

De la soja y el chile al aceite y la nata

Cuatro cocinas (francesa, mexicana, japonesa y dieta mediterránea) gozan del reconocimiento de Patrimonio Inmaterial por la Unesco. Chefs expertos en cada una de ellas nos cuentan qué tienen de especial

P. C. / D. G. A. / A. G. O.
entretiempos@20minutos.es / twitter: @20m
20 minutos

Esto son un francés, un mexicano, un japonés y un catalán... Todos ellos chefs y cada uno especializado en una de las cuatro cocinas reconocidas por la Unesco como Pa-

trimonio Inmaterial de la Humanidad (mexicana, francesa, japonesa y dieta mediterránea). La última en sumarse a este selecto club es la cocina nipona, que obtuvo este reconocimiento a finales de 2013 y que este año ha sido la invitada especial de la

Feria Alimentaria, una de las más importantes de España, que se celebró la semana pasada en Barcelona. Uno de los chefs nipones que participan en Alimentaria es Keisuke Matsushima, chef del restaurante que lleva su nombre en Niza (Francia). **20 minutos** ha

Más cultura que salud

Juan Revenga, autor del blog *El nutricionista de la general*, explica que «ese reconocimiento de la Unesco se centra en el acervo cultural que rodea a la gastronomía de un marco geográfico muy concreto: la realización de una serie de prácticas y elaboraciones tradicionales». «No se habla en ningún momento de salud ni del valor nutricional de esas gastronomías», señala.

estado con él y también con el mexicano José Quetzalcoalt, el francés de origen español Carlos Campillo y la catalana Carme Ruscalleda. Cada uno de ellos nos habla sobre sus raíces culinarias y sobre los motivos que hacen de estas cocinas algo especial.

CUATRO CHEFS DE CUATRO COCINAS PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD

- | | | | | | | |
|--|--|--|----------------------------|--|---|---|
| 1. ¿Por qué su cocina es una de las mejores del mundo? | 2. Tres palabras para definir su cocina. | 3. Tres ingredientes básicos que no pueden faltar. | 4. Su plato favorito es... | 5. Un tópico sobre su cocina que no es cierto. | 6. ¿Cuál es el mayor peligro que amenaza a su cocina? | 7. Tras su tradición culinaria, su cocina favorita sería... |
|--|--|--|----------------------------|--|---|---|



COCINA MEXICANA

José Quetzalcoalt

La taquería del Alamillo (Madrid)

- 1 Por su sabor.** Es una comida tradicional, muy antigua. Y por su fusión. Cuando los españoles llegaron a América llevaron muchos productos que no teníamos antes, como el limón o el cerdo, que ahora llevamos en casi todos los platos.
- 2 Tradición,** cultura y sabor.
- 3 El chile,** el achiote (una semilla que en México se consume mucho en pasta o como adobo).

- y el epazote, una hierba para condimentar que es como el orégano de los mexicanos.
- 4 El chile en nogada.** Es chile poblanillo con salsa de nuez y lleva una picada mixta con frutos secos, pasas, melocotón, pera... Es salado y dulce a la vez.
 - 5 Que es muy picante.** La mayoría de los platos mexicanos no pican.
 - 6 Los transgénicos,** que predominan y destruyen variedades de maíz, frijol...
 - 7 La china.** Me parece muy natural y utiliza mucha verdura.



COCINA JAPONESA

Keisuke Matsushima

Restaurante Matsushima (Niza)

- 1 Por su gran vinculación** con la naturaleza. En Japón tenemos las cuatro estaciones del año, a diferencia de otros países de Asia, y basamos nuestra variedad gastronómica en la conexión con la naturaleza.
- 2 Ligera,** natural y saludable.
- 3 El pescado,** la salsa de soja y el arroz.
- 4 La ternera,** tanto mi especialidad (mi hojas de ternera), como en

- general la japonesa.
- 5 Hoy durante el desayuno** me han preguntado si era cierto que los japoneses nos comemos el morro del cerdo: no es verdad.
 - 6 Los cambios de hábitos** de la familia, que ya no come junta. Comer es compartir y no hacerlo solo. Uno no debe comer solo para alimentarse, sino para compartir. En las casas japonesas los hijos comen solos, los padres fuera, y ese es el gran problema. Comer es cultura, y como tal es necesario compartirla.
 - 7 La de mamá.**



COCINA MEDITERRÁNEA

Carme Ruscalleda

Sant Pau (Barcelona)

- 1 Porque es una cocina sabia.** Está situada en una esquina entre los árabes, los griegos, los romanos... Hemos sido receptores de todos ellos.
- 2 Moderna,** sana y catalana.
- 3 Los vegetales,** productos del mar (pescado) y el aceite.
- 4 Me dejo guiar** por el instinto de la estación del año. Y en estos momentos, unos guisantes de mi comarca (el Maresme) rehogados en

- ajos tiernos y con un punto justo de butifarra los encuentro fantásticos. Si me preguntas en Navidad, te diría que una escudella.
- 5 A veces creen fuera** que tenemos una cocina muy confitada, espesa o marrón. Y sí que es verdad que los vegetales los cocinábamos hasta el punto marrón. Pero creo que nuestra cocina es tecnicolor, que tiene forma, textura y colores.
 - 6 Que tengamos pereza** de cocinar.
 - 7 La cocina japonesa** y la peruana me enamoran. Y la francesa la encuentro muy interesante.



COCINA FRANCESA

Carlos Campillo

Le Petit Bistrot (Madrid)

- 1 Porque es muy variada:** son completamente diferentes los platos del norte a los del sur. Tiene un fondo de salsas muy variado y es el único país del mundo que utiliza aceite, manteca y nata como materia grasa. También utiliza productos muy diversos: ternera, aves, pescado...
- 2 Dinámica,** sabrosa y diversa.
- 3 Mantequilla,** nata y queso.

- 4 El 'gratin dauphinois'.** Son patatas gratinadas con nata y ajo... Es un plato sencillo, pero muy rico.
- 5 Que es cara.** Se pueden hacer buenos platos franceses sin que sean caros.
- 6 Que se estanque.** Que no se dé cuenta de que otros países del entorno también se están modernizando y avanzando y alcanzando un nivel culinario muy alto.
- 7 Dentro de Europa,** la italiana, que es también muy variada. Además, me gusta mucho la cocina asiática.