

WIKIPEDIA

«*Cuisine classique* es un estilo de cocina francesa vigente desde finales del siglo xix hasta finales del siglo xx, basado en los planteamientos teóricos y prácticos plasmados en su *Guide culinaire* por Auguste Escoffier, chef francés que renovó la cocina francesa —y por ende europea— a partir de las bases técnicas y artísticas de la cocina tradicional francesa, y más directamente de la *Haute cuisine*».

Entonces, la diferencia fundamental en lo que hace «clásica» a la *nouvelle cuisine*, cuya herencia llega hasta la actualidad, es que su voluntad no fue codificar recetas para degustar sus resultados. Se trata, en este caso, de un conjunto de características que la definen como movimiento y que quedan plasmadas más allá de las elaboraciones que se degustan, en las técnicas y herramientas, pero también en la forma de comprender la estructura y composición de un emplatado, las texturas, la complejidad, en la filosofía del cocinero y una voluntad que heredan todos los «discípulos» de este movimiento, que reproducen en todo el mundo: crean, construyen el proceso culinario basándose en técnicas «clásicas», pero no tienen voluntad de obtener siempre el mismo resultado, sino todo lo contrario, asumen de sus predecesores la voluntad de no copiar.

REGULACIÓN DE LO CLÁSICO: ¿ES INAMOVIBLE LO QUE SE CONSIDERA CLÁSICO?

Si bien no se ha llegado a un consenso que defina exactamente qué califica y define a la cocina clásica, desde Sapiens entendemos que lo que es clásico representa un modelo que se toma como referencia y se reproduce, representado por todas las elaboraciones del arte culinario que se continúan ofreciendo en los restaurantes y que fueron creadas y codificadas entre final del siglo xix y principios del xx.

En este caso, no se trata de una transmisión generacional amateur en el ámbito privado, como sucede con la tradición, pues son cocineros profesionales los que convierten una cocina en clásica cuando deciden reproducir las elaboraciones y técnicas que esta ha codificado. Lo que hace clásica una cocina es su aportación a la disciplina profesional que, en un momento determinado, hizo variar el rumbo de la misma, tuvo un impacto sobre el resto de su historia.

» Podríamos hablar de «clásico» de acuerdo con la historia general cuando se refiere a la «época clásica». Como señalamos en la página 275, encontramos «clásica» como adjetivo calificativo que hace referencia a una época histórica concreta, la del período clásico que se asocia a las antiguas civilizaciones griega y romana. Sin embargo, cuando en este libro hacemos referencia a la cocina que ambas llevaron a cabo, las enmarcamos en un contexto de análisis de las civilizaciones antiguas de Occidente y el Medite-

rráneo. Es decir, se trata de una referencia histórica a este período, que se conoce como «clásico», más que porque su cocina lo fuera o pudiera identificarse con el uso de este término que buscamos definir en este apartado.

» ¿Qué es la cocina clásica en el sector de la restauración gastronómica? Se entiende por cocina clásica toda aquella que quedó codificada en *Le guide culinaire* publicada por Escoffier en 1903, que recoge el arte culinario creado hasta entonces por los cocineros profesionales y reproducido por los mismos, basando su virtuosismo en la recreación exacta de aquellas recetas. Todavía existe hoy este clasicismo codificado, esta cocina clásica, que se identifica con Francia por ser la cuna del arte culinario, pero que también podría ampliarse a las elaboraciones que tienen origen en otros países y se reprodujeron al más alto nivel en los mismos. En muchos restaurantes del mundo, la cocina clásica (fundamentalmente francesa) continúa siendo la que orquesta la oferta gastronómica, cuyo valor principal está en la reproducción exacta. Ante lo anterior, nos preguntamos...

- ¿Solo representan la cocina clásica las recetas de elaboraciones (arte culinario) recogidas por Escoffier en *Le guide culinaire*? Probablemente este volumen sea una compilación de conocimiento culinario profesional, que resulta de una teoría construida a lo largo del siglo xix en Francia, planteada ya por cocineros como Marie-Antoine Carême o Urbain Dubois. Este último publicó, ya en 1856, *La cuisine classique*, junto a Émile Bernard, lo que demuestra que este concepto ya existía y que no aparece por primera vez ni está únicamente representado por el volumen que firma Escoffier casi cincuenta años más tarde.
- Entonces, ¿sería *Le guide culinaire* la representación física, consultable y reproducible de la cocina clásica? Digamos que este volumen representaría en esencia el «clasicismo codificado», pero seguimos planteándonos: ¿no hubo un clasicismo anterior que pudo no ser codificado por escrito en su totalidad?
- Las recetas olvidadas dejan de ser clásicas. Si consultamos *Le guide culinaire* de Escoffier, ¿cuántas del total de recetas incluidas en la misma continúan reproduciéndose hoy en día? Hacemos esta reflexión para señalar que será clásico en el futuro todo lo incluido en dicho tomo, siempre y cuando

continúe reproduciéndose, porque el interés por dichas recetas, técnicas o elaboraciones intermedias o que se degustan no se agota o extingue.

» ¿Qué será cocina clásica en el futuro más cercano o qué se está convirtiendo en cocina clásica de manera inminente? Teniendo claro lo anterior, entendiendo que podemos llegar a establecer una cierta certidumbre en torno a lo que se considera la cocina clásica refiriéndonos a los últimos dos siglos, nos preguntamos: en base a lo que se está creando y reproduciendo en el presente, a lo que se ha creado y reproducido en las últimas décadas, ¿qué será clásico?, ¿qué representará el «nuevo» clásico?

