

# EXCELENCIAS

MADRID 2020

ESCENARIO GASTRONÓMICO

Capital Iberoamericana de la Cultura Gastronómica

*Gourmet*

EMBAJADOR OFICIAL

Nº 72 / 2020  
BIMESTRAL



## EL NUEVO RETO EN LA GASTRONOMÍA

The New Challenge in  
Gastronomy



**MURCIA, CAPITAL  
ESPAÑOLA DE LA  
GASTRONOMÍA**

The Spanish Capital of  
Gastronomy

**GERMINADOS  
FUENTE VIVA DE  
ALIMENTACIÓN**

Sprouts: Living Sources of  
Food

# *¡ El Arte de la Mesa !*

Vajilla ★ Cristalería ★ Cubertería ★ Accesorios de Cocina



★ **Alianza & Companies**

*Sirviendo su Imagen*

E-mail: [info@alianza.co.cu](mailto:info@alianza.co.cu) / [info@alianza-companies.com](mailto:info@alianza-companies.com) Telf: (+537) 204 0904, Fax: (+537) 204 0903

## LA NUEVA SALUD A TRAVÉS DE LA GASTRONOMÍA

Alimentarnos adecuadamente es siempre la primera premisa para cuidar nuestra salud. La gastronomía tiene en estos tiempos un papel preponderante al respecto. Cuando necesitamos elevar nuestro sistema inmunológico, hacer frente a síntomas y posibles enfermedades y curarnos de ellas, no podemos dar la espalda a los cientos de alimentos cuyas propiedades nos nutren, nos alivian y nos sanan, pero tampoco a la manera en la que accedemos a ellos o nos son presentados.

De esa gastronomía da fe *Excelencias Gourmet*. Una alimentación saludable, solidaria, sostenible y satisfactoria como propone la Academia Iberoamericana de Gastronomía en su compendio de 4 S, ya era indispensable. En estos días cada uno de estos aspectos demanda una mayor atención. Del mismo modo en que, según el Doctor Valentín Fuster, prácticamente el 50% de nuestra salud depende de lo que comemos y cómo lo hacemos, la satisfacción que le demos a nuestros sentidos a través de ella y la responsabilidad con la que han sido escogidos los productos está muy ligada a esa necesidad de compartir y relacionarse que se trasciende a sí misma con la proyección de eliminar el hambre o la malnutrición, y ahora más que nunca todos aquellos rezagos que deje una situación como la que vivimos actualmente.

Aceites esenciales que previenen infecciones respiratorias o remedios naturales que ayudan a disminuir los síntomas de estas, especias como el ajo y la cebolla, frutas como el kiwi, los frutos del bosque o las legumbres y los vegetales verdes que con su alto contenido de vitamina C y clorofila potencian el sistema inmunológico son algunas de esas fortalezas que, a la par del servicio y todas aquellas competencias inherentes a la gastronomía, permiten al sector gastronómico contribuir al alivio de esta circunstancia que ha provocado el COVID-19.



**JOSÉ CARLOS DE SANTIAGO**  
Presidente y Editor de Grupo Excelencias,  
Vicepresidente de la AIBG y  
Presidente de Honor de la ADG

Protagonistas en esta batalla contra lo que va provocando e irá dejando el nuevo Coronavirus son también todas aquellas personas que de algún modo han brindado un servicio de excelencia con su quehacer. De esto también damos fe. Todos aquellos que durante 15 años han sido Premio Excelencias, y específicamente Excelencias Gourmet, han marcado con sus virtudes, cualidades y sentido de la responsabilidad social, una senda que hoy se hace más necesaria y que demanda de nuevas disposiciones y nuevos protocolos, ya sean a nivel de sala, de gestión, de creatividad e innovación y ahora más que nunca de seguridad.

