



REAL ACADEMIA
DE GASTRONOMÍA

Discurso Académico

La gastronomía española, un puente entre culturas

30 de mayo de 2024

Académico

D. Iván F. Moreno de Cózar y Landahl, Conde de los Andes



La gastronomía española, un puente entre culturas

Académico

D. Iván F. Moreno de Cózar y Landahl, Conde de los Andes

La Gastronomía española, un puente entre culturas.

En primer lugar debo dar muchísimas gracias a mis admirados Rafael Ansón e Ymelda Moreno de Arteaga, Marquesa Vda. de Poza, mi querida tía, que en su día promovieron mi entrada en esta familia que es la Real Academia de Gastronomía. También a una persona tan cercana y con la que he sentido tanta complicidad como Lourdes Plana Bellido, que culminó con éxito la transición hacia la actual RAG, que ahora dirige Luis Suárez de Lezo, a quien le agradezco su cariñosa presentación. Por supuesto, también a Elena Rodríguez y a todo el equipo de la RAG, que siempre están disponibles y son todo humanidad. No puedo dejar de mencionar a Clara María González de Amezúa, con quién coincido plenamente que la gastronomía sefardí debería tener su espacio y representación permanente dentro de la RAG; y, debo nombrar también a Carmen Simón, que tanto me ayudó en la elaboración y redacción de biografías del listado de restauradores, cocineros, gastrónomos y eruditos de la cocina del Diccionario Biográfico Español de la Real Academia de la Historia, y a Almudena Villegas, con quienes comparto la idea de que deberían engrosar nuestras filas más perfiles del área intelectual de la RAG. Mi mundo siempre ha girado en torno a la cultura y esta institución tiene como fin principal, difundir y promover la cultura gastronómica de España y de preservar nuestro legado gastronómico, que es una forma de preservar lo que somos, ya que la gastronomía es uno de los pilares de nuestra identidad y nuestra cultura.

Finalmente, sería muy desagradecido si no comenzara mi intervención sin citar a mi abuelo, Francisco Moreno de Herrera, VII Conde de los Andes, conocido entre sus amigos como Paco Andes. Para quién extrañamente en este foro no sepa de quién hablo, mencionaré que fue un político, politólogo y escritor, líder del Partido Monárquico, que padeció en numerosas ocasiones por sus ideas políticas la dictadura del General Franco e incluso fue deportado y confinado cerca de un año en el penal de la pequeña isla de La Palma, en Canarias, donde era el único preso, por pedir la restauración de la Monarquía, la Democracia y la Libertad. Persona a su vez muy respetuosa de las tradiciones, no concebía que las Cortes proclamaran a Don Juan Carlos de Borbón como sucesor de la jefatura del Estado, saltándose a su padre y por tanto el orden sucesorio natural. Quien fuera primer presidente del gobierno de la Democracia, Adolfo Suárez, envió a Rafael Ansón para acercar posturas con este sector monárquico representado por el Conde de los Andes, que por aquella época también escribía en el periódico ABC con el pseudónimo de Savarín, desde cuyas páginas homenajeara a la gastronomía como parte de la cultura española, un arte que, según él, no exigía cantidad sino equilibrio, calidad y vocación. Propulsor de la cocina casera, propugnaba la calidad de las materias primas y la sencillez en su elaboración.

Pues bien, estas reuniones políticas, que tuvieron lugar en el restaurante Lhardy de la capital española, dieron origen al nacimiento de la Cofradía de la Buena Mesa en mayo de 1972, de la cual mi abuelo fue elegido su presidente, y que a posteriori sería el germen de la Academia de Gastronomía, que presidiría Rafael

*La gastronomía española,
un puente entre culturas*

Ansón. Tan sólo, cinco meses más tarde, a iniciativa de esta asociación gastronómica, se entregaban los primeros Premios Nacionales de Gastronomía por parte del Ministerio de Información y Turismo. En el discurso que pronunció mi abuelo ese “Primer Día Nacional de la Gastronomía” de 16 de octubre de 1972, sentó las bases de lo que sería la futura Real Academia de Gastronomía: “Afirmar y confirmar las virtudes sustantivas de la Gastronomía, y procurar extender su conocimiento entre las gentes, para que los españoles se percaten de la importancia que tiene cultivar la ciencia y el arte culinario, promoviendo al mismo tiempo su disfrute. Cultivar el sentido del gusto es una de las conquistas de la civilización. Los animales pacen, el hombre se alimenta, pero sólo el hombre juicioso sabe comer. El día en que el hombre se dio cuenta de que una necesidad diaria podía convertirse en un placer, marcó un hito trascendente en el camino de la civilización”. Y, terminaba su discurso afirmando que “buena cocina, que no tiene que ser siempre necesariamente cara para ser sabrosa. Esta es nuestra misión.”

De sus palabras se infiere, aparte de consagrar la Gastronomía como arte y ciencia, por una parte, en la intención de contribuir, en la medida de lo posible, al mantenimiento de la cocina española y, en general, a la difusión de su gastronomía. Desde el primer momento, la Cofradía de la Buena Mesa, y, después, la Real Academia de Gastronomía, entendieron que los valores gastronómicos formaban parte de la cultura nacional y, por tanto, debían ser defendidos y divulgados.

Por otro lado, pretendía la defensa de una gastronomía más democrática. Profundamente comprometido con la Libertad y la Democracia, ansiaba trasladar sus convicciones políticas a la gastronomía, para de algún modo acercar social y económicamente la gastronomía al pueblo. A la postre, pese a haber estado todo una vida luchando frente a la dictadura imperante, la Historia le ha hecho más conocido en su papel de crítico gastronómico que como ensayista político y político mismo, hasta el punto que su seudónimo Savarín tuvo tal relevancia y trascendencia mediática que decidió desvelar que era su persona quien se hallaba detrás del mismo.

Pero, vayamos por partes. En primer lugar, en efecto, la Gastronomía es ciencia y arte o arte y ciencia; pero, para llegar a esa conclusión hay que partir de qué es gastronomía.

De conformidad con la pirámide de Maslow, la necesidad de respirar, beber agua y alimentarse es la primera necesidad básica en la jerarquía de necesidades del hombre (Abraham Maslow, *A Theory of Human Motivation*, 1943), pero satisfacer esta necesidad no significa alcanzar la cúspide de la Gastronomía.

En España, desde mediados del siglo XIX para la Real Academia Española –que es la institución dedicada a la regularización lingüística entre el mundo hispanohablante y tiene como misión principal velar por que los cambios que experimente la lengua española en su constante adaptación a las necesidades de sus hablantes no quiebren la esencial unidad que mantiene en todo el ámbito hispánico – contempla en su Diccionario desde su tercera

anteriores, de 1852 y 1869, respectivamente, formaban ambas una sola definición. Por un lado se afirma que es “el arte de preparar una buena comida” y de otro, comprende la “afición a comer regaladamente”, “con regalo y delicadeza”, entendiéndose por “regalo”, la acepción de “comida o bebida delicada y exquisita”, pero también “gusto o complacencia que se recibe”. Es decir, para el Diccionario de la RAE, la gastronomía es una afición en la que se trata de ingerir comida y bebida delicada y exquisita. En principio, podría parecer más acertada esta segunda acepción que recoge un componente psicológico que no conlleva el primer significado que proporciona el Diccionario, que se halla más cercano al arte de cocinar. Este elemento psicológico o espiritual no es otro que el deleite que proporciona la comida. La comida es pues el elemento principal de la gastronomía, sin comida no se alcanzaría un determinado estado placentero. De este axioma se extrae por tanto un elemento material, cual es la comida, que requiere prepararse y ser lo suficientemente buena como para obtener satisfacción con la misma. Por tanto, la gastronomía comporta todo un universo cultural relacionado con la comida o los alimentos, en el que se sincretizan en concordia un elemento espiritual y otro corporal. Este último hace referencia a la nutrición o necesidad vital de ingerir o deglutir alimentos; o, expresándose con otras palabras la primera de las acepciones del Diccionario de la RAE, a la preparación y transformación de productos de la naturaleza por medio de la cocina en comida, de lo que se deduce que la nutrición se restringe exclusivamente al componente material de la gastronomía. En este contexto, la bromatología sería la ciencia que se dedica al estudio de los alimentos desde el punto de vista de la salud.