Si observamos el panorama actual de la restauración gastronómica buscando encontrar el arte culinario descubrimos dos referencias fundamentales que rompieron con el clasicismo codificado por Escoffier y reinventaron la cocina en la segunda mitad del siglo pasado. Las dos vanguardias gastronómicas del siglo xx, la *nouvelle cuisine* y la cocina tecnoemocional (ver pág. 301), han crecido también gracias al legado generado, a todo aquello que aportaron y que otros cocineros profesionales han recogido, que continúan reproduciendo. Desde la perspectiva del presente, podemos considerar lo que hace clásica a la *nouvelle cuisine*, que se ha consolidado antes en el tiempo (a mediados de los años setenta), pero solo podremos saber lo que hará clásica a la cocina tecnoemocional en el futuro cuando hayan pasado más generaciones (puesto que se consolidó a principios del 2000).

Puesto que ambas se identifican con la creatividad, esta es la estela de este legado a las generaciones posteriores de cocineros (los actuales, algunos de los cuales se incluyen dentro de este movimiento de cocina), que recogen el mensaje de estas formas de entender la cocina que tienen ambas vanguardias, porque no quieren copias, no quieren reproducir elaboraciones que se degustan como en la mitad anterior del siglo xx. Quieren crear, aportar. De este modo, aunque suene paradójico, lo que se «hereda», se «imita», se «reproduce» de estas dos vanguardias es, precisamente, aquello que las hizo diferentes del conocido como «clasicismo codificado» que las precedió, su voluntad de ser creativas y la forma disruptiva en la que entendieron la cocina.

Comprendido este matiz, nos preguntamos: ¿cuántos años han de pasar para que una cocina se considere clásica, cuántas generaciones de cocineros han de tomarla como referencia?, ¿son cinco generaciones necesarias en la actualidad para considerar algo clásico, vista la velocidad de cambio de todo lo que nos rodea, incluida la cocina?, ¿podría cuestionarse esta «medida» temporal de lo clásico? Y, entonces... ¿qué sucedería, por ejemplo, con el *coulant* de Michael Bras, que se ha reproducido desde que fue creado por otros autores distintos de su creador?, ¿no sería ya una elaboración clásica?

Si clásico alude a referencia, la *nouvelle cuisine* lo es para muchísimos cocineros profesionales actuales; de hecho, para varias generaciones de ellos, en todas partes del mundo. Entonces, ¿es ya clásica?, ¿puede ser considerada así?, ¿lo es el movimiento con origen en Francia por su mayor longevidad y todavía no puede serlo aquel con origen en España, que se dio tres décadas más tarde? En el caso de que consideremos que en el presente la *nouvelle cuisine* puede calificarse ya como clásica, ¿qué ha sido tomado como referencia y reproducido de este movimiento de cocina francés? Veamos dos puntos muy importantes entre las características que se asocian al mismo.

- El emplatado individual en el arte culinario que introdujo la *nouvelle cuisine* puede ser considerado clásico, en cuanto que ha sido reproducido por cocineros profesionales desde entonces, generando incluso un tipo de servicio adecuado a sus elaboraciones (servicio a la americana), que es el más común en la actualidad en los restaurantes gastronómicos occidentales. Durante siglos se practicaron otros tipos de servicio (a la rusa, a la francesa, a la inglesa, etc.), que fueron desplazados con la llegada de este movimiento.
- La concepción de una nueva estructura de las elaboraciones emplatadas que rompe con la fórmula «producto principal, guarnición, salsa» fue implantado por la *nouvelle cuisine*. Puede considerarse clásica en cuanto que, desde finales del siglo xx, las composiciones de los emplatados y su complejidad son absolutamente distintas a todo lo que había existido con anterioridad, de lo que buscaban diferenciarse.

RECETAS CANÓNICAS

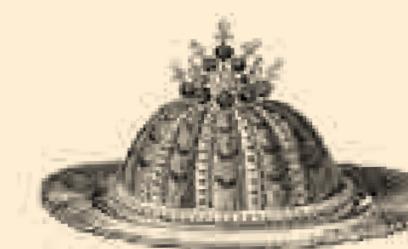
En relación con las recetas canónicas, realizamos a continuación algunas consideraciones:

- » Pueden considerarse recetas canónicas de la cocina clásica todas aquellas que forman parte de *Le guide culinaire* de Escoffier (que representa el clasicismo codificado francés).
- » Todas aquellas recetas, pero, sobre todo y como ya hemos señalado, técnicas y herramientas para realizar elaboraciones intermedias que se han convertido en canónicas desde que fueran creadas por la *nouvelle cuisine*, son tomadas como referencia, aunque la elaboración que se degusta, en la que se incluyen, no sea siempre idéntica e intente hacerse de miles de formas diferentes en función de los productos empleados.
- » En cualquiera de los casos, la cuestión fundamental es observar si se respeta la versión canónica o si se hacen interpretaciones de la misma.

RECETAS ENDÉMICAS, IMPORTADAS, FUSIÓN

«Endémico» hace alusión a algo exclusivo de una determinada localidad o región que, extrapolado a la cocina que crea y/o reproduce arte culinario, resulta difícil de encontrar, aunque no imposible. En términos generales, la creación de arte culinario no ha estado guiada en la historia por la cercanía del producto ni por el empleo de técnicas o herramientas del lugar en el que se cocina, aunque, en las últimas décadas, es una premisa que toma fuerza y se hace realidad en ocasiones, sobre todo en la actitud.