Disímiles iniciativas cuentan alrededor de estas inminencias. Grandes cocineros han puesto su trabajo a disposición de todos a través de las redes sociales en función de facilitar estos tiempos de confinación o preparación para ella; y desde Excelencias Gourmet también acudimos a tales formatos para concebir un espacio donde gestores, cocineros, someliers, jefes de salas, profesionales de tecnología, comunicadores, consultores, se dan cita para conformar lo que hemos dado en llamar **#SeminarioExcelenciasEnCasa**, una previa a nuestro próximo Seminario Excelencias Gourmet 2020 que arribará a su décimo aniversario.



## NEW HEALTH BY THE HAND OF GASTRONOMY

Eating properly is always the first premise for taking care of our health. In these times, gastronomy plays a preponderant role in this respect. When we need to raise our immune system, to face symptoms and possible diseases and to cure ourselves of them, we cannot turn our backs on the hundreds of foods whose properties nourish us, relieve us and heal us, but neither on the way we access them or are presented to us. Excelencias Gourmet attests to this gastronomy. A healthy, supportive, sustainable and satisfactory diet, as proposed by the Ibero-American Academy of Gastronomy in its four-pronged assessment, was already indispensable. These days, each of these aspects demands greater attention. In the same way that, according to Doctor Valentín Fuster, virtually 50% of our health depends on what we eat and how we do it, the satisfaction that we give to our senses through it and the responsibility with which the products have been chosen is very much linked to that need to share and relate that transcends itself with the projection of eliminating hunger or malnutrition, and now more than ever all those lags that a situation like the one we are living now leaves.

Essential oils that prevent respiratory infections or natural remedies that help to reduce the symptoms of these, spices such as garlic and onion, fruits such as kiwi, berries or green vegetables - which with their high content of vitamin C and chlorophyll boost the immune system - are some of these strengths that, along with service and all those skills inherent in gastronomy, allow the food industry to contribute to the relief of this circumstance that has caused the COVID-19.

The protagonists in this battle against what the new Coronavirus is causing and will continue to cause are also all those people who in some way have provided an excellent service with their work. We can also attest to this.

All those who have been Excelencias Awards for 15 years, and specifically Excelencias Gourmet, have marked with their virtues, qualities and sense of social responsibility, a path that today becomes more necessary and demands new dispositions and new protocols, whether at the level of the room, management, creativity and innovation and now more than ever security.

Various initiatives are being taken to address these issues. Great chefs have made their work available to everyone through social networks in order to facilitate these confinement or preparation times; and at Excelencias Gourmet we also use these formats to conceive a space where managers, chefs, sommeliers, room managers, technology professionals, communicators and consultants come together to create what we have called #SeminarExcelenciasEnCasa, a preview of our next Excelencias Gourmet 2020 Seminar that will reach its tenth anniversary.



**JOSÉ CARLOS DE SANTIAGO**

*President and CEO of the Excelencias Group  
AIBG Vice president  
Honorable President of the Dominican Gastronomy  
Academy (ADG)*



# SUMARIO

- 4** **OPINIÓN**  
**MURCIA, CAPITAL ESPAÑOLA DE LA GASTRONOMÍA.**  
Murcia: The Spanish Capital of Gastronomy
- 6** **TENDENCIA**  
**¿QUÉ HACE UN ROBOT EN TU RESTAURANTE?**  
What Does a Robot Do in a Restaurant?
- 10** **BARRA ABIERTA**  
**CLÁSICOS DEL VODKA**  
Vodka Classics
- 14** **DELICATESSEN**  
**EL CAVIAR, PERLA DE LA GASTRONOMÍA SELECTA**  
Caviar: The Peral of Select Gastronomy
- 16** **ARTE GOURMET**  
**¿EL MÁS UNIVERSAL DE LOS ALIMENTOS?**  
The Most Universal of Foods?
- 18** **TRADICIONES**  
**SI PIDES PESCADO...**  
If It's Fish You Ask For...
- 26** **ARMONÍAS**  
**VIENE BIEN CON CERVEZA.**  
They Match Well with Beer
- 30** **AL DETALLE**  
**FLORA Y GASTRONOMÍA EN LA PATAGONIA DE CHILE.**  
Flora and Gastronomy in the Chilean Patagonia How to Gauge a Sommelier's Efficiency?
- 34** **A SU SALUD**  
**GERMINADOS FUENTE VIVA DE ALIMENTACIÓN.**  
Sprouts: Living Sources of Food
- 40** **IN VINO VERITAS**  
**SOÑAR EN GRANDE, IR MÁS ALLÁ.**  
Daydreaming Big Time, Moving Beyond
- 44** **TASTEVIN**  
**EL IMPACTO DEL CAMBIO CLIMÁTICO EN TERROIRS DE VINOS.**  
The Impact of Climate Change on Wine Terroirs