Finalmente, si tras degustar una buena y sana comida se experimenta el regocijo de las papilas gustativas, el éxtasis aromático y el clímax por rozar su textura, el componente psicológico está servido. La alimentación debe ser una experiencia agradable y aquellos productos que no lo consiguen tienden a desaparecer, al menos en los países desarrollados, a pesar de los esfuerzos en su propaganda, pues al final el sabor, experiencia olfativa y la textura son determinantes. Así, por ejemplo, la sabrosa textura de los higos forzó en la antigua Grecia al control de su exportación y también motivó, según las crónicas, que las naves romanas al regresar desde Hispania recalaran en Menorca para aprovisionarse de estos frutos, de mejor calidad en cuanto a sabor y aroma que los del resto del Mediterráneo.

En definitiva, el gran pilar sobre el que se asienta la Gastronomía y base material de su existencia, son los alimentos. Sin ellos nada hubiera sido posible, ni siquiera nuestra propia existencia. A ellos corresponde la agronomía, botánica, ciencias naturales, medicina y salud. Cuando el hombre tuvo consciencia del gran tesoro que tenía a su alcance, ensayó nuevas especies, multiplicó su producción, descubrió el placer de los sabores y nació la cocina. La transformación de los alimentos mediante la cocina, por su parte, establece su relación con la física, la química y la economía. La gastronomía con sus dos componentes, alimentos y cocina, es pues una ciencia o conglomerado de numerosas disciplinas científicas que involucra en su desarrollo los cinco sentidos del ser humano. Cuando el ingenio humano combinó alimentos con condimentos y aromas en un conjunto armónico para crear un buen plato de cocina, la armonía de las partes tendió a la belleza.

*La gastronomía española,
un puente entre culturas*

Y es, a partir de ese mismo momento, cuando la cocina se eleva a la categoría de arte y se convierte en gastronomía. El arte culinario se manifiesta no sólo como expresión visual como en el resto de las artes, en cuanto a la belleza que eclosiona en la preparación y presentación y decoración de los platos sino también a través de los sentidos del gusto, el olfato e incluso el tacto por medio de la lengua, lo que podría colocarlo como octava de las artes, tras la cinematografía, según la clasificación de Bellas Artes finalmente establecida en 1911 por Ricciotto Canudo.

Este componente artístico ha motivado que, en todas las leguas de la cultura europea, la reflexión en torno a la expresión del “Buen gusto”, que tiene su origen en el sentido del paladar, se haya vinculado con la estética, como ciencia que estudia la belleza. Los verbos “Gustar” o “Degustar” hacen referencia al mundo de las sensaciones y emociones respecto de la bebida y la comida, ese elemento espiritual de la cocina; mientras que “el buen gusto” aludiría a una sensibilidad moral que permite apreciar lo bello, la belleza sensible y poética, como aceptación subjetiva que sirve para diferenciar lo que es bueno de lo malo, lo hermoso de lo feo, lo excelente de lo mediado, un sentimiento elevado del gusto y la forma de arte con las sociedades altas.

“La preferencia apasionada, racional y habitual de cuantos objetos lisonjean el gusto” será la Gastronomía. Definición de Jean Anthelme Brillat-Savarin en su obra *La Fisiología del Gusto* (*Physiologie du goût, méditations de gastronomie transcendante; ouvrage théorique, historique et à l'ordre du jour, dédié aux gastronomes parisiens, par un professeur, membre de plusieurs sociétés savantes*), escrita en 1825.

Para alcanzar ese estadio elevado del gusto que propone el gastrónomo francés y del cual mi abuelo toma su pseudónimo, la gastronomía debe contener tres elementos: la pasión, el pathos de los filósofos griegos, las ganas, la voluntad, poner el alma, la emoción, los sentimientos, nuevamente el elemento espiritual del verbo “gustar” o “degustar”; lo racional, la consciencia y el saber que le confiere el carácter de auténtica técnica, que implica la modificación de bienes naturales para hacerlos aptos a la satisfacción de necesidades humanas; y, en tercer lugar, lo habitual. Es este último elemento, según Brillant-Savarin, el elemento primordial del disfrutar gastronómico, lo que convierte a la gastronomía en un quehacer esencialmente cultural, porque el hábito no es sólo individual, personal, sino colectivo. Constituye la herencia social de todo un pueblo, de una colectividad. El hábito gastronómico no es algo espontáneo, natural, sino un elemento adquirido, y, por tanto, que se puede perder. La cultura de un pueblo se ha ido forjando lentamente a lo largo de los siglos, al igual que se ha ido decantando su cocina, elaborando unos platos por grados sucesivos, entre los cuales se han impuesto aquellos con los rasgos que caracterizan su personalidad e identidad.

En este contexto, también en la gastronomía española tiene su impronta la intuición, la inteligencia y la experiencia, como crisol de la influencia, incorporación y fijación de platos de los diferentes pueblos y civilizaciones que históricamente se han asentado en los territorios de la Península Ibérica para conformar la cultura o culturas de España.

Comenzando por la Cultura de Los Millares, desarrollada entre el 3.100 a.C. y el 2.200 a.C. durante la Edad del Cobre, que erigió en el sudeste de la península ibérica la que puede ser considerada como la primera ciudad de la historia en Europa, continuada por la Cultura argárica, desaparecida hacia el 1.500 a.C., se puede decir que ambas ya reflejan una comunidad organizada y socialmente estratificada de base agrícola y ganadera autosuficiente. El cultivo de la cebada, principalmente, seguido por el trigo, el lino, las habas y las hortalizas tendría presencia en la dieta de estas primeras civilizaciones, complementada por una importante cabaña ganadera, cuyas principales especies animales domesticadas eran las cabras, ovejas, cerdos, bueyes y caballos, y una escasa representación de productos obtenidos de la caza, principalmente el jabalí y el conejo, así como del marisqueo y de la pesca. El progresivo militarismo de esta civilización sería la clave de la estratificación social, desencadenada gracias a la intensificación agraria conseguida mediante la irrigación y el policultivo mediterráneo, que añadió el olivo y la vid. Probablemente quienes los trajeron fueran los fenicios, procedentes de Oriente Próximo en la actual Siria y Líbano, así como otras formas de cultivo desconocidas en la península Ibérica. El intenso comercio de los fenicios en el Sur de la península motivó que estos crearan puertos con factorías para la obtención de sal y la pesca sobre todo del atún, con el que elaboraban salazones para poder comerciar con la carne de este manjar del mar.

En el siglo VIII a.C. y hasta el siglo I a.C., los griegos comenzaron a arribar a España por las rutas marítimas de los fenicios, estableciendo colonias por todo el litoral levantino, mientras que los cartagineses, herederos de los fenicios, se asentaban definitivamente en el sur peninsular. Por los textos griegos se sabe que, los pueblos autóctonos del interior y Norte de España, formados por íberos y por las tribus celtas provenientes de la actual Austria y del Sur de Alemania cuando sus minas de sal se agotaron, emplearon el hierro en la agricultura lo que les permitió labrar grandes extensiones de terreno de cereales, sobre todo de trigo, con el que preparaban pan y unas gachas que elaboraban con agua o leche, y junto con legumbres y el cerdo fueron fuente básica de su alimentación. De ellos viene el ritual de la matanza del cerdo que aún hoy día se conserva en gran parte de la geografía española, en la que se despieza este animal y se preparan las viandas y elaboran embutidos para el resto del año. Tenían también costumbre de tomar frutos secos, sobre todo bellotas, que acostumbraban a comer fuera sentados en bancos de piedra y de adobe contruidos alrededor de las casas. Con las bellotas secas hacían también unas tortas cocidas en los rescoldos de las brasas, que tenían la característica de conservarse durante mucho tiempo comestibles. ¿Será un atavismo de mil años la costumbre española de salir de casa a tomar jamón con picos – esos pequeños trozos cilíndricos de pan endurecido–? Los griegos buscaban aprovisionarse de metales elaborados, trigo, salazones y otros productos alimenticios, a cambio los íberos adquirían ánforas de vino y aceite y suntuosas vajillas de cerámica y vasos y copas, que las elites íberas gustaban que fueran decoradas con escenas dionisiacas y banquetes.

Cuando los romanos comienzan la conquista de la península Ibérica en el siglo I a.C., la importación de vino y aceite oriental había disminuido notablemente. Los íberos helenizados ya habían comenzado a producir vino, que será muy apreciado en Roma, sobre todo el proveniente de Tarraco, actual Cataluña; y, al mismo tiempo, el Sur dominado por los cartagineses, conoce la producción de aceite de oliva. Pero, será durante el período romano cuando se intensifique el cultivo del olivo, introduciendo nuevas formas intensivas de cultivarlo, como el injerto. La enorme calidad del aceite de oliva de Hispania llevó a que se exportaran más de 30 millones de vasijas de este oro líquido, hasta tal punto que una de las colinas de Roma, que se conoce con el nombre de Monte Testaccio, está formada con los restos de estas vasijas mezcladas con la tierra acumulada.