«Importado» indica introducido en un país desde otro, es decir, extranjero. Aplicado al arte culinario supone, exactamente, que una elaboración intermedia, producto elaborado o elaboración que se degusta ha llegado a un territorio nacional distinto de aquel en el que tiene su origen, en el que se creó. Esto nos remite a la mayor parte de recetas que mezclan productos de orígenes variados o, incluso, a recetas que se asocian con el arte culinario de un país y se exportan a otros. Ligado a lo que se importa, se suma y/o se incluye a lo que ya existía en un lugar concreto encontramos la posibilidad de la «fusión» en el arte culinario. Esta opción resulta de la suma de las dos anteriores, es decir, recetas que implican productos,



Ulicitas iungens thalamos vetibus Iymeneos. Lusitra tamen duodena Deus his pertulit

técnicas y herramientas de un lugar concreto, que se mezclan y combinan con aquellas que llegan importadas de otros lugares del mundo, con sus productos, técnicas y herramientas. El resultado de esta unión culinaria daría lugar a recetas de cocina fusión, que se concretarían en cada caso conociendo cuál es cada una de las partes que la hacen posible.

» En el caso de *Le guide culinaire* de Escoffier, encontramos arte culinario ruso, por ejemplo, que se codifica y reproduce «afrancesado», en una versión fusión de los cocineros franceses que codifican la receta.

FACTORES DE CAMBIO

¿Qué hace cambiar lo que se considera «clásico» en cocina?

» El conocimiento: si se transmite de una u otra manera, o no se transmite, si no hay comunicación entre generaciones, si los cocineros profesionales no hacen públicas sus recetas y conocimientos, si no hay codificación que pueda compartirse...

» La capacidad: si las nuevas generaciones tienen, o no, la capacidad de elaborar el recetario anterior o de llevar a cabo las técnicas o emplear las herramientas necesarias para ello.

» La disruptividad: atreverse a crear o a abrir caminos nuevos en la cocina puede terminar (como de hecho sucedió en la segunda mitad del siglo xx) con el concepto de «clásico». Más que con el concepto en sí, que resiste, con la idea de que esa es la forma (única o predominante) en la que la cocina «puede y debe ser».

» Los recursos: económicos, infraestructurales, humanos... Todos los que tiene el restaurante gastronómico en el que se crea y reproduce arte culinario. Si varían, pueden no ser suficientes o no ser los adecuados para llevar a cabo una cocina clásica (clasicismo codificado francés o «nuevo clásico», heredado de las vanguardias).

» Cambios en el paradigma de consumo: nos referimos aquí a un desplazamiento de la demanda de clientes de restaurantes gastronómicos con una

oferta gastronómica clásica que apuestan por opciones disruptivas, desde que estas existen, en otros restaurantes que continúen con el legado de la *nouvelle cuisine* y la cocina tecnoemocional.

» La globalización: a lo «clásico» y francés se le ha impuesto a nivel internacional un conjunto de «voces» culinarias que apuestan por otros discursos, más o menos rupturistas con el clasicismo codificado, que desarrollan arte culinario en versiones novedosas en restaurantes gastronómicos de todo el mundo, ya no solo de Occidente.

» Las elaboraciones son susceptibles de cambiar, en su receta o en el uso que se hace de la misma, tal y como sucede en el caso de la cocina tradicional (ver pág. 447).

¿PUEDE CREAR ARTE CULINARIO UN COCINERO O UNA COCINA DE UN PAÍS O REGIÓN QUE NO TIENE RIQUEZA EN SUS RECURSOS?

Es fundamental precisar que el arte culinario surge, se crea, cuando el resto de necesidades que puede satisfacer la acción de cocinar están cubiertas. Mientras los recursos no permitan pensar en el hedonismo como objetivo único, la cocina asegurará la alimentación, pudiendo llegar a tener actitud gastronómica, pero sin generar elaboraciones que puedan considerarse arte culinario. Por eso todavía existen grandes diferencias a nivel internacional, ya que ciertos países y, en ocasiones, determinadas regiones dentro de los mismos, han estado más «ahogados» en sus recursos, con el consecuente reflejo de esa situación en la cocina profesional.

Esta cuestión puede observarse en el caso de los cocineros profesionales de aquellos países que se consideran «emergentes» o que salen de situaciones de desarrollo, en los que se está creando arte culinario en la actualidad, desplazando la atención de otros focos de interés históricamente potentes. El sector del turismo también puede generar un auge en la riqueza de un país, región o ciudad en concreto. En este caso, si aumentan los recursos disponibles o se prioriza su empleo para la creación de arte culinario es porque existe un público turista que puede permitirse comer y beber por placer.