**EDITOR Y DIRECTOR GENERAL:** JOSÉ CARLOS DE SANTIAGO  
**ASESORA EDITORIAL:** CONSUELO ELIPE RAMOS  
**COORDINADORA DE REDACCIÓN INTERNACIONAL:** VERÓNICA DE SANTIAGO  
**REDACTORA JEFE:** ANA MA. GÓMEZ  
**CORRESPONSAL PERMANENTE EN CUBA:** JORGE IGNACIO COROMINA SÁNCHEZ  
**ASISTENTE EDITORIAL:** LILIANA MOLINA CARBONELL  
**DIRECCIÓN DE ARTE Y DISEÑO:** EDUARDO FUENTES  
**COORDINACIÓN:** JULIET AGUILAR CEBALLOS  
**COORDINACIÓN ESPAÑA:** ANTONELLA RUGGIERO  
**ASESOR EDITORIAL ESPAÑA:** PABLO MÁRQUEZ  
**SOMMELIER ASESOR:** RENÉ GARCÍA VALDÉS  
**FOTOGRAFÍA:** RAFAEL VALIENTE, DANILO ENRIQUEZ Y ARCHIVO EXCELENCIAS  
**ILUSTRACIÓN:** EDUARDO FUENTES

 **Alianza & Companies**

#### DISTRIBUIDO POR:

Oficina Cuba: Ave. 7ma. N° 3205 e/ 32 y 34, Miramar, Playa, La Habana, Cuba. CP 11300.  
Telf.: +(53) 7 204 0904 / Fax: +(53) 7 204 0903

#### COLABORACIÓN EDITORIAL:

Real Academia de Gastronomía Española,  
Club Gastronómico de Panamá.

#### ADEMÁS HAN COLABORADO EN ESTE NÚMERO:

José Carlos de Santiago, Don Rafael Anson Oliart, Julio Valles Rojo, Verónica de Santiago, Jorge Méndez Rodríguez-Arencibia, Eva Ballarín, Emilia Padín Sixto, Guillermo Cruz Alcubierre, René García, Jaime Cisterna, Madelaine Vázquez Gálvez, Marcos Dopazo Rodríguez, Martha Señan Hernández.

#### SUSCRIPCIONES Y ATENCIÓN AL CLIENTE:

TEL.: + 34 (91) 556 00 40 / TEL.: + 53 (7) 204 81 90

#### ADMINISTRACIÓN:

ÁNGEL GONZÁLEZ

#### DEPÓSITO LEGAL:

M-44601- 2010 Edita: ELA. C/ Capitán Haya, 16, 28020 Madrid (España)