El Imperio romano crea una sociedad muy urbana, con la construcción de ciudades y vías de comunicación, que activa el comercio y transporte de alimentos. De sobra es conocido el gusto de los romanos por los banquetes. Se introducen nuevas técnicas culinarias y alimentos. Así, el ajo, que a partir de entonces, será uno de los principales condimentos de la gastronomía española hasta la actualidad; legumbres como la lenteja, el garbanzo o el guisante; verduras como las coles y acelgas, que se condimentaban con mostaza para corregir su insipidez. Las ortigas eran muy consumidas por los ejércitos romanos y los cardos eran considerados una verdura de lujo. Las lechugas se introducían en salmuera para ser consumidas durante cualquier época del año. Además de las reses de caza, el empleo de pescados

y productos de la mar fue muy extensa y se establecen factorías a lo largo de toda la costa española para la elaboración de salazones y de la salsa de garum, preparada con vísceras de pescado, siendo la de Baelo Claudia, la actual Bolonia en Cádiz, la más apreciada.

La caída del Imperio romano en el siglo V propició la invasión de la península de diferentes pueblos germanos, entre los cuales se impusieron los visigodos. Se trataban de pueblos muy romanizados, que mantuvieron las formas culinarias de los romanos. Algunos platos originarios de los visigodos fueron el pulte, un puré a base de harina de trigo o de mijo al que añadían legumbres machacadas, y elaboraban también cocidos y potajes con legumbres y verduras, que denominaban fase lum.

En el año 711, los ejércitos árabes cruzaron el estrecho de Gibraltar y ocuparon más de la mitad del territorio peninsular. Habrá entonces tres culturas en la península con tres religiones diferentes, cristiana, musulmana y judía, con normas dietéticas diferentes impuestas por sus religiones, que transformarán y enriquecerán la cocina con técnicas procedentes de las tres culturas. Tres formas diferentes de comer, de preparar los alimentos y que al convivir generaron una diversidad culinaria en el territorio peninsular que contrastaba totalmente con el resto de la Europa medieval, cuyo contacto con el exterior se producía únicamente mediante las cruzadas.

Hasta el siglo IX se mantuvieron las tradiciones y costumbres hispanorromanas en Al-andalus, que es como se conocerá el área

dominada por la cultura musulmana. Serán los primeros emires Omeyyas los que cambiarán este escenario desde su capital en Córdoba, donde habían logrado instalarse. Legítimos descendientes de la dinastía que había regido el Califato de Damasco hasta su derrocamiento por parte de los abasíes, buscaban desligarse del poder de Bagdad. Para llevar a cabo esta empresa se enviarán estudiantes durante los siglos VIII a XI que adquirirán los saberes y conocimientos de Oriente y se atraerán científicos, artistas, poetas y músicos, que harán que la Corte de Córdoba rivalice en esplendor con la de Bagdad, hasta que en el año 929 el emir Abd al-Rahman III logra definitivamente la ruptura proclamándose califa y príncipe de los creyentes. En este proceso de orientalización será decisivo un personaje: Abu Al-Hasan Ali B. Nafi, más conocido como Ziryab, un músico, cantor, poeta y esteta, que revolucionó la Córdoba del siglo IX. Como consejero del emir, formó las primeras orquestas y cambió la moda para adecuar los colores a las estaciones, blanco y claro en verano y más oscuro en invierno, negro para los funerales. Introdujo en Córdoba las delicadas recetas de la cocina bagdadí y, teniendo en cuenta las recomendaciones de los dietistas árabes, fijó un orden gradual de platos que debía seguirse en un banquete, no mezclando los manjares, sino comenzando con entremeses o una sopa — por lo demás, único plato para el que se utilizaba un cubierto: la cuchara —, prosiguiendo con carnes (un lujo para las clases más modestas, que debían contentarse con sardinas y boquerones), normalmente cuartos de cordero o de vaca asados, caza o aves condimentadas, manjar blanco que en al-Andalus recibía el nombre de tafaya, cuyo guiso se atribuía a la

invención de Ziryab, para terminar con platos dulces, como pasteles o bizcochos de nueces, almendras y miel, pastas con fruta aromatizadas con vainilla o fruta confitada rellena de pistachos y avellanas. Los hispanomusulmanes alababan, además, las cualidades de las frutas frescas y apreciaban las hortalizas que la fértil tierra de al-Andalus producía con profusión. Sin embargo, Ziryab les enseñó a deleitarse con el sabor de los espárragos trigueros, cuyos tallos crecían espontáneamente en al-Andalus, así como las ensaladas de alcauciles y los guisos de habas, plato que en la actualidad se conserva en Córdoba con el nombre de “ziriabi”. La esclava o la criada iba trayendo los platos y colocándolos, aún humeantes, sobre una mesa baja cubierta por lo común con paños de vasto lino, que Ziryab recomendó se sustituyera por manteles de cuero fino, pues el cuero permite más fácilmente limpiar las manchas de grasa de los alimentos. Por aquel entonces, `Abbas Ibn Filmas, un hombre de raras cualidades, prestidigitador, adivino y geómetra, que había construido un planetario y una máquina de volar quinientos años antes que Leonardo da Vinci, descubrió además una fórmula para fabricar vidrio, lo que aprovechó Ziryab para demostrar a los comensales cordobeses que una copa de cristal era más apropiada para catar el vino que los cubiletes de oro o plata y que las diminutas copas de licor eran el colofón a un buen banquete. A pesar de que los eruditos religiosos criticaban estos placenteros entretenimientos, el consumo era generalizado entre todas las clases sociales de la población andalusí, heredera de las tradiciones hispanorromanas, y habitual entre la clase gobernante, pues, de hecho, una buena parte de la producción vitícola se dedicaba a la elaboración del vino. Salvo un lapso de

represivo durante la etapa almohade, los muftíes se vieron incapaces de castigar las trasgresiones a la ley coránica y de las medidas oficiales adoptadas y recomendadas. Con todo, siguiendo tanto la tradición griega como la india, los hispanoárabes dieron tanta importancia a una dieta equilibrada como a la higiene personal, a lo que Ziryab contribuyó introduciendo la primera pasta de dientes de Europa.

En los siglos siguientes, el Califato de Córdoba se dividirá en pequeños reinos de taifas e irán cediendo terreno a los reinos cristianos de la península, que en su conquista irán a su vez orientalizándose por la transmisión de conocimientos por parte de los mozárabes, cristianos a los que se permitía vivir en los reinos musulmanes a cambio de un impuesto. Los intercambios culturales modernizan la agricultura con un mejor aprovechamiento del agua e introducen nuevos alimentos e ingredientes en las comidas de la península, como el arroz, las alcachofas, las alcaparras, las naranjas y limones, las almendras y especias como el azafrán. También, los árabes introducen nuevas técnicas de pesca y el escabeche, como método de conservación de los pescados, que se aplica después a la volatería y las carnes de caza. Y, serán los andalusíes los que comiencen a aplicar un nuevo método de cocina más sano que elimina la grasa animal y les diferenciará tanto de Oriente como del resto de Europa: la fritura, mediante el aceite de oliva.

El siglo XV dibujará un mapa dividido por tres reinos cristianos, Castilla, Aragón y Portugal, y el pequeño Reino musulmán nazarí de Granada, al Sureste de la península, que guardaba prácticamente una relación de vasallaje con la Corona de Castilla,

Nadie como Amin Maalouf en su novela *León El Africano* para describir la exquisitez de un banquete nazarí cuando paradójicamente declinaba el Reino de Granada: “Reunidos en el patio, en torno a la fuente de mármol blanco cincelado, cuya agua refrescaba el ambiente tanto por el rumor como por los miles de minúsculas gotas que esparcía, los invitados comían con tanto mayor apetito cuanto que ya estábamos en los primeros días de ramadán y estaban rompiendo el ayuno al tiempo que celebraban mi ingreso en la comunidad de los Creyentes. Según mi madre, que había de regalarse con las sobras al día siguiente, la comida era un auténtico festín de reyes. El plato principal era la maruziyya: carne de cordero preparada con algo de miel, cilantro, almidón, almendras, peras, así como con nueces tiernas, cuya temporada acababa de empezar. Había también tafaya verde, carne de cabrito mezclada con un ramillete de cilantro fresco, y tafaya blanca preparada con cilantro seco. ¿Mencionaré los pollos, los pichones, las alondras, con su salsa de ajo y queso, la liebre asada en salsa de azafrán y vinagre, las otras decenas de platos que tan a menudo me enumeró mi madre, recuerdo de la última gran fiesta que tuviera lugar en su casa antes de que la cólera del Cielo cayera sobre ella y los suyos? Cuando la escuchaba, niño aún, esperaba, en cada ocasión, con impaciencia que llegara a las muyabanát, esas tortas calientes de queso fresco espolvoreadas con canela y empapadas de miel, a los pasteles de pasta de almendra o de dátiles, a las tortas rellenas de piñones y nueces que aromatizaban con agua de rosas.