LAS ÉPOCAS HISTÓRICAS DE LA RESTAURACIÓN GASTRONÓMICA DE SAPIENS

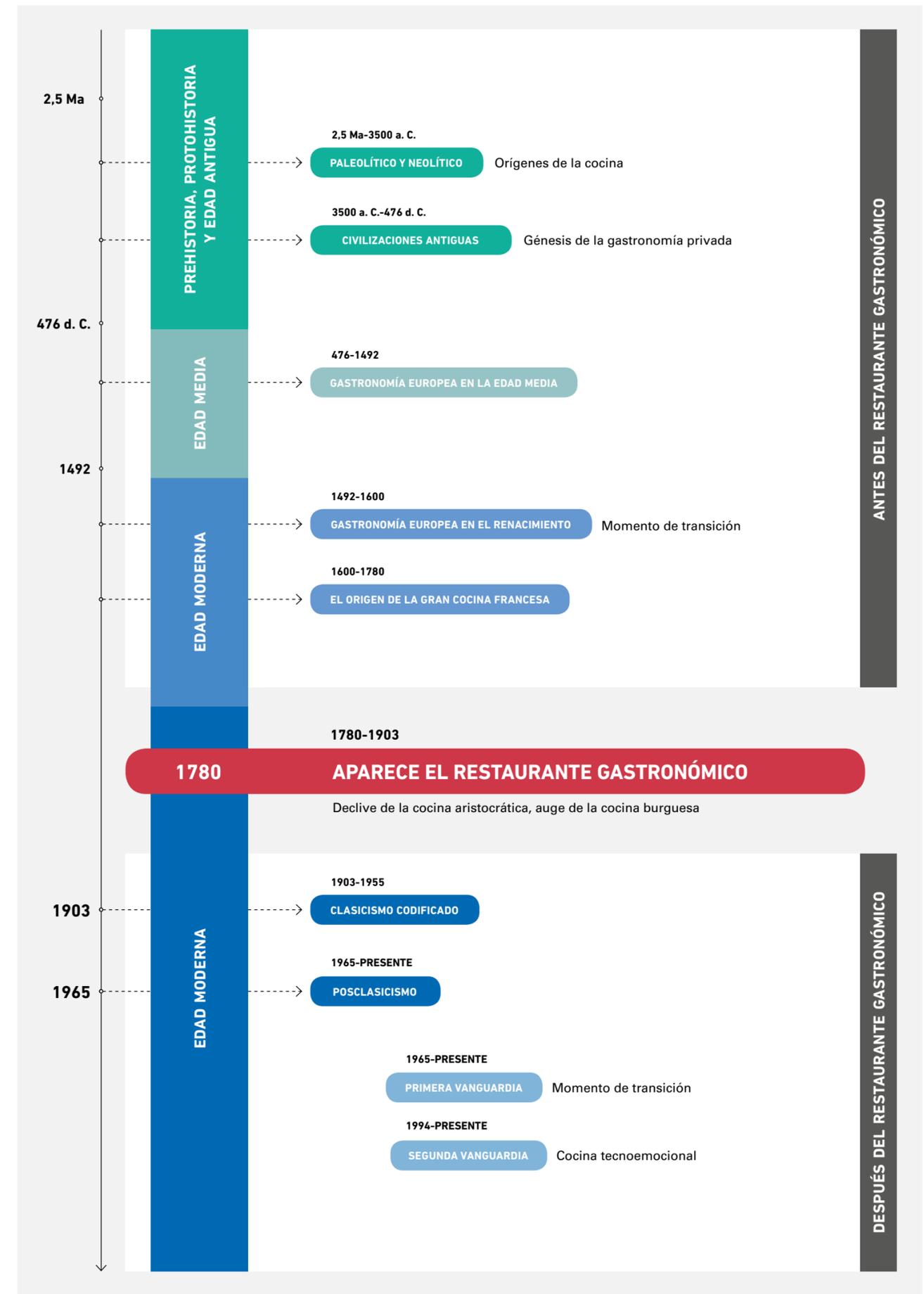
Sapiens describe las épocas históricas de la restauración gastronómica diferenciando estas de las que tomamos como referencia en las edades de la historia universal para delimitarlas, empleando para ello criterios propios. Es decir, los saltos temporales que las definen están basados en acontecimientos que son relevantes dentro de la historia de la cocina y la comida. La justificación de su elección corre a cargo de los expertos en historia de LABulligrafía y puede consultarse en el libro *Los orígenes de la cocina*, que forma parte de la misma. Que establezcamos unas épocas históricas propias, desde dentro de la disciplina, no es casual. Por un lado, la historia de la restauración gastronómica es joven y existen pocos trabajos dedicados en exclusiva a su estudio. A esto se suma, por otro lado, que entramos en un terreno problemático relacionado con la diferenciación entre la comida para la alimentación y la que tiene un uso hedonístico, es decir, la cocina que realiza arte culinario y la que podemos denominar cocina popular.

Entre las épocas históricas establecidas encontramos un punto de inflexión fundamental para la historia de la cocina: la aparición del restaurante gastronómico. No es que no existiese el uso hedonístico de la comida antes de que apareciese el restaurante gastronómico, pero su aparición supone un cambio determinante e irreversible para que ese concepto que supera la alimentación se traslade al ámbito público y esté al alcance de todos: por vez primera, el arte culinario es de acceso público. Este hecho marca nuestra gran división histórica y nos permite hablar de épocas antes del restaurante gastronómico.

Es imposible tratar las épocas de la restauración gastronómica de Sapiens sin hacer una referencia especial al restaurante gastronómico, cuyo origen (consensuado en el año 1782, aunque persista cierto debate) empleamos para delimitar la historia, marcando una brecha entre todo lo que sucedió antes y todo lo que ha ocurrido después.

El restaurante gastronómico democratizó progresivamente el acceso al arte culinario que hasta finales del siglo XVIII había sido creado y reproducido en la esfera privada para el disfrute exclusivo de las clases altas. Su aparición como institución supuso novedades a todos los niveles: no solo determinadas elaboraciones cambiaron de escenario, también lo hicieron los cocineros y el servicio profesionales, volcando todo su conocimiento y experiencia en el restaurante gastronómico y construyendo una nueva realidad en el ámbito público.

A pesar de su enorme relevancia para la cocina, no podemos olvidar que este tipo de establecimiento es relativamente nuevo desde un punto de vista histórico, comparado con las longevas tabernas o casas de comidas, pues apenas tiene unos doscientos cincuenta años de vida.



Conclusión

La pregunta que da título a este volumen que cerramos con estas palabras podría haberse resuelto en unas pocas páginas, pero entonces no habiéramos podido hablar de una respuesta Sapiens. La metodología empleada para construir el argumento de este libro parte del cuestionamiento del *statu quo* heredado de elBullirestaurante: casi nada es como creemos en el punto de partida y siempre podemos saber más o aportar nuevas visiones, pues las posibilidades de generación de conocimiento (también culinario) son ilimitadas. Hay decenas de cuestiones recogidas en esta obra que, desde un planteamiento que se limitase a caminar sobre las líneas de lo conocido, jamás hubieran llegado a considerarse.