**SUSCRIPCIONES Y ATENCIÓN AL CLIENTE** Tlf.: + 34 91 556 00 40, + 53 7 204 81 90 **PUBLICIDAD Y CORRESPONDENCIA ESPAÑA MADRID** 28020 Madrid C/ Capitán Haya, 16. Tlf.: + 34 91 556 00 40. madrid@excelencias.com **CUBA LA HABANA** Calle 10 No. 113 e/ 1ra. y 3ra. Miramar Tlf.: + 53 7 204 8190 caribe@excelencias.com **MÉXICO CIUDAD DE MÉXICO** Alejandra Maciel dir.mexico1@excelencias.com **PUERTO VALLARTA** Consuelo Elipe Tlf.: +52 322 225 0109 dir.mexico2@excelencias.com **QUINTANA ROO** Diana Campeán dir.mexico3@excelencias.com **PANAMÁ** dir.panama@excelencias.com excelencias.panama@excelencias.com gourmet.panama@excelencias.com **REPÚBLICA DOMINICANA** dir.rd@excelencias.com **URUGUAY** dir.uruguay@excelencias.com **ECUADOR** María Belén Tinajero B. dir.ecuador@excelencias.com **ARGENTINA** Patricia Jurado dir.argentina@excelencias.com **COLOMBIA** Jessica James dir.colombia@excelencias.com **VENEZUELA** Ana María Fernández dir.venezuela@excelencias.com **EL SALVADOR** Beatriz Flamenco de Contreras dir.elsalvador@excelencias.com **BRASIL** dir.brasil@excelencias.com **USA** excelenciasusa@excelencias.com **RUSIA** dir.rusia@mail.ru **COSTA RICA** María del Milagros Arias Rodríguez dir.costarica@excelencias.com **PERÚ** Mariela Stuart Pando dir.peru@excelencias.com **CHILE** Sergio Escobar dir.chile@excelencias.com **PUERTO RICO** Elizabeth Blanch dir.puertorico@excelencias.com **PORTUGAL** dir.portugal@excelencias.com **E-MAIL** caribe@excelencias.com **DEPÓSITO LEGAL** M - 17340- 1997 Edita: ELA. C/ Capitán Haya, 16, 28020 Madrid (España). ISSN 1138-1841 **FOTOMECÁNICA E IMPRESIÓN:** LA NUEVA CREACIONES GRÁFICAS  
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. LOS CONTENIDOS DE ESTA PUBLICACIÓN NO PODRÁN SER REPRODUCIDOS, DISTRIBUIDOS, NI COMUNICADOS PÚBLICAMENTE EN FORMA ALGUNA SIN LA PREVIA AUTORIZACIÓN POR ESCRITO DE LA SOCIEDAD EDITORA EXCLUSIVAS LATINOAMERICANAS, ELA. S.A. EXCELENCIAS TURÍSTICAS DEL CARIBE ES UNA PUBLICACIÓN PLURAL. LA DIRECCIÓN NO SE HACE RESPONSABLE DE LA OPINIÓN DE SUS COLABORADORES EN LOS TRABAJOS PUBLICADOS, NI SE IDENTIFICA CON LA MISMA. ÚLTIMO CONTROL DE OJD: TIRADA: 75 330 EJEMPLARES. DIFUSIÓN: 62 472 EJEMPLARES.

\*29/7/2003



WWW.REVISTASEXCELENCIAS.COM

VISÍTENOS EN

REVISTASEXCELENCIAS.PRESSREADER.COM



www.excelencias.com

www.fucadhu.org

www.excelenciastravel.com

www.revistasexcelencias.com



POR: DON RAFAEL ANSÓN  
OLIART, PRESIDENTE DE LA  
ACADEMIA IBEROAMERICANA DE  
GASTRONOMÍA

# MURCIA

## CAPITAL ESPAÑOLA DE LA GASTRONOMÍA

CONSIDERADA COMO «LA HUERTA DE EUROPA», CALIFICATIVO QUE HA ADQUIRIDO GRACIAS A LA SOSTENIBILIDAD DE SU PRODUCCIÓN AGRÍCOLA Y SU RESPETO POR LA NATURALEZA Y POR EL PRODUCTO LOCAL, MURCIA ES HOY LA NUEVA CAPITAL ESPAÑOLA DE LA GASTRONOMÍA.

**E**l 2020 llega con sabor a mar, pero también a tierra, con paladar mediterráneo y del Mar Menor. Este conjunto de pistas limita nuestras opciones y señala directamente a la región de Murcia como la Capital Española de la Gastronomía durante este año.