En aquel banquete, los invitados no bebieron más que horchata,

me juraba piadosamente mi madre. Bien se guardaba de añadir que, si no se sirvió ni una gota de vino, fue únicamente por respetar el mes santo. La circuncisión siempre ha dado pie, en la región de Al-Andalus, a fiestas en las que se olvidaba por completo el acto religioso que se estaba celebrando. ¿Acaso no se sigue citando en nuestros días la ceremonia más suntuosa de todas, la que antaño organizó el emir Ibn Dhul-Nun en Toledo con ocasión de la circuncisión de su nieto y que, desde entonces, todo el mundo trata de imitar sin conseguirlo? ¿Acaso no se habían servido en ella vinos y licores a raudales, en tanto que cientos de hermosas esclavas bailaban al ritmo de la orquesta de Dany el Judío?”.

La exuberancia de este banquete hispanoárabe refleja el esplendor del Reino de Granada, ciudad para cual Maalouf dedica los versos “Granada, ninguna ciudad se te asemeja. Ni en Egipto, ni en Siria, ni en Irak. Tú eres la novia y esos países son tu dote.” En las memorias de Abdallah, último rey zirí de Granada, afirma que “Los sabios sostienen, en efecto, que prescindir de los placeres es causa de indigestiones, enfermedades de la piel y otros sufrimientos perniciosos...”

La unión en matrimonio de Isabel de Castilla y Fernando de Aragón, fue el detonante, en su afán por materializar una unión territorial, política y religiosa, para emprender la conquista del Reino de Granada y concertar el matrimonio de la primogénita de los Reyes Católicos con el Rey de Portugal, cuyo hijo, Miguel de la Paz, de haber sobrevivido, hubiera concluido la ansiada unificación.

1492 es una fecha clave en la Historia de España. Por un lado, la toma de Granada supondrá el exilio de musulmanes y judíos que no aceptan convertirse al cristianismo. Los musulmanes se diluyeron entre la población magrebí del Norte de África, mientras que los judíos se desperdigaron por toda la Cuenca mediterránea, muchos de los cuales serán acogidos por el Imperio Otomano, estableciéndose principalmente en Estambul, actual Turquía, Salónica, actual Grecia, Safed, en el actual Israel, y Alejandría, en Egipto y, aunque menores, también fundaron comunidades importantes en Sarajevo (Bosnia-Herzegovina), Belgrado (Serbia), Monastir (actual Bitola, en Macedonia del Norte), Sofía (Bulgaria), o, Bucarest (Rumanía).

Los hispanohebreos rara vez se mezclaron con la población autóctona de los lugares donde se asentaron. Su habilidad en los negocios, las finanzas y el comercio les permitió alcanzar un status y una educación superior a la de la mayoría de esa población nativa. Esta situación y la nostalgia por la patria perdida, Sefard, España en hebreo y por el cual serán denominados a partir de entonces sefardíes, permitió que además de su religión, conservaran intactas muchas de sus tradiciones y costumbres ancestrales e incluso el uso de la lengua española de esa época, una variante del castellano bajomedieval que se fue nutriendo del léxico de los países que fue recorriendo este pueblo en su lento éxodo hacia Oriente, y que ha formado lo que se conoce hoy día como ladino o lengua judeoespañola. El ladino se ha preservado por más de cinco siglos hasta la actualidad gracias a las mujeres. Se puede decir que es una lengua muy inclusiva o,

al menos matriarcal, pues han sido las mujeres sefardíes las que se encargaron de transmitirlo. Era el lenguaje del hogar, el idioma que unía a la familia. La mujer se sentía cómoda con esa lengua, porque era el idioma del mundo que dominaban, la lengua que usaban para comunicarse con los miembros que quedaban entorno a la casa, abuelas, nueras, suegras, vecinas, amigas, y, con los hijos. El deber de la mujer era educar y transmitir a las futuras generaciones en las costumbres y las tradiciones, la música y los cantos, las recetas culinarias, y, en el fondo todo el acervo cultural sefardí, y también, obviamente, la lengua. Sin las mujeres, el ladino hubiera perecido y también todas las tradiciones, incluidas las costumbres culinarias de su gastronomía. Por tanto, también el legado gastronómico sefardí se ha conservado gracias a la dedicación que las mujeres sefardíes le aportaban a los actos cotidianos de la vida y al cuidado de su familia. Además, la cocina es muy importante, porque es un vínculo con el pasado, una conmemoración de los orígenes y un símbolo de continuidad, es la parte de la cultura de los emigrantes que sobrevive más tiempo, que continúa viva cuando incluso el vestido, la música, la lengua y la práctica religiosa se han abandonado. Las mujeres sefardíes se llevaron consigo platos de sus antiguos hogares, que fueron modificándose y convirtiéndose en especialidades propias de cada nueva área donde se asentaban, pero nunca perdieron su identidad cultural. Los sabores y aromas de los guisos que antaño impregnaban los callejones de las juderías españolas, fue una herencia que fue pasando de madres a hijas, secretos familiares de tradición ancestral y nada debe emocionar más que saborear platos que tienen más de 500 años de historia, cuyos recetarios

han sido guardados como un tesoro familiar, porque en sus páginas están los recuerdos de madres y abuelas, los ingredientes mediterráneos de la cocina peninsular, de clara influencia andalusí, adaptados a las tradiciones y festividades religiosas judías y por las normas dietéticas del Cashrut. Así, los sefardíes cocinaban a menudo con aceite de oliva y la fritura de pescado era habitual, también las albóndigas elaboradas de carne de cordero o de pescado. Normalmente los platos sefardíes tienen contenido de ajo, origen romano, o añaden una salsa, almodrote de berenjenas, que claramente influyó en la cultura otomana, porque actualmente en los restaurantes turcos lo suelen poner directamente en la mesa. Además, ollas tan populares como la adafina, derivadas del faselum visigodo y precursora de la olla podrida y otros cocidos posteriores, que en cada región española se hacen con la legumbre que le es propia, y que en Francia pasó a denominarse pot pourri. Entre los postres, los buñuelos de viento, las rosquillas de huevo, el dulce de membrillo, las mermeladas,... La cocina sefardí históricamente siempre tuvo un toque distinto, un sabor especial y unos rasgos característicos, además de generar unos platos originales que la han caracterizado y convertido en una cocina distintiva de otras. En algunos países, por otra parte, su comida era realmente muy distinta a la de la población general. Es la cocina de una nación dentro de una nación, de una cultura dentro de una cultura, el resultado del entretejido de dos o más culturas. La casi total dispersión de las comunidades sefardíes propició que su cocina se irradiara a diferentes partes del mundo, especialmente en la gastronomía otomana, como hemos visto.

El año 1492 supuso, por otro lado, la apertura al mundo de España con el descubrimiento de América. Probablemente otros pueblos arribaron a sus costas antes, se dice de los vikingos, pero los españoles llegaron para quedarse y a diferencia de las potencias europeas venideras, no crearán colonias de estos vastos territorios. Dividirán el mundo descubierto en virreinos, cada uno de los cuales representará al Rey en ultramar, siguiendo la estructura y modelo político de Castilla, donde extienden su *modus vivendi*, conocimientos y lengua, leyes y religión, desde la mitad de lo que es hoy día Estados Unidos hasta la Patagonia, abriendo vías de comunicación, construyendo ciudades con universidades y catedrales, único Estado a partir de la Edad Moderna que se expandió mezclándose con las poblaciones de los territorios que conquistó y creadora de un Derecho que defendía y protegía a dicha población autóctona, simplemente porque para los españoles todo hombre, por el mero hecho de ser hombre, tenía alma, por eso se prohibieron los sacrificios humanos y se abolió la esclavitud. Tan españoles debían ser considerados los peninsulares como los súbditos al otro lado del Océano, ordenaba el testamento de la Reina Isabel La Católica, y que seguiría recordando y reafirmando el primer artículo de la primera Constitución española, de 1812, cuando el Imperio español estaba llegando a su fin: “La Nación Española es la reunión de todos los Españoles (en mayúscula) de ambos Hemisferios (en mayúscula)”.