La premisa bulliniana que nos guía refuerza la idea de que solo conociendo el blanco y el negro, el principio y el final de una cuestión, podemos entender que existe el gris entre ambos. Solo una vez conocidos los extremos, podemos alcanzar a divisar matices interesantes que plantean nuevas cuestiones y más preguntas de las que, en un principio, sin cuestionar el *statu quo*, podrían llegar a darse. Por eso resulta tan interesante explorar el término medio, porque en él residen conocimientos que son invisibles, imperceptibles desde los polos.

Es cierto que necesitamos de conocimientos inamovibles, de determinadas certezas, para poder continuar comprendiendo. Sin embargo, dado que la realidad de la cocina no es estática, plantear este cuestionamiento permite ampliarla desde el sentido crítico, verla desde una perspectiva más amplia, más completa. Conocer, saber más y, sobre todo, hacerlo de maneras distintas, enfocando el objeto observado desde prismas y disciplinas variados, facilita esta sinergia del conocimiento.

Ampliar la información que tenemos sobre aquello que observamos nos lleva a sobrepasar las fronteras de «lo conocido», identificadas con el blanco y el negro, para superarlas en aras de lo que «queda por conocer», representado por una enorme paleta de tonos intermedios. Es lo que hemos tratado de hacer con la cocina y con el acto de cocinar en este volumen y, de hecho, así ha sucedido. Hacernos preguntas para conocer esta realidad y el estado en el que se encuentra nos ha llevado a una situación en la que los interrogantes han ido sucediéndose, pues una vez se llega al terreno de los grises, los matices que surgen sobre una cuestión de la que pensábamos saber todo, son innumerables.

El cuestionamiento del *statu quo* fue la marca disruptiva de elBullirestaurante, que –avalado por la creatividad y el conocimiento aplicado– expandió los horizontes de lo que hasta entonces había sido la alta cocina. Ojalá toda la gama de grises que abarca el título de este libro haya permitido al lector, como entonces elBulli permitió al comensal, comprender de forma completamente nueva una acción tan obvia como es, en principio, cocinar, y entender la cocina en su conjunto, como la suma de resultados, de una manera inédita.



“ Simplemente queremos que las nuevas generaciones estén mejor formadas que la nuestra ”

No todo es blanco o negro,
los grises son lo que más abunda.

Créditos fotográficos

Portada: © elBullifoundation	P. 28 (Cuarta): © elBullifoundation	P. 29 (Décima primera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Photosiber	P. 84 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 109 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 4 (Página completa): Fuente: elBullifoundation	P. 28 (Quinta): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Krikkiat	P. 29 (Décima segunda): © elBullifoundation / Fuente: Biblioteca Nacional de España (Vivanco) / Fotógrafo: Desconocido	P. 84 (Segunda): Fuente Wikimedia / Fotógrafo: Pietro Longhi	P. 111 (Primera): © F. Guillamet
P. 6 (Doble página): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 28 (Sexta): © elBullifoundation / Fuente: Semillas Fitó / Fotógrafo: Laura Arias	P. 29 (Décima tercera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Vlad Sokolovsky	P. 85 (Fondo): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 111 (Segunda): © F. Guillamet
P. 8 (Primera): © elBullifoundation	P. 28 (Séptima): © elBullifoundation / Fuente: © F. Guillamet / Fotógrafo: © F. Guillamet	P. 29 (Décima cuarta): © elBullifoundation	P. 87 (Doble página): Fuente: elBullifoundation	P. 112 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 8 (Segunda): © elBullifoundation	P. 28 (Octava): © elBullifoundation	P. 29 (Décima quinta): © elBullifoundation	P. 92 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 8 (Tercera): © elBullifoundation	P. 28 (Novena): © elBullifoundation	P. 29 (Décima sexta): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Georgios Tschlis	P. 92 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 8 (Cuarta): Fuente: elBullifoundation	P. 28 (Décima): © elBullifoundation / Fuente: Lavazza / Fotógrafo: Annie Leibovitz	P. 32 (Doble página): © elBullifoundation / Fuente: elBullifoundation, Shutterstock.com / Fotógrafo: Vadim Sadovski	P. 92 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 8 (Quinta): © elBullifoundation	P. 28 (Décima primera): © elBullifoundation / Fuente: 123RF / Fotógrafo: Kubais	P. 38 (Primera): Fuente: elBullifoundation / Ilustrador: Cinta Montserrat Gasparin	P. 92 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 8 (Sexta): © elBullifoundation	P. 28 (Décima segunda): © elBullifoundation / Fuente: Süddeutsche Zeitung Archive / Fotógrafo: Scherl	P. 38 (Segunda): Fuente: elBullifoundation / Ilustrador: Cinta Montserrat Gasparin	P. 92 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Sexta): © F. Guillamet
P. 8 (Séptima): © elBullifoundation	P. 28 (Décima tercera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: rawf8, Mariyana M	P. 39 (Primera): Fuente: elBullifoundation / Ilustrador: Cinta Montserrat Gasparin	P. 92 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Séptima): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 8 (Octava): © elBullifoundation	P. 28 (Décima cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: © F. Guillamet	P. 39 (Segunda): Fuente: elBullifoundation / Ilustrador: Cinta Montserrat Gasparin	P. 92 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Octava): © F. Guillamet
P. 8 (Novena): © elBullifoundation	P. 28 (Décima quinta): © elBullifoundation	P. 41 (Página completa): Fuente: elBullifoundation	P. 92 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Novena): © F. Guillamet
P. 10 (Primera): © elBullifoundation	P. 28 (Décima sexta): © elBullifoundation / Fuente: By Mau47 / Fotógrafo: Temo Sukhitashvili	P. 42 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 112 (Décima): © F. Guillamet
P. 11 (Primera): © elBullifoundation	P. 29 (Primera): © elBullifoundation / Fuente: Flickr / Fotógrafo: Red Snapper	P. 42 (Segunda): Fuente: elBullifoundation / Ilustrador: Cinta Montserrat Gasparin	P. 93 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 11 (Segunda): © elBullifoundation	P. 29 (Segunda): © elBullifoundation / Fuente: Wikimedia / Fotógrafo: Ernst Haeckel	P. 42 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 12 (Primera): © F. Guillamet	P. 29 (Tercera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: ukmng	P. 42 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: HappyRichStudio
P. 12 (Segunda): © elBullifoundation	P. 29 (Cuarta): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: dotshock	P. 42 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Cuarta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: jultud
P. 13 (Primera): © elBullifoundation	P. 29 (Quinta): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Civil	P. 42 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 14 (Primera): © elBullifoundation	P. 29 (Sexta): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: IR Stone	P. 42 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 14 (Segunda): © elBullifoundation	P. 29 (Séptima): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Siguiuz	P. 42 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 93 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Séptima): © F. Guillamet
P. 16 (Primera): © elBullifoundation	P. 29 (Octava): © elBullifoundation / Fuente: wellcomecollection.org	P. 42 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 95 (Primera): © F. Guillamet	P. 113 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 17 (Primera): © elBullifoundation	P. 29 (Novena): © elBullifoundation / Fuente: Dry Martini By Javier de las Muelas / Fotógrafo: Vicens Giménez	P. 43 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 100 (Página completa): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Anna Jurkovska	P. 113 (Novena): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 18 (Primera): © elBullifoundation	P. 29 (Décima): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Ninell	P. 43 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 104 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Décima): © F. Guillamet
P. 18 (Segunda): © elBullifoundation		P. 43 (Tercera): Fuente: elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 104 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Décima primera): © F. Guillamet
P. 19 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Aripai Leangphet			P. 104 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Décima segunda): © F. Guillamet
P. 20 (Doble página): © elBullifoundation			P. 104 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 113 (Décima tercera): © F. Guillamet
P. 22 (Página completa): © elBullifoundation			P. 104 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 117 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 24 (Página completa): © elBullifoundation			P. 104 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 117 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 26 (Primera): © elBullifoundation / Fuente: Placeit			P. 105 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 117 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 26 (Segunda): © elBullifoundation			P. 105 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 117 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 26 (Tercera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Nikola Stanisic			P. 105 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 117 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 27 (Primera): © elBullifoundation / Fuente: Placeit			P. 105 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 117 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 27 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Pepo Segura			P. 105 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 119 (Primera): © elBullifoundation
P. 27 (Tercera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Pongsakorn chaina				P. 119 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Olaf Speier
P. 28 (Primera): © elBullifoundation				P. 119 (Tercera): © F. Guillamet
P. 28 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Pepo Segura				
P. 28 (Tercera): © elBullifoundation / Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Ninell				