Desde que en 2012 comenzaron a nominarse diferentes ciudades y Comunidades para recibir este distintivo se ha afianzado el liderazgo de la gastronomía en el panorama nacional, evidenciando el atractivo que representa para el turismo internacional que visita nuestro país.

Precisamente, la Comunidad murciana está considerada como «la huerta de Europa», calificativo que ha adquirido gracias a la sostenibilidad de su producción agrícola y su respeto por la naturaleza y por el producto local.

A lo largo de toda la Región se aplica la agricultura limpia, fidelizando la calidad y el sabor de los productos que, más tarde,

*Estrellas, soles... Murcia reúne un firmamento con el que se reconocen sus establecimientos.*

son distribuidos por los rincones europeos. Sus frutas y hortalizas han ganado un reconocimiento que traspasa las fronteras, calidad avalada por las

etiquetas de Denominaciones de Origen y los sellos de Indicación Geográfica Protegida.

### ACTIVIDADES EN LA CAPITAL GASTRONÓMICA 2020

La agenda de Murcia prevé un total de 45 jornadas gastronómicas dedicadas a cada municipio de la región, con su alcalde o alcaldesa como representante. Además, Murcia ha planteado todo tipo de actividades relacionadas

directamente con la gastronomía como talleres, muestras de productos, tertulias, showcookings y visitas culturales relacionadas siempre con el campo gastronómico.

Con este tipo de eventos, la Comunidad murciana quiere darse a conocer al público español y extranjero, buscando que se conozca su mesa y se degusten sus platos. Toda esta información está disponible en la página web que han creado para este año gastronómico y donde los visitantes tendrán acceso tanto a las actividades que se vayan realizando como a la oferta culinaria de la región.

#### APUESTA POR EL PRODUCTO LOCAL

Si hablamos de Murcia, lo hacemos de sus playas, su naturaleza, sus monumentos y museos... también de su gastronomía. Los mil y un sabores que describen la cocina murciana reúnen adobos como el ajo cabañil, que realza el gusto de las carnes y de las hortalizas, o los arroces de la D.O. Calasparra, destacando el empedrao que se acompaña de habichuelas, y el arroz caldoso del Mar Menor.

Hablamos de caldos con pelotas, de migas, revueltos (como el zarangollo a base de calabacín, cebolla y huevo) o de la olla gitana, también conquistada por los productos de la huerta como la calabaza, las judías, el tomate e incluso las peras. Una versión vegetal del cocido, pues los protagonistas en este plato son los garbanzos.

*Los mil y un sabores que describen la cocina murciana reúnen adobos, arroces, caldos, pescados, carnes y el aceite de oliva virgen extra como protagonista.*

caballitos, una banderilla de gambas rebozadas. Las ensaladas marineras, ya sea la cantonal, la murciana o su variante vegetal, la pipirrana. Sin duda los matrimonios entre anchoas y boquerones componen las tapas mejor avenidas.

Restaurantes y establecimientos de calidad Estrellas, soles... Murcia reúne un firmamento con el que se reconocen sus

De Murcia no olvidamos ni los pescados ni las carnes, ya que ambos juegan un papel prácticamente igual de importante en los platos de la región. Tampoco podemos dar de lado a una de las expresiones culinarias que forman parte de su idiosincrasia, como lo es la tapa.

Aquí encontramos estrellas como los

establecimientos. Restaurantes como la Cabaña Buenavista, que lleva el chef Pablo González-Conejero, discípulo de Arzak, son un ejemplo de calidad y singularidad. Sus 2 estrellas Michelin y 3 soles Repsol ratifican la excelencia culinaria, la creatividad y el equilibrio de su cocina, que defiende el producto local y el sabor de los platos. Características que comparte con el restaurante El Olivar, que tiene 2 soles Repsol.

Con el aceite de oliva virgen extra como protagonista de su cocina, defiende una gastronomía mediterránea, combinando las técnicas clásicas con las más vanguardistas. Su propietario Firo Vázquez es, además, vicepresidente de la Asociación de Expertos Universitarios en Gastronomía, una entidad dedicada a promover la excelencia en la gastronomía y la cultura alimentaria, de la que formo parte como presidente de honor.

