Imprimir

No soy una defensora obstinada del vegetarianismo ni de su vertiente más radical, el «veganismo», aunque sí sé apreciar lo que nos ofrece la tierra, sobre todo si nuestros agricultores la tratan y respetan como se merece.
No obstante, pero con mucha lentitud, empieza a calar la idea entre la ciudadanía mejor informada y más concienciada de que solo la agricultura de proximidad y temporada es sostenible en un planeta gravemente
enfermo por culpa nuestra.
Por otro lado, si tenemos en cuenta el placer dentro del ámbito gastronómico, este estará asegurado si los productos del suelo se elaboran con esmero y, mejor todavía, si se hace de acuerdo con recetas locales y poco «agresoras» por parte de los seres humanos.

Con todo, nuestras «raíces» omnívoras —grabadas a fuego en las neuronas— se sienten atraídas irremediablemente por los alimentos de procedencia animal y, desde una perspectiva no tan depredadora, ha surgido lo que hoy se conoce como «flexiterianismo*», que va un poco más allá del vegetarianismo clásico, el cual nos permite disfrutar de unos productos baratos —en algunos casos— y excelentes, como son los quesos. Pese a que existe una extensa variedad de este artículo en el mundo, parte del vecindario global ha empezado últimamente a limitar las opciones y decantarse únicamente por aquellos más próximos a su entorno para evitar el trasiego contaminante del transporte internacional. En el mismo caso están las mantequillas, doradas y untuosas; tanto los primeros como las segundas son excelentes «propiciadores» del aumento de grasas en nuestros organismos. Hasta hace unas décadas necesarias en invierno; sin embargo, la desaparición de dicha estación a causa del cambio climático las hace perfectamente prescindibles en la actualidad, incluso en regiones próximas a los polos.

Asimismo, existen platos que hasta no hace mucho eran considerados propios de una «gastronomía pobre», porque estaba relacionada con el bajo nivel de proteínas y, por tanto, la única accesible a los bolsillos más vacíos a pesar de sus excelentes cualidades. En nuestro caso, los sabrosos gazpachos de tomates como ingrediente básico o las muy populares «patatas de pobre», plato tradicional consistente en una capa de patatas cortadas a láminas

que se fríen lentamente con muy poco aceite. La versión «un poco más costosa» se acompaña de un par de huevos fritos. Plato contundente que puede neutralizar los efectos de una tarde otoñal llena de melancolía… Sería interesante conocer las variedades más recias del continente americano y qué relación tienen con la cocina europea, que debe elaboraciones destacadas a los productos americanos.

Esta reflexión me lleva a la creencia de que saborear alimentos «noveles» puede desvelar afanes aventureros, máxime si se entra en contacto con ellos en su país de origen, donde saben mejor y atentan menos contra el medio ambiente.

Con todo, el «trasiego» gastronómico exige un estómago valiente y vacunado. Aprender en los museos, fantasear por las ruinas, subir montañas, bajar barrancos, recorrer desfiladeros, navegar por océanos y ríos —incluso volar en globo o hacer «puenting»— abre el apetito, sino directamente el hambre. El cuerpo demanda exigencias que no podemos obviar. Un trotamundos «fisgón» abrirá así su paladar a los monumentos gastronómicos y los usos culinarios de los países visitados gracias a los inescrutables vínculos entre cocina, cocinero y destinatario del disfrute. En suma, al conocimiento de un mundo que nos facilita información antropológica de primer orden.

Por desgracia, el ángulo oscuro de la globalización también ha cambiado nuestros hábitos. La hamburguesa, por ejemplo, ha expulsado de nuestro imaginario platos más humildes pero mucho más inteligentes y creativos y los refrescos elaborados a los zumos naturales, con un matiz afrodisíaco lleno de fantasía que los refrescos artificiales jamás conseguirán, por mucha publicidad que les acompañe. Es lastimoso que hayamos abandonado la marmita de la bisabuela al mismo tiempo o casi que las artes tradicionales, los viejos idiomas, los principios insoslayables
y, si mucho me apuran, el buen beber y comer. ¿Qué hemos ganado a cambio? Obesidades, porcentajes considerables de colesterol, niveles de contaminación más elevados a causa de las emisiones del ganado vacuno, bastantes quintales menos de agua dulce y no haber conseguido en absoluto que el hambre disminuya en nuestro planeta. Es más: todo lo contrario desde hace unos años.

En cuanto a los tanteos gastronómicos, el sentido del olfato despierta en nosotros un optimismo irreverente por golosinas de toda clase. El del gusto, despabila nuestros recuerdos, como le ocurrió a Proust cuando probó una magdalena que le retrotrajo a su infancia y le impulsó a escribir trece volúmenes a la búsqueda de un pasado que creía perdido. Eso sin tener en cuenta que jamás será igual el sabor de un producto en su suelo de origen que en otro, aunque sea transportado en avión inmediatamente después de su recogida.

Finalmente, está la influencia que una región —terrestre o marina— puede ejercer en un producto. Es lo que ocurre, por ejemplo, con las langostas, porque no saben igual las atlánticas que las mediterráneas. De momento y mientras no me demuestre nadie lo contrario, me parecen más sabrosas las últimas, de carne firme y sabor vigoroso. Rojas como una llamarada y empapadas de todos los latidos milenarios de un mar, próximo a su extinción por lo que parece, en el que sobreviven a pesar de los plásticos, vertidos petrolíferos y restos humanos mal eliminados. Sin embargo, es mucho más preocupante la muerte progresiva de los corales desde 1985 a causa de la creciente salinización de las aguas marinas. Sin ellos, en nuestro planeta no van a quedar ni escarabajos…

Insisto de nuevo en que no podemos separar la influencia de las cocinas locales del tratamiento del producto, principalmente si son milenarias o, como mínimo, seculares y llenas de «sentido común».

No quiero cerrar este artículo sin recordar dos tratamientos distintos y espectaculares del pescado. El primero es el «tapado» caribeño, originario de Livingston (Guatemala). Requiere que la langosta esté muchas horas enterrada en la arena mientras se cuece para llegar a gozar de su sabor. El segundo, la bullabesa mediterránea. En ambos casos solo es insuperable si se elabora en el lugar de donde es originario y en el que es cocinado.

Disfrutar de las cocinas locales sin estragos de estómago es fundamental. Compararlas es propio de un espíritu investigador. Intuir los cómos y los porqués es alcanzar la sabiduría y también el respeto y el afecto por la diversidad. Ahora bien, asumir nuestra responsabilidad

medioambiental en defensa de un planeta sostenible implica viajar menos, a no ser que sea en barca de vela, bicicleta o transporte público y, obviamente, centrarse en la cocina local propia.

*Vegetarianismo flexible que permite comer carne y pescado unas pocas veces a la semana. En el caso de la carne, se trataría de productos ecológicos y ganadería extensiva.

Pepa Úbeda