P. 120 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 139 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 187 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Novena): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 234 (Fondo): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: kckate16	P. 264 (Fondo): Fuente: Metropolitan Museum of Art
P. 120 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 139 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 187 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Décima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 238 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne	P. 266 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 120 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 139 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 188 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Décima primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 238 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne	P. 266 (Fondo): Fuente: Wikimedia
P. 120 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 139 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 188 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Décima segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 238 (Tercera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Romrodphoto	P. 268 (Primera): © F. Guillamet
P. 120 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 143 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 188 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Décima tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 238 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne	P. 268 (Fondo): Fuente: Wikimedia
P. 120 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 146 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 188 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 238 (Quinta): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: hadkhanong	P. 269 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 120 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 146 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 188 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 238 (Sexta): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Matej Kastelic	P. 276 (Doble página): Fuente: elBullifoundation
P. 120 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 151 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 188 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Primera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Halfpoint	P. 278 (Doble página): Fuente: elBarri/ Fotógrafo: Moisés Torne
P. 121 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 154 (Primera): © F. Guillamet	P. 189 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Segunda): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Cgn089	P. 280 (Doble página): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: bonchan
P. 121 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 154 (Segunda): © F. Guillamet	P. 189 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Tercera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: goodluz	P. 282 (Doble página): © F. Guillamet
P. 123 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 154 (Tercera): © F. Guillamet	P. 189 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Cuarta): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Hrecheniuk Oleksii	P. 285 (Primera): Fuente: Wikimedia / Robbie Sproule
P. 128 (Doble página): © elBullifoundation	P. 154 (Cuarta): © F. Guillamet	P. 189 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Quinta): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Goran Bogicevic	P. 285 (Segunda): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: etorres
P. 131 (Página completa): Fuente: istockphoto.com / Fotógrafo: Zu_09	P. 154 (Quinta): © F. Guillamet	P. 189 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 285 (Tercera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: jultud
P. 132 (Página completa): Fuente: istockphoto.com / Fotógrafo: Thepalmer	P. 154 (Séptima): © F. Guillamet	P. 189 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Novena): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 239 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 286 (Primera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Aripai Leangphet
P. 134 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Primera): © F. Guillamet	P. 195 (Página completa): Fuente: elBullifoundation	P. 215 (Décima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 243 (Primera): Fuente: elBullifoundation	P. 286 (Segunda): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Presslab
P. 134 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Segunda): © F. Guillamet	P. 197 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Décima primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 243 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 286 (Tercera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Luuusa
P. 134 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Tercera): © F. Guillamet	P. 201 (Página completa): © elBullifoundation	P. 215 (Décima segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 243 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 286 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 134 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Cuarta): © F. Guillamet	P. 203 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Décima tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 244 (Doble página): Fuente: elBullifoundation	P. 287 (Primera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Ari N
P. 134 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Quinta): © F. Guillamet	P. 209 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Décima cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 244 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 287 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 134 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Séptima): © F. Guillamet	P. 209 (Segunda): Fuente: elBullifoundation	P. 215 (Décima quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 246 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 287 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 134 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 155 (Octava): © F. Guillamet	P. 209 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 215 (Décima sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 246 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 287 (Cuarta): Fuente: Wikimedia / Fotógrafo: Robbie Sproule
P. 134 (Primera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: alfaori	P. 156 (Doble página): © elBullifoundation	P. 209 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 218 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 247 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 287 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 138 (Segunda): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Mitch Shark	P. 158 (Doble página): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 209 (Quinta): Fuente: elBullifoundation	P. 219 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 250 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 289 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 138 (Tercera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Mitch Shark	P. 161 (Doble página): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Pictures for You	P. 210 (Primera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Lucia Romero	P. 224 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 252 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 289 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 138 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 166 (Fondo): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Nataly Petreno	P. 212 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 256 (Fondo): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne	P. 289 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 138 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 173 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 213 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 258 (Fondo): Fuente: elBullifoundation	P. 289 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 138 (Sexta): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: Mad.vertise	P. 175 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 213 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 259 (Primera): © F. Guillamet	P. 289 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
P. 139 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 178 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 260 (Primera): Fuente: Shutterstock. com / Fotógrafo: bonchan	P. 289 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 139 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 180 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 260 (Fondo): Fuente: Wikimedia	P. 289 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
P. 139 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 180 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 261 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 292 (Página completa): Fuente: elBullifoundation
P. 139 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 180 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 224 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 262 (Primera): Fuente: Heart / Fotógrafo: Luana Failla	P. 293 (Página completa): Fuente: © elBullifoundation
	P. 181 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña		P. 262 (Fondo): Fuente: Wikimedia	
	P. 181 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña		P. 264 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne	
	P. 181 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña	P. 214 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña			
	P. 183 (Página completa): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne				