#### MURCIA: THE SPANISH CAPITAL OF GASTRONOMY

*Since 2012, when different cities and communities began to be nominated to receive this award, gastronomy has become a leader on the national scene. In fact, the Murcian Community is considered to be "Europe's vegetable orchard", a term it has acquired thanks to the sustainability of its agricultural production and its respect for nature and local produce.*





Pos: EVA BALLARÍN, CONSULTORA EN INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DE TENDENCIAS,  
 INNOVACIÓN Y ESTRATEGIA, DIRECTORA DEL CONGRESO HOSPITALITY 4.0,  
 PARAHOSPITALITY Y INNOVATION PLANET, FUNDADORA Y DIRECTORA DE HORECA SPEAKERS  
 FOTOS: ARCHIVOS EXCELENCIAS

EN UN FUTURO NO MUY LEJANO LOS ROBOTS PREPARARÁN Y SERVIRÁN MUCHAS DE LAS COMIDAS QUE CONSUMIMOS. ENCUENTRE AQUÍ VARIOS DE ESOS BENEFICIOS Y CÓMO VAN HACIÉNDOSE TENDENCIA.

# ¿QUÉ HACE UN ROBOT EN TU RESTAURANTE?

La automatización y la robotización han sido dos de los temas que se trataron en la pasada edición de HIP, en concreto en el primer foro mundial de robótica aplicada a la hostelería, el Foodservice Robotics Pioneers. El sector Horeca vive un proceso de metamorfosis en el que las nuevas tecnologías (y entre ellas la robótica) tienen mucho que decir y plantean nuevos retos. Y es de eso precisamente, de robots, restaurantes, de cómo están cambiando las cosas y de qué hace (y puede hacer) un robot en tu restaurante, de lo que quiero hablarte en este artículo. En él pretendo además apuntar algunas claves para adaptarnos a la automatización como sector en general y como empresas individuales a esta metamorfosis.

Pero antes quiero hablarte de la cuarta edición de HIP – Horeca Profesional Expo y de su congreso, el Hospitality 4.0, un evento único que reúne, conecta e inspira a propietarios, empresarios, inversores y otros actores decisivos del sector Horeca. Durante 3 días,

HIP convierte a Madrid en la capital europea de la innovación Horeca y en el punto de encuentro de los *key players* del sector. La cuarta edición, celebrada este mes de febrero 2019, ha reunido a más de 30.000 empresarios, directivos y profesionales, en una cita en la que compartieron conocimiento más de 500 expertos de todo el mundo en más de 20 *summits* diseñados para aportar valor al sector de la hostelería.

Temas de actualidad en el sector como el impacto de la proteína vegetal o la revolución del *delivery*, las últimas innovaciones para hoteles y restaurantes basadas en el IoT, la Inteligencia Artificial y las realidades virtual y aumentada, o la nueva concepción de la sala, han centrado las sesiones. Siete han sido los temas clave sobre los que hemos debatido en HIP 2020: Sostenibilidad, Excelencia, Diferenciación, Personalización, Fidelidad, Rentabilidad y Escalabilidad, a los que quiero sumar uno más que bien puede funcionar como paraguas de todos los demás: Transformación Digital (o más

bien metamorfosis) y, con ella, Automatización y Robotización aplicadas a Horeca.

## UN ROBOT EN TU RESTAURANTE

En el sector industrial, pionero en esta transformación, fabricantes de todo el mundo están recurriendo a la automatización para ayudar a resolver la escasez de mano de obra, aumentar la productividad y mejorar la calidad del producto. Los robots colaborativos se venden como una solución rentable, flexible y segura para tareas de producción y servicio. Estos robots colaborativos o cobots, que son efectivamente rentables, seguros, flexibles y fáciles de usar, han logrado que la automatización de procesos sea más asequible que nunca, incluso para las pequeñas y medianas empresas.