Hace 500 años, además, la expedición Magallanes-Elcano que completó la primera circunnavegación al globo terráqueo demostró que la Tierra era esférica y creó la primera globalización del mundo, con un Imperio, el español, que por vez

primera abarcó los cinco continentes. De este modo, el viaje inicial de Colón que trataba de buscar una nueva ruta en la búsqueda de las especias, trajo consigo el abastecimiento de los mercados españoles con nuevos alimentos que tiñeron de color rojo los platos de la época con el tomate y los pimientos y libraron de la hambruna a Europa con el cultivo de la patata, mientras que el cultivo de maíz se extendía por el Sur de Europa. Paralelamente, alimentos como el plátano, la caña de azúcar y el café, que hoy en día se conocen como los confundibles, dado que la mayor parte de las gentes les dan una procedencia americana, son alimentos originarios del Viejo Mundo. ¡Se imaginan un arroz a la cubana, sin el arroz que llevaron los árabes a España y sin plátano! También los españoles llevaron caballos y ganado, que servían como animal de carga o transporte a la vez que proporcionaba las proteínas necesarias para la supervivencia. Los guisos, estofados, pucheros y ollas de carne españoles se tornaron criollos añadiendo las papas, batatas, camote, o yuca, junto a las coles, la zanahoria, la cebolla o el ajo que llegó de la península; o influyeron en el Pacífico al sinigang filipino, sopa o estofado al que añadieron tamarindo u otras frutas ácidas, como el mango verde, que tuvo como variantes en la cocina indonesia el sayur asem, el plato vietnamita canh chua, y el tailandés tom yam. También técnicas de conservación como el adobo o el escabeche dieron lugar a platos nacionales como el abobo filipino o el ají peruano. Se llevarán cereales, olivos y vides, con los que elaborar vino, harina y aceite y la técnica de la fritura llegará a Japón, cuando los jesuitas ibéricos introdujeron la costumbre de tomar pescados y verdura en tiempos de vigilia y cuaresma, que freían

rebozados en harina. Esta regla católica llamada tempora ad quadragesimae dará lugar al término tempura. Entre los dulces o postres, los españoles añaden el azúcar para hacer el chocolate, que se pondrá de moda entre la alta aristocracia para desayunar y merendar. También la masa de hojaldre para hacer empanadas, empanadillas y pasteles, pasa a América para rellenarse de cabello de ángel o cidra, boniato y también carne. ¡Qué sería de las famosas empanadas argentinas! Cuando la Infanta María Teresa casa con Luis XIV, el Rey Sol, su doncella María de Molina lleva consigo la pasta feuilletée, nuestro famoso hojaldre, a Versalles. Se internacionaliza así la empanada, que permitirá crear platos como el solomillo Wellington o a modo de plagio más árido, el sándwich anglosajón.

El Siglo XVIII cambia la dinastía de la Monarquía Hispánica. Los Borbones en la Corte no fueron amigos de la ostentación, ni de las grandes fiestas, aun así la cocina en la Corte se fue acercando a los gustos franceses. Todavía la cocina española influirá de forma latente en la gastronomía francesa, con platos como la tortilla francesa –que ya había recogido Martínez Montiño, cocinero de Felipe III de España, en sus recetas, como tortilla a la cartujana– o salsas como la mahonesa, pero paulatinamente y conforme va claudicando el Imperio se va cediendo también la hegemonía de la gastronomía a Francia.

A lo largo de la Historia, cuando un Imperio se erige, impone al mundo su gastronomía. Bueno, todos los imperios, no. Hay una clara excepción: el Imperio Británico. Desde luego en Inglaterra, la gastronomía brilla por su ausencia. Además, prácticamente

todo el pueblo inglés desconoce, porque no serían capaces de asimilarlo, que el origen de su plato nacional, el fish & chips, no es inglés, sino que fue llevado a Inglaterra por los judíos huidos de Portugal en 1497, muchos de los cuales habían dejado Castilla antes en 1492. Expertos en la rapiña y la piratería tratan afanosamente de arrogarse hoy en día la gastronomía de la India, empeñados en su legitimidad por haberlos sometido como colonia. Herederos culturales de los ingleses, los Estados Unidos, han extendido la incultura de la comida rápida por el mundo, con los problemas de obesidad y de enfermedades cardiovasculares que ello conlleva.

Pero, volvamos a Francia. Este país, en su afán centralista llevó a cabo su revolución gastronómica desde arriba, impuesta por la Corte dieciochesca, a los parvenu de los Imperios napoleónicos y a los hoteles de la Belle Epoque, que tratando de emular la gourmandise del rococó vió su Alta Cocina encorsetada por la rigidez de las normas de la mesa. Desde el siglo XVIII, habrá que referirse a la cocina francesa para hablar de alta cocina, una cocina excepcional, pero también una cocina muy elitista y rígida, qué imponía cómo sentarse, exigía en qué platos comer, y forzaba con qué vino acompañar cada alimento.

Sin embargo, sí nos remontáramos nuevamente siglos atrás y preguntáramos a Diógenes de Sinope sobre cuál era la hora conveniente para comer, sentenciaría que el rico cuando quisiera y el pobre cuando pudiera (Diógenes Laercio, *Vidas, opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres*, Libro VI, 40). Este proverbio que, obviamente, alude a un contexto socioeconómico del mundo helénico, se podría perfectamente extrapolar a una

mayoría de la sociedad europea hasta la mitad del siglo XX, también a la española. De hecho, España, a pesar de haber alcanzado dimensiones donde no se ponía el sol, sus gentes han pasado hambre a lo largo de la historia; tanta, que los padrones se jactan de hidalgos “pobres de solemnidad”. Recordar aquel hidalgo de El Buscón de Quevedo, que para aparentar que había comido, espolvoreaba migas de pan en la barba, que reafirmara su status. El español comía cuándo tenía, cómo y cuánto podía, y, además, al arbitrio de factores fenológicos, dando lugar a las más variopintas combinaciones de alimentos. A modo de ejemplo, una paella no es más que un arroz guisado en un recipiente que da nombre al plato al que se acompaña de alguna verdura, e incluso del roedor que hubiera podido ser cazado, mientras que las migas se forman del pan duro sobrante al que se echa lo que se tiene a mano.

El buen clima y la personalidad extrovertida del Sur de España, incitaba al gentío a salir a la calle, compartiendo un vino, tomando ora una cosa ora otra, se gestaba la tapa. La gastronomía española había nacido hacia 3.000 años en Andalucía y en Andalucía renacería la gastronomía española. De las aceitunas se pasaría al chorizo, embutido curado, elaborado con la carne de cerdo picada, característico de los celtíberos, el ajo que trajeron los romanos, y adobado con especias, siendo la más característica el pimentón, que vino de América. Poco a poco se van añadiendo otros pequeños platos y raciones, que con vino de Jerez combinan todos: albóndigas de chocos, de Huelva; tortillitas de camarón o atún encebollado, de la provincia de Cádiz; conejo al vino, de Sevilla; habas con jamón, de Granada; fritura de pescado y

espetos de sardinas, de Málaga; rabo de toro, de Córdoba; sopa de Almería. Y, entre todos, el rey es el fresquísimos gazpacho para el estío. Cada familia en Andalucía guarda su propia receta, pero siempre triunfa el preparado con unos buenos tomates y pimientos, un ligero toque de cebolla y vinagre de Jerez.

Andalucía modificó los hábitos y costumbres y a su dictado se fueron imponiendo las pequeñas raciones, compartidas bajo el techo de una taberna para resguardarse de la lluvia y el frío en la zona septentrional acabaron convirtiéndose en pinchos. Picar pasó a ser patrimonio de España y los españoles, formaba parte de su idiosincrasia.

La Transición abrió un proceso de concordia que cristalizaba en la promulgación de la Constitución de 1978, al tiempo que la tapa democratizaba la gastronomía española. Nuestra necesidad primaria y básica cual es comer, en pequeñas raciones compartidas era un placer asequible y más ameno que no distinguía clases sociales, y, a la vez, paliaba otra necesidad básica del ser humano, amar y ser amado. La cocina daba vida a los mejores sentimientos: el amor, la amistad, la sinceridad, la empatía y la convivencia.