- P. 295 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 295 (Segunda): Fuente: elBullifoundation
- P. 297 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 297 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Lynne Neuman
- P. 298 (Primera): Fuente: Tuyotu, S.L. / Fotógrafo: Judit Prat Estapé
- P. 298 (Segunda): Fuente: Tuyotu, S.L. / Fotógrafo: Judit Prat Estapé
- P. 298 (Tercera): Fuente: Tuyotu, S.L. / Fotógrafo: Judit Prat Estapé
- P. 298 (Cuarta): Fuente: Tuyotu, S.L. / Fotógrafo: Judit Prat Estapé
- P. 299 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 299 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 299 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 299 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 299 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 306 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 308 (Primera): Fuente: pxhere.com
- P. 308 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Africa Studio
- P. 308 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Jacek Chabraszewski
- P. 311 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 314 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 314 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 314 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 314 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 314 (Quinta): © F. Guillet
- P. 314 (Sexta): © F. Guillet
- P. 314 (Séptima): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 314 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 315 (Primera): © F. Guillet
- P. 315 (Segunda): © F. Guillet
- P. 315 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 315 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 315 (Quinta): © F. Guillet
- P. 315 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 316 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 318 (Primera): © elBullifoundation
- P. 320 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 320 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 320 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 320 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 320 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 320 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 320 (Séptima): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 320 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 321 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 321 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 321 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 321 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 321 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 321 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 321 (Séptima): © Francesc Guillet / Fuente: Disfrutar / Fotógrafo: Francesc Guillet
- P. 321 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 324 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 324 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 324 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 324 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 324 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 324 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 325 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 325 (Segunda): Fuente: elBullifoundation
- P. 325 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 325 (Cuarta): Fuente: elBullifoundation
- P. 325 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 327 (Primera): © F. Guillet
- P. 328 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 328 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 328 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 328 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 328 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 328 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 328 (Séptima): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Segunda): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Séptima): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 329 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 330 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 330 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 330 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 330 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 330 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 330 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 330 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 330 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 331 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 331 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 331 (Tercera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Cuarta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Quinta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Sexta): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 331 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 331 (Octava): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 333 (Primera): Fuente: elBarri / Fotógrafo: Moisés Torne
- P. 333 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 333 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 333 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 333 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 333 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 333 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 335 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 335 (Novena): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 336 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 340 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 341 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 341 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 341 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 341 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 341 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 341 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 342 (Doble página): © elBullifoundation
- P. 346 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Macrovector
- P. 346 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Hein Nouwens
- P. 346 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Solomandra
- P. 347 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Camek
- P. 347 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Golden Shrimp
- P. 347 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Camek, Golden Shrimp
- P. 347 (Cuarta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Hein Nouwens
- P. 349 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: EngravingFactory
- P. 349 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Gideon7
- P. 349 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: EngravingFactory
- P. 349 (Cuarta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: oleskalashnik
- P. 349 (Quinta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: EngravingFactory
- P. 350 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 350 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 350 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 350 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 350 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Segunda): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Quinta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Sexta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Séptima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Octava): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Novena): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Décima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Undécima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Duodécima): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Tercera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 351 (Cuarta): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 356 (Fondo): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Marina Sun
- P. 358 (Primera): © F. Guillet
- P. 358 (Segunda): © F. Guillet
- P. 362 (Primera): © F. Guillet
- P. 363 (Primera): © F. Guillet
- P. 375 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Pepo Segura
- P. 378 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: 135pixels
- P. 378 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Galiyah Assan
- P. 378 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Lerner Vadim
- P. 378 (Cuarta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: ChameleonsEye
- P. 378 (Quinta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Foxys Forest Manufacture
- P. 378 (Sexta): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: shaifulzamri
- P. 378 (Séptima): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Dusan Petkovic
- P. 379 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Happyrhstudio
- P. 379 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Asa studio
- P. 379 (Tercera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: robocip
- P. 389 (Primera): © SilviaFdez
- P. 389 (Segunda): © SilviaFdez
- P. 389 (Tercera): © SilviaFdez
- P. 389 (Cuarta): © SilviaFdez
- P. 389 (Fondo): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Reinhold Leitner
- P. 390 (Primera): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 393 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Pepo Segura
- P. 396 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Everett Collection
- P. 396 (Segunda): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: oneinchpunch
- P. 398 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Pepo Segura
- P. 400 (Primera): Fuente: Heart / Fotógrafo: Ana Ruiz de Villota
- P. 400 (Segunda): Fuente: Heart / Fotógrafo: Alex Saint
- P. 401 (Primera): Fuente: Heart / Fotógrafo: Alex Saint
- P. 403 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 406 (Primera): Fuente: Wikipedia
- P. 406 (Segunda): Fuente: Wikipedia
- P. 406 (Tercera): Fuente: Wikipedia
- P. 406 (Cuarta): Fuente: Wikipedia
- P. 407 (Primera): Fuente: Wikipedia / Fotógrafo: Piero~commonswiki
- P. 407 (Segunda): Fuente: Wikipedia / Fotógrafo: Hugo Laurencena
- P. 407 (Tercera): Fuente: Wikipedia / Fotógrafo: Van Vechten, Carl
- P. 407 (Cuarta): © Jack Mitchell
- P. 410 (Página completa): Fuente: Colorpong.com
- P. 413 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 413 (Segunda): Fuente: elBullifoundation
- P. 417 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Pepo Segura
- P. 419 (Página completa): © elBullifoundation
- P. 425 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 425 (Segunda): Fuente: elBullifoundation
- P. 428 (Página completa): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Sorbis
- P. 432 (Doble página): © elBullifoundation
- P. 434 (Página completa): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: Aripai Leangphet
- P. 437 (Primera): Fuente: Shutterstock.com / Fotógrafo: jbcoleto
- P. 441 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 442 (Fondo): Fuente: Wikipedia
- P. 442 (Página completa): © elBullifoundation / Fotógrafo: Carlos Glez de la Peña
- P. 444 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 444 (Fondo): Fuente: Wikipedia
- P. 445 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 446 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 446 (Fondo): Fuente: Wikipedia
- P. 447 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 448 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 448 (Fondo): Fuente: Metropolitan Museum of Art
- P. 450 (Fondo): Fuente: Wikipedia
- P. 451 (Primera): Fuente: elBullifoundation
- P. 452 (Fondo): Fuente: elBullifoundation
- P. 457 (Página completa): © SilviaFdez
- P. 458 (Doble página): © elBullifoundation