Los avances tecnológicos transformarán también la industria Horeca, al igual que están cambiando muchas otras industrias, por la simple razón de que la metamorfosis alcanza a todos los sectores y el nuestro no se quedará



al margen. En un futuro no muy lejano los robots prepararán muchas de las comidas que consumimos, ya sea de manera autónoma o ya sea en el papel de asistentes de las personas. Y no hablo solo de preparar esas comidas en las cocinas de los restaurantes: hablo también de servirlos en sala, o en tu casa, en tu trabajo... allí donde estés, teniendo en cuenta el crecimiento de los modelos basados en el *delivery*. Respondiendo a la pregunta que da título a este artículo, hay varias cosas que hará un robot en tu restaurante, cosas como reducir los costes, mejorar y estandarizar la calidad, simplificar el emprendimiento y reducir el desperdicio de alimentos.

La industria de los restaurantes está viviendo un cambio profundo y a todos los niveles, que viene impulsado por la tecnología. Una tecnología que revoluciona toda la cadena de valor, desde el sector agrario hasta la forma en que se toman las comandas en un restaurante. Junto con el impacto profundo de las nuevas tecnologías —y de la velocidad con

la que cambian, mutan, se transforman y lo transforman todo a su paso— hay otro factor que está influyendo en esta metamorfosis de la industria Horeca: el cambio en las preferencias de los consumidores. El compromiso con la sostenibilidad de los *millennials* y la importancia que otorgan a la conectividad y la tecnología los *centennials* / Gen Z, guían las tendencias a nivel mundial. Y los cambios —y con ellos la intensificación del debate sobre la automatización en un sector que es de personas para personas— llegan en un contexto en el que crece la escasez mundial de mano de obra en el sector del servicio de alimentos. ¿Son los robots la solución?

#### EQUILIBRIO PARA AVANZAR

En la Agenda USA de HIP 2020, Christina Clifton (CEO de FishFork) contó cómo se inventó en 1958 la cinta transportadora que tan común es hoy en día en muchos restaurantes de sushi. Esta automatización surgió como respuesta a la dificultad que su inventor, Yoshiaki Shiraishi,

tenía en la época para encontrar profesionales que sirvieran el sushi en su restaurante, siempre lleno. Más de 60 años después, el sector continúa presentando problemas de mano de obra: nos resulta difícil atraer y retener el talento. Trabajar en Horeca debería ser una opción valiosa, una carrera deseada. La automatización puede ayudar a retener ese talento que buscamos y necesitamos en el sector, logrando que el trabajo diario sea sostenible y feliz, evolucionando las profesiones hacia otros perfiles donde las habilidades necesarias sean más humanas. Con la automatización, la carga de tareas pesadas y repetitivas pueden asumirla robots.

Una ventaja a favor de la automatización es que la mayoría de los sistemas autónomos plantean un uso fácil e intuitivo. Además, la automatización puede dirigirse también hacia la ultra-personalización de la oferta y de los servicios (algo, por cierto, cada vez más demandado por los nuevos consumidores-persona). Y gracias a la gestión de datos,



los programas de fidelidad entran en una nueva dimensión, una de las batallas más emocionantes que libran las grandes casas para mantener una relación de amor y fidelidad con sus clientes. La ultra-personalización a la que se puede llegar con los sistemas robotizados es fascinante. La clave está en encontrar ese punto de equilibrio en las plantillas, en el que se definan muy bien las tareas que queremos confiar a los robots y la automatización y las que haremos los humanos, con el foco en mejorar constantemente la propuesta de valor que ofrecemos al cliente: externo e interno (empleados).

### UN ROBOT EN TU COCINA

Hemos visto qué puede hacer un robot por tu restaurante de manera global pero... ¿Y en la cocina? ¿Qué puede hacer? En la cocina, un robot o un conjunto de ellos sirven para trabajar en sistemas de producción flexibles y rentables que gestionan muchas complejidades en paralelo: seguridad, higiene o trazabilidad. También sirve para cumplir de manera segura y eficiente una variedad de tareas de cocina simples y físicamente exigentes, dejando el lado divertido y creativo del trabajo al humano.