Encierra nuestro país una gran diversidad cultural, provocada por la dependencia del tiempo y la temporada, así como por el ámbito geográfico. Influidos por la refinada y sofisticada cocina francesa del otro lado de la frontera, cocineros vascos, como Subijana, Arzak, o Arguiñano, comienzan a jugar con las propiedades orga-

*La gastronomía española,
un puente entre culturas*

nolépticas de sus productos de la tierra, que presentan armonizados en pequeñas porciones, siendo cada bocado una embellecida puerta por la cual se adentra en el alma de su región. A su vez, cocineros catalanes, como Ferrán Adriá y su hermano Albert, o los hermanos Roca, innovan sabores, olores, textura y color, eclosionando en una nueva cocina, creativa y emocional, la cocina de los sentidos y las sensaciones, aunque heredera de las costumbres, los hábitos, las tradiciones.

La Real Academia de la Gastronomía, con Rafael Ansón al frente y acompañado de mi tía Ymelda Moreno, Marquesa de Poza, apostaron por ese grito de libertad de la exquisita anarquía española, que inclinándose más hacia el principio del *laissez faire laissez passer* se desligaba de posibles ataduras en su cocina o de la influencia francesa que imperó en el mundo gastronómico, añadiendo texturas y temperaturas, una completa desinhibición en el maridaje de sus platos, e incorporando el asombro, la emoción y la curiosidad en la cocina, el terreno del arte, que han permitido colocar a España en la vanguardia de la Gastronomía mundial.

Esta filosofía de vida de las tapas adaptado a criterios más sofisticados aprovechó la coyuntura para salir de nuestras fronteras en Exposiciones Universales y, al menos en el ámbito gastronómico con el turismo, españolizar Europa, como hubiera querido Miguel de Unamuno, no en vano El Bulli de Ferrán Adriá fue considerado durante los años que dieron comienzo a nuestro siglo XXI como el mejor restaurante del mundo. La cocina creativa, de innovación, pasó a ser una marca española, porque a

partir de entonces casi todos los cocineros internacionales han pasado por las cocinas del Bulli, Mugaritz, Arzak o alguna otra cocina española o han participado en Madrid Fusión, el primer congreso internacional que da a conocer la creatividad en la gastronomía. Especialmente relevante ha sido la figura de René Redzepi, formado en los fogones que dirigía Ferrán Adriá, quién pasó a Noma el testigo de mejor restaurante del mundo durante prácticamente toda la década anterior, faro inspirador para toda una generación de chefs daneses que triunfan en la actualidad; o quizás, el caso más paradigmático de Gastón Acurio, formado en la Escuela de Hostelería de Madrid, embajador absoluto de la gastronomía peruana en ese viaje de ida y vuelta en el que confluyen lo español y las tradiciones ancestrales indígenas con influencias asiáticas de China y Japón, una mezcla única de sabores que proporciona la riqueza cultural y biodiversidad del país, una fusión audaz de tradición e innovación con la que ha logrado posicionar a la cocina del Perú, cuya capital, Lima, cuenta hoy en día con el mejor restaurante del mundo, el Central de Virgilio Martínez, formado en Astrid y Gastón, aunque por cierto también pasó por el Can Fabes de Santi Santamaría, y otro entre los diez primeros, el Maydo, de Micha Tsumura, sumun de la cocina nikkei. La repercusión que tuvo Gastón al otro lado del Atlántico permitió que renacieran otras gastronomías hermanas, como la mexicana, que ha sido reconocida por la UNESCO como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, cuyo máximo exponente es el chef Enrique Overa, o adalid para que surjan figuras como los argentinos Mauro Colagreco y Narda Lepes, los brasileiros Álex Atala y Manu Buffara, los colombianos Leonor

*La gastronomía española,
un puente entre cultura*

Espinosa y Álvaro Clavijo, o el chileno Rodolfo Guzmán, cuya formación proviene de los fogones de Mugaritz.

Los ideales de democracia y libertad, pero también de tradición, que había propugnado con tanto anhelo mi abuelo Paco Andes, han logrado consagrarse como Principios de la Gastronomía española, que aportan una visión holística de la misma: no sólo es disfrutar, el placer destinado a unos privilegiados, sino que abarca el conjunto de la alimentación. De este modo, a la hora de comer lo que hay que hacer es alimentarse, y ese hecho unitario incluye la necesidad de ingerir determinadas calorías y nutrientes, pero también disfrutar comiendo en un planteamiento social y cultural. Por esa razón, España no habla sólo de nutrición o alimentación, sino de gastronomía o cultura gastronómica, como conjunto de conocimientos, experiencias y artes que permiten comer saludable y plazeramente, a lo que habría que añadir, en compañía, y esa es la tercera pauta que ha aportado España: la socialización.

Los nuevos tiempos extienden a todo el mundo la posibilidad de disfrutar comiendo, se ha incorporado la globalización al mundo de la gastronomía, lo que va ligado a la nueva era digital en la que nos encontramos. Paradigma de este hecho fue el período vivido durante la pandemia de COVID-19, que si bien trajo trágicos y luctuosos momentos que golpearon también muy pronto a amigos, académicos de esta Casa, lo cierto es que los significativos desafíos que se manifestaron en medio de la incertidumbre y el aislamiento también tuvieron un impacto positivo en la gastron-

mía mundial y por ende también en la española, impulsando la innovación y la adaptación del sector como consecuencia de las restricciones y cierres temporales de establecimientos, así como del confinamiento. De hecho, la pandemia impulsó la creación de contenido culinario en plataformas digitales, que se convirtieron en arterias vitales de comunicación y comercio. Ante el silencio de los comedores, los chefs y restauradores encontraron un espacio donde redescubrir su arte. La oferta de formación culinaria a través de cursos y talleres en línea, tutoriales de cocina en vivo y documentales, se expandió considerablemente, permitiendo a los profesionales del sector mejorar sus habilidades y conocimientos durante los periodos de menor actividad y una oportunidad para reimaginar la experiencia gastronómica. De esta manera, chefs y cocineros compartieron recetas, historias y técnicas, creando una comunidad global que ofrecía experiencias culinarias únicas. Este intercambio virtual derribó fronteras, uniendo a personas de diferentes latitudes en torno a la buena mesa, lo que ayudaba a mantener la visibilidad y la actividad del sector, al tiempo que aumentaba el interés y la participación del público en la gastronomía.

Con las fronteras cerradas y las importaciones restringidas, la mirada se volvió hacia lo cercano, hacia lo nuestro. Esto motivó que muchos restaurantes y cocineros utilizaran las redes sociales de manera más efectiva para mantenerse conectados con sus clientes, compartir recetas y promocionar sus servicios. El concepto de cocinas fantasma (dark kitchens) se popularizó, permitiendo que restaurantes que nunca habían considerado el

el servicio a domicilio, pudieran adaptarse para llevar sus cocinas en cajas cuidadosamente preparadas, o bien ofreciendo kits de comida para preparar en casa, acompañados de instrucciones detalladas o incluso clases en línea, que permitían a los hogares convertirse en laboratorios en los que recrear las experiencias culinarias. La necesidad de adaptarse y atraer a una clientela diversa condujo a la creatividad de los cocineros, experimentando con nuevos platos y formatos y a la creación de menús más variados y emocionantes que combinaban elementos tradicionales y contemporáneos. Los restaurantes se enfocaron más en conocer y satisfacer las preferencias y necesidades de sus clientes, mejorando la experiencia gastronómica general, a la vez que ofrecían experiencias más exclusivas y personalizadas a los clientes.

A su vez, la pandemia impulsó a los restaurantes a adoptar y mantener altos estándares de higiene y seguridad y un mayor énfasis en la calidad del servicio, mejorando la confianza del consumidor en el sector. Por otro lado, la interrupción de las cadenas de suministro globales llevó a una mayor apreciación y apoyo a los productores locales. En efecto, los mercados locales resplandecieron como nunca antes, con sus puestos llenos de productos frescos y de temporada. Los cocineros redescubrieron la riqueza de los ingredientes autóctonos, aquellos que la tierra española prodiga con generosidad. Esta vuelta a lo esencial no sólo fortaleció las economías locales, sino que también sembró una nueva conciencia sobre la importancia de prácticas sostenibles en la cadena de suministro, impulsando iniciativas de kilómetro cero y promoviendo el consumo responsable.

Paralelamente, frente a la distancia impuesta, surgió un espíritu de colaboración y solidaridad comunitaria, involucrando a muchos restaurantes y negocios de la alimentación con sus comunidades locales, que ofrecían alimentos y comida a personas más desfavorecidas, vulnerables o afectadas por la crisis, por lo cual se fortaleció la hermandad y los lazos sociales, así como la reputación del sector. Destacar a nivel nacional los comedores de la Orden Malta y de la Fundación Madrina, entre otros, e internacionalmente a nuestro chef José Andrés, conocido tanto por su excelencia culinaria como por su labor humanitaria, con su Fundación World Central Kitchen ha llevado la cocina española a un escenario internacional, que destaca no sólo por la riqueza de sus sabores, sino también su capacidad para adaptarse y servir en tiempos de crisis, algunos de cuyos voluntarios han llegado a dar su vida recientemente en tierras de Gaza.

Así pues, en éste, el siglo de la comunicación, la gastronomía española ha demostrado su capacidad de adaptación y resiliencia, convirtiendo la pandemia en un inesperado catalizador para la innovación, la creatividad, la solidaridad, la renovación y redescubrimiento de lo esencial de una cocina que siempre ha sabido transformar los desafíos en oportunidades para celebrar la vida, demostrando que la cocina va más allá del mero placer individual para convertirse en un acto de amor, compasión y generosidad compartida. No en vano este siempre ha sido el empeño de la Real Academia de Gastronomía: sacar la gastronomía de un espacio cerrado y llevarla hasta las aulas y la plaza pública, para que todo el mundo sepa comer de un modo sa-

*La gastronomía española,
un puente entre cultura*

ludable (en el que la nutrición y gastronomía sean complementarios), solidario (donde la comida se ve como un medio para fortalecer los lazos comunitarios y familiares, facilitando la conexión social a través del acto de compartir alimentos), sostenible (fomentando una mayor conciencia sobre el origen de los alimentos y respetuosa con el medioambiente) y satisfactorio (disfrutar comiendo). Es decir, las cuatro eses de las que siempre ha alardeado Rafael Ansón. Gracias a la Real Academia de la Gastronomía, se puede hablar de una influencia española culinaria, académica, cultural y educativa, defendiendo la importancia de una dieta sana, equilibrada y también sabrosa, porque una población bien alimentada es una sociedad más feliz.

En este contexto, la Real Academia de Gastronomía propició la Resolución del Parlamento Europeo de 2 de Marzo de 2014 sobre “Patrimonio Gastronómico: aspectos culturales y educativos”, lo que constituyó un hito para que la alta institución representativa de los ciudadanos europeos reconociera el papel de los centros educativos como el espacio nuclear y decisivo para la adquisición desde la infancia de conocimientos teóricos y prácticos sobre la salud, la nutrición, la alimentación y la gastronomía, así como el reconocimiento de la dieta mediterránea como Patrimonio Inmaterial Cultural por parte de la UNESCO en el año 2000. La Dieta mediterránea es muy compleja, y bastante imprecisa, porque es diferente según en qué punto del Mediterráneo se encuentre. Es tan dieta mediterránea la gastronomía de España, como lo es también la gastronomía de Portugal, Italia, Croacia, Grecia, Chipre o Marruecos, con los que comparte la declaración de la UNESCO como tal, a pesar que entre las mismas existan dife-

rencias. No obstante, al igual que la gastronomía marroquí es heredera de la gastronomía andalusí, compartimos Clara María González de Amezúa y yo, que falta en ese listado la gastronomía sefardí, heredera de una gastronomía española medieval, pero que ha sabido acoger los sabores de las tierras por las que han pasado en su éxodo hacia Oriente, única por tanto que atesora toda la gastronomía del Mediterráneo. La Dieta mediterránea ha constituido un modelo nutricional cuyos tres ingredientes principales son el trigo entre los cereales, el aceite de oliva de los olivos y el vino obtenido de las vides, pilares de una alimentación históricamente saludable, entorno de los cuales se articula una dieta variada y nutritiva, capaz de combinar los demás productos del Mediterráneo, como frutas y verduras, una proporción moderada de carne, pescado y productos lácteos, y abundantes condimentos y especias, acompañado de infusiones, además del vino. Se trata de un modelo cultural que propicia la interacción social, ya que las comidas se realizan en común y se han convertido en la piedra angular de las costumbres sociales, arraigadas en el respeto hacia la tierra y la biodiversidad, que garantizan la conservación y el desarrollo de actividades tradicionales y artesanales vinculadas a la agricultura y la pesca, siendo el papel de las mujeres fundamental como transmisoras de prácticas y rituales, así como en la salvaguardia de las técnicas utilizadas a lo largo del tiempo. El estudio Predimed (Prevención con Dieta Mediterránea) demostró científicamente que la dieta mediterránea previene el riesgo de accidente cerebrovascular y cardiovascular, beneficia en particular a quienes tienen predisposición genética a la diabetes y al ictus, y reduce hasta en un 50% el riesgo de depresión, entre otros beneficios.

*La gastronomía española,
un puente entre cultura*

La paradoja es que cuanto más prestigio alcanza la dieta mediterránea fuera de la cuenca mediterránea, más alejada parece de los hábitos tradicionales. En este campo y en consonancia con la Resolución del Parlamento Europeo, resulta fundamental diseñar un programa para la Escuela primaria sobre higiene y educación alimenticia y nutricional sobre la base los tres pilares de salud, placer y hábitos alimentarios, en prevención de problemas tanto de obesidad infantil como de malnutrición – porque enseñando a comer a los más pequeños, se previenen presentes y futuros problemas de salud–, con la intención además de sensibilizar acerca del equilibrio y sostenibilidad de los recursos alimenticios. Desde este último punto de vista, se deberían buscar vías para compaginar vida familiar y vida laboral precisamente a través de la gastronomía, como fuente de salud para las generaciones futuras, así como de cohesión familiar necesaria para la transmisión de hábitos, y para seguir defendiendo la importancia de una dieta sana, equilibrada y también sabrosa, dado que las nuevas formas de trabajo, la nueva realidad familiar y los nuevos modelos de relaciones personales y sociales afectan de forma directa en las formas tradicionales de alimentación de las familias y, por consiguiente, en la preservación del legado gastronómico-cultural así como en la propia identidad de la sociedad.

Principal y firme defensora de la educación desde la infancia de una alimentación equilibrada y sana como la Dieta mediterránea, la Real Academia de Gastronomía ha promovido con fervor y convicción sus beneficios para la salud y su importancia cultural, y es el alma en la evolución, desarrollo, promoción y reconoci-

miento de la gastronomía española a nivel nacional e internacional. Como guardiana que custodia la memoria de sabores y aromas tradicionales que conforman la gastronomía española, ha trabajado arduamente en preservar las recetas y técnicas de la historia de nuestra cocina, y en ensalzar nuestros productos de la tierra y mar apoyando al sector agroalimentario, asegurando que este patrimonio cultural se mantenga vivo. Participando en eventos internacionales, ferias y congresos gastronómicos puso en valor la riqueza culinaria de España, a la par que reconocía y fomentaba la creatividad e innovación en la gastronomía española. Bajo su amparo, surgieron los chefs y cocineros españoles que han elevado el arte y ciencia culinario a cotas insospechadas, pero sin dejar de apoyar la formación de jóvenes que soñaban con el arte de los fogones y a través de las guías culinarias reconocer los nuevos talentos que experimentan con nuevas técnicas y conceptos culinarios, que permiten que la gastronomía española se reinvente y sorprenda, sin perder nunca su esencia. Tradición y vanguardia se funden anualmente en los premios que otorga la RAG a cocineros y restaurantes y a otros actores clave del saber gastronómico, lo que ha ayudado a elevar el perfil de los galardonados, incentivando la excelencia y reafirmado la calidad de la gastronomía española.

Con su labor, la Real Academia de Gastronomía ha contribuido a forjar la identidad de una gastronomía española creativa, vibrante y diversa de sabores que conectan con nuestras raíces milenarias mientras sigue atrayendo la atención y admiración global, consolidando a España como un referente gastronómico a nivel

mundial. Olvidada queda la polémica que generó Santi Santamaría en su Cocina al desnudo comparando la cocina tradicional española con la cocina molecular de Adriá. Como zanjó Rafael Ansón, siempre “hay que sumar y no restar y, sobre todo, no destruir. Hemos tardado (,,) años en conseguir que la cocina española sea valorada y respetada en el mundo”. Y, caben “Todas, la cocina tradicional, la moderna, la creativa y la popular, la de autor, la de vanguardia, la de fusión, la tecnoemocional.”