Contenidos

Bullipedia

Investigación y redacción

Claudia González Crespo

Agradecimientos

En primer lugar, desde elBullifoundation queremos reconocer la labor de redacción, investigación y contextualización llevada a cabo por Claudia González, Gabriel Bartra y Eugeni de Diego.

El trabajo que se recoge en este volumen se ha desarrollado empleando la metodología Sapiens, la cual, para generar nuevo conocimiento, parte del análisis y la ordenación de la realidad observada: el conjunto de la cocina y la acción de cocinar, en este caso. Para su aplicación, ha resultado fundamental el seguimiento y la dirección de Ferran Adrià y Gabriel Bartra.

El diseño editorial del conjunto del contenido de este libro ha corrido a cargo del estudio de diseño dosgrapas. Nuestro agradecimiento a Cinta Montserrat, Céline Robert y Albert Ibanyez por el trabajo realizado.

A Carlos González de la Peña, responsable de gran parte del trabajo fotográfico de esta obra, y a todos los restaurantes que han servido como escenario para el mismo: los establecimientos del grupo elBarri (los restaurantes Enigma, Tickets, Hoja Santa, Niño Viejo, Pakta y Bodega 1900), Apluma, Rías de Galicia, Espai Kru y Dos Palillos, por prestarse a ser retratados para ilustrar este libro. Además, un agradecimiento especial a aquellos restaurantes que han proporcionado su propio material fotográfico: Disfrutar, Heart Ibiza, Ca l'Isidre y a Francesc Guillamet por las fotos de elBullirestaurante.

Queremos incluir en este agradecimiento a todos los miembros de elBullifoundation, voluntarios, becarios y colaboradores que han formado parte del equipo de elBulliLab mientras ha durado la realización de este proyecto. Su esfuerzo y participación han sido clave para sentar las bases del mismo. Nuestra gratitud asimismo hacia Eduard Xatruch, Oriol Castro y Mateu Casañas, sin cuyo trabajo este libro no sería hoy una realidad.

Por permitirnos incluir material de su trabajo como especialistas, queremos expresar nuestro agradecimiento a Pau Arenós, autor de *La cocina de los valientes*, y al profesor Ramón Vitorica Murguía, quien fuera vicedecano del Colegio Oficial de Químicos del País Vasco.

A Montserrat Andreu, por prestarse a compartir su conocimiento como experta en fermentaciones.

Finalmente, deseamos agradecer al resto de miembros de elBullifoundation su apoyo a esta obra desde sus diferentes departamentos: Lluís García, Panxo Soler, Pilar Somoza, Marc Cuspinera, Jose María López, Fernando Martín y Luis Biosca.

La dirección de la partida y responsabilidad de los contenidos ha sido una misión de Ferran Adrià, Gabriel Bartra y Claudia González.

La edición corresponde a Rita Soler y Ernest Laporte.