Un robot sirve en tu cocina para ayudar al cocinero, como asistente de cocina que además aprende de su entorno y adquiere nuevas habilidades a lo largo del tiempo. O para gestionar procesos de *plonge* totalmente automatizados. La automatización permite eficiencia y calidad sin concesiones, 24 horas al día, todos los días. En Horeca, significa el fin de los descansos y ahorrarse la formación de una parte de la operativa, con lo que se puede destinar ese presupuesto a otras cuestiones que aporten más valor. Asegura satisfacer fácilmente la demanda durante las horas pico del negocio, con sistemas de preparación de alimentos y bebidas totalmente personalizables, que combinan robótica, automatización y aprendizaje automático. No son pocas cosas las que puede hacer un robot en tu cocina... ¿no crees?

### ROBOTS Y NUEVOS MODELOS DE NEGOCIO

La automatización trae también consigo nuevas herramientas para nuevos modelos de negocio. Desde los Kioskos/Fresh made vending con monoproducción hasta restaurantes con una cocina robótica en la que preparar platos complejos bajo pedido. Por el momento, las limitaciones de diseño y funcionalidad solo permiten nuevos modelos de negocio basados en el monoproducción o con un solo proceso de elaboración, algo que, si bien frena el avance en cuanto a modelos más complejos, sí abre



una gran ventana para los negocios ultra-especializados.

Con sus limitaciones y todo, lo que sí parece es que los robots —que ya resultan atractivos también para los inversores— son el inicio de una gran revolución en la forma en la que procesaremos los alimentos, desde su cultivo hasta su momento de consumo. Estamos ante la gran metamorfosis de todos los procesos de la industria y pienso que, más tarde o más temprano, abarcará a todas las empresas que la forman.

### EQUILIBRIO, COOPERACIÓN Y CONVIVENCIA

Tres palabras son clave en esta metamorfosis del sector, fomentada por el avance en el desarrollo e implantación de la robótica y la automatización aplicadas a Horeca: equilibrio, cooperación y convivencia.

Equilibrio, porque como te he comentado antes, es la clave para determinar qué procesos deben automatizarse y cuáles no en un negocio Horeca. Cooperación, porque es momento de analizar los espacios del restaurante —y de cualquier negocio del sector— para adaptarlos

la operativa robótica, planteando un diseño de estos espacios desde la visión de la convivencia y cooperación robot-humana.

Y convivencia, porque es también momento de reflexionar sobre la convivencia de las personas con la robótica y la automatización en el entorno profesional, en la producción y entrega, sobre todo teniendo en cuenta que somos un sector de personas para personas. Es momento de reflexionar sobre qué tipo de relación deben tener las plantillas robotizadas con las humanas y cómo conseguir que esa relación aporte el máximo valor. Tal vez debamos inventar otro lenguaje, otra comunicación y debamos esperar de los robots que sean menos humanos (para eso ya estamos nosotros) y más eficaces y resolutivos a su manera en las tareas que les encomendemos.

Como ves, ese robot en tu restaurante del que hablábamos al principio plantea muchos retos, cambios, reflexiones y decisiones. Estamos ante un camino extraordinario. Qué mejor que recorrerlo juntos, aportando conocimiento para hacer avanzar al sector.

### WHAT DOES A ROBOT DO IN A RESTAURANT?

*In the not so distant future, robots will prepare many of the meals we eat, either independently or in the role of people's assistants. A robot or a set of them will be used to work in flexible and profitable production systems, which manage many complexities in parallel: safety, hygiene or traceability. They also allow simple and physically demanding kitchen tasks to be carried out safely and efficiently, leaving the fun and creative side of the job to the people; furthermore, they will help to reduce costs, improve and standardize quality, simplify the enterprise and reduce food waste.*

*With automation, the burden of heavy and repetitive tasks can be taken over by robots. Another advantage is that most autonomous systems are easