

El uso de hierbas y plantas se vuelve más común en la cocina. - Casal Català de Guayaquil

Escrito por El Comercio: Elena Paucar

Jueves, 03 de Abril de 2014 09:00

Escrito por El Comercio: Elena Paucar
Jueves, 03 de Abril de 2014 09:00

TENDENCIAS (F)

NUTRICIÓN La gastrobotánica, una técnica que utiliza las plantas como ingredientes en las comida, se populariza entre los chefs

El uso de las hierbas y plantas se vuelve más común en la cocina

ENRIQUE PESANTES / EL COMERCIO

Elena Paucar. Redactora
sociedad@elcomercio.com

Introducir la botánica en la cocina no fue difícil para Evarist March Sarlat. Este botánico catalán se abrió paso en el mundo de la gastronomía con su amplio conocimiento referente a hongos, semillas, plantas y hojas que pasan desapercibidas en la naturaleza.

¿Qué es la gastrobotánica? Es el uso de plantas en la cocina. Y este gurú estuvo en Guayaquil precisamente para hablar de esto. Ante un grupo de chefs se refirió al valor de las hierbas y especias que rodean, muchas de las cuales son consideradas 'hierbas malas', aunque en realidad son condimentos, aromatizantes, colorantes y saborizantes 100% naturales.

El aroma del laurel y del romero, la peculiar pimienta rosada muy común en Barcelona, el penetrante olor del orégano, el hinojo con su sabor extremadamente fuerte y a la vez sutil... Los platillos blancos y repulcantes sobre los cuales reposaba cada una de estas especies naturales resaltaron sobre una mesa, en una de las cálidas salas del Casal Català.

"Es increíble la cantidad de especies que hemos olvidado. Los estudios referentes a la gastronomía de los romanos señalan que utilizaban más de 140 especies". Actualmente, según March, en el mundo existen por lo menos 250 000 especies y unas 10 000 han sido utilizadas como comestibles.

Pero cada día va perdiéndose su uso. Solo para tener una idea -señala- el 50% de la energía que recibimos de nuestra dieta la conforman apenas tres



• Evarist March Sarlat, especialista en Botánica Aplicada, habló con un grupo de chefs.

En contexto
La gastrobotánica también ha llegado a lujosos hoteles de España. Los especialistas dicen que la clave es asociar la naturaleza y la comida. Es decir, volver al campo y recuperar el producto en su estado puro con "respeto al ecosistema" y evitando la contaminación.

especies: arroz, trigo y maíz.

Marina Marcia, administradora y profesora del Casal, destacó este conocimiento ancestral que da un toque diferente y saludable a la comida. A la vez resaltó la necesidad de explorar nuevas hierbas y especies, pero siempre con la asistencia de un botánico especializado, pues no todo es comestible en la naturaleza, especialmente en el caso de los hongos.

Solo por citar un caso local, March mencionó el gran aporte de las hojas de plátano y recordó la preparación de ali-

mentos típicos del país, como las hayacas. "Esto es fantástico. No solamente hay un proceso de cocción con una planta silvestre, para qué voy a ponerlo en una olla si tengo una hoja; sino que además aporta aromas y sabores al plato".

Este biólogo y especialista en etnobotánica -estudia la relación entre las plantas y los grupos locales-, tiene más de 15 años de experiencia. Ha dado asesoría a uno de los mejores restaurantes del mundo, El Celler de Can Roca, en España.

Ese centro es dirigido por el chef Joan Roca y ha obtenido algunas estrellas Michelin.

También ha colaborado con la Universidad Autónoma de Barcelona y con el renombrado chef Ferran Adrià en El Bulli Foundation. En febrero pasado, March disfrutó de los aromas del fin de invierno en Girona (Cataluña), zona cercana al mar Mediterráneo y donde se registran unas 3 900 especies: ajedreas, berros, verdolagas,

caléndulas, mostaza salvaje...

Sus recorridos de campo son parte de un proyecto de recuperación de especies vegetales, junto con el reconocido chef Joan Roca. Hasta ahora ha logrado analizar unas 400 especies y alrededor de 40 son utilizadas en El Celler.

Los especialistas denominan a la gastrobotánica la "revolución verde de la cocina".

A finales del año pasado, en España se desarrolló el I Congreso Internacional de Gastronomía y Nutrición, adonde llegaron los mejores cocineros y cocineras de España.

En ese encuentro se citó a los cítricos, frutas y verduras que crecen en el desierto, como alternativas en la cocina.

En encuestas rápidas, a través de las páginas especializadas, el 80% de los usuarios dice que esta alimentación alternativa "es excelente" y solo el 1% califica de pésimo. En los foros abiertos, la gente habla de más beneficios para la salud.

El uso de hierbas y plantas se vuelve más común en la cocina. - Casal Català de Guayaquil

Escrito por El Comercio: Elena Paucar

Jueves, 03 de Abril de 2014 09:00

File:///C:/Users/Elisa/Desktop/110243862dad/C/astro%20mia%20hierbas%20cocina%20gastrobotanica%20Evangelina%20Cortez%20Bosch.pdf