Por ello, tras casi medio siglo de libertad y democracia, la gastronomía española permanece aún en la cúspide de la gastronomía mundial. España sigue siendo el país que más chefs mantiene en el Top 10 entre los mejores del mundo, encabezado por el madrileño Daviz Muñoz, un chef de espíritu libre acostumbrado a romper las reglas y explorar los límites de la creatividad en su restaurante DiverXO, al que acompañan Albert Adriá con su restaurante Enigma, el trío Mateu Casañas, Oriol Castro y Eduard Xatruch que abrieron Disfrutar después de su intenso trabajo en elBulli y los clásicos Andoni Luis Aduriz y su restaurante Mugaritz y Joan Roca de El Celler de Can Roca, pero muy seguidos de cerca por el chef del mar Ángel León y su restaurante Aponiente de El Puerto de Santa María, los mediáticos gemelos Sergio y Javier Torres y su Cocina Hermanos Torres, el vasco Eneko Atxa y su restaurante sostenible Azurmendi, y el alicantino Quique Dacosta.

Pero, todos los imperios caen, ninguna muralla resiste. En un mundo globalizado, donde las fronteras se desdibujan y las culturas se entrelazan, los fogones de cada rincón del planeta se enfrentan a una transformación constante. Alerta se ha de estar

en el parnaso gastronómico español, pues por donde sale el sol otros mundos que emergen cuentan con gran variedad de sabores y riqueza cultural y un estilo de vida parecido, en el que se comparten pequeñas porciones de comida, pequeñas porciones de alegría, pequeñas porciones de vida.

Ya hemos anotado como la cocina iberoamericana, liderada por Perú, con su vibrante mezcla de sabores, colores y tradiciones culinarias, la recuperación y revalorización de técnicas ancestrales junto a la adopción de técnicas innovadoras y la gastronomía molecular importada de España, han permitido a los chefs iberoamericanos reinterpretar platos tradicionales de manera moderna y con sorprendente creatividad y tutearse con la gastronomía de su madre patria. Por otro lado, la creciente conciencia sobre la sostenibilidad y la salud impuesta desde España está transformando el sector culinario a nivel mundial, y, las cocinas iberoamericanas, comprometidas con prácticas agrícolas sostenibles y promoviendo la biodiversidad, utilizan ingredientes frescos, nativos, como la quinua, el maíz, el cacao, el aguacate, y diversos tipos de chiles y tubérculos, que han ganado popularidad mundial como superalimentos por sus beneficios nutricionales y versatilidad culinaria. La colaboración entre cocinas hermanas podría ser una herramienta poderosa. La gastronomía española tiene la oportunidad de crear sinergias con la cocina iberoamericana, explorando fusiones que resalten lo mejor de ambos mundos. A pequeña escala, estas colaboraciones se vislumbran ya en las cocinas del Barrio de Salamanca de esta capital, donde la alta presencia de población latinoamericana está dando lugar a nuevas y emocionantes propuestas gastronómicas,

*La gastronomía española,
un puente entre cultura*

lo que contribuye a fortalecer los lazos culturales y comerciales entre España e Hispanoamérica.

Por otro lado avanzan de forma inexorable las cocinas asiáticas en el panorama culinario global. Las cocinas de países como Japón, China, Tailandia y Corea del Sur han capturado la imaginación de los comensales de todo el mundo con su equilibrio único de sabores capaces de combinar dulce, ácido, picante y salado en sus platos, su presentación elegante, artística y de técnica precisa y su enfoque en ingredientes frescos, bajos en grasa y ricos en nutrientes, que se alinean con las tendencias globales hacia una alimentación más saludable. Es fascinante la expansión de restaurantes asiáticos en todo el mundo, que con camaleónica versatilidad adaptan los platos tradicionales a los gustos locales sin perder su autenticidad.

El paladar global se ha diversificado enormemente en las últimas décadas y ya se comienza a hablar de una gastronomía viajera en los restaurantes, una gastronomía ecléctica, holística, universal. Pensemos cuando despierte el África Subsahariana, donde comienzan tímidamente a despuntar la cocina senegalesa en África occidental, la etíope en África oriental y la sudafricana en el África meridional, y, máxime cuando entre en vigor el Acuerdo de Libre Comercio Continental Africano (AfCFTA) para crear el mayor mercado único de productos y servicios del mundo entre todos los 54 Estados miembros de la Unión Africana, salvo Eritrea, pues abarcará un mercado con más de 1.300 millones de personas en el 60% de la población tiene menos de 20 años, una explosión demográfica que prevé que aumente hasta 2.500 millones para 2050.

África, el continente que pone frente al espejo el alcance de las pérdidas y desperdicios de alimentos de un primer mundo que gasta ingentes cantidades en clínicas de adelgazamiento, reducciones de estómago y operaciones estéticas y nos ayuda a remover la conciencia sobre el hambre, la malnutrición y la inseguridad alimentaria, el consumo de alimentos procesados y la alimentación ética, el comercio justo, la sobreexplotación de los recursos agropecuarios por parte de multinacionales que desplazan a los pequeños productores de alimentos, la contaminación por el uso de químicos y plaguicidas, la escasez de recursos hídricos, la desertificación, la deforestación y la degradación medioambiental, el plástico y la gestión de los residuos, aparte de la corrupción, la falta de educación y de oportunidades, las guerras encubiertas, las migraciones, la esclavitud, la explotación infantil y la violencia sexual a las mujeres y un largo etcétera de formas de violación de los Derechos Humanos.

En fin, la capacidad de la cocina española para evolucionar sin perder su esencia será crucial para competir y destacarse en el dinámico panorama culinario global. El desafío radica en preservar y mantener vivas las raíces y la autenticidad de sus platos tradicionales, presentando nuevas creaciones e incorporando técnicas más modernas que adapten las recetas cuando sea necesario para satisfacer las demandas contemporáneas y seguir creando una gastronomía siempre innovadora y globalmente atractiva, adaptándose a nuevas dietas saludables y cambios en el hábito de consumo, pero sin sacrificar

*La gastronomía española,
un puente entre cultura*

el sabor y la calidad, un equilibrio constante entre tradición e innovación, sostenibilidad y rentabilidad, y por qué no, usar de la tecnología para mejorar la eficiencia en la cocina, desde la gestión de inventarios hasta la personalización de experiencias culinarias a través de la inteligencia artificial. La gastronomía española ha servido como un puente entre culturas a lo largo de la historia, y continúa haciéndolo en el presente. Su capacidad para integrar influencias de diversas tradiciones culinarias y su predisposición para experimentar han permitido que la cocina española no sólo sea un reflejo de su rica herencia cultural, sino también una plataforma para el intercambio y la fusión de diferentes culturas culinarias. Eso sí, la globalización facilita la importación de insumos exóticos y los cocineros deben abogar por prácticas agrícolas sostenibles y priorizar el uso de ingredientes locales para preservar la biodiversidad y apoyar a los productores regionales. Esta conexión es fundamental para mantener la autenticidad y la sostenibilidad y esencia de las tradiciones culinarias.

La Real Academia de Gastronomía siempre estará ahí, al pie del cañón, para amparar a los restaurantes y cocineros españoles, la industria agroalimentaria y los vinos de cada región de España, así como el turismo gastronómico. No cabe duda que la gastronomía es motor de la economía española, pues la resultante de la convergencia con los otros dos sectores estratégicos representa, ni más ni menos, que el equivalente al 33% del PIB de España, por lo que se requiere también el apoyo continuado de las administraciones públicas en investigación, educación y promoción cultural. La labor del Instituto de Comercio Exterior

(ICEX), con su programa Restaurants from Spain de certificación de restaurantes y tiendas de productos españoles en el extranjero, está resultando esencial para promocionar foráneamente la gastronomía española, así como sus productos agroalimentarios. Pero, también, por su dimensión cultural y económica, la cocina española debería contar siempre como herramienta diplomática cultural, que requiere de un mayor compromiso, sino en la generosidad al menos de la caridad pública, para dar a conocer nuestro legado gastronómico a través del Instituto Cervantes y las embajadas españolas, pues a la postre la gastronomía española es imagen de España, reflejo y herencia de una cultura que ha sabido unir en una mesa a los pueblos que han compartido nuestra Historia.

Vale, dicho, muchas gracias.

Iván F. Moreno de Cózar y Landahl, Conde de los Andes

realacademiadegastronomia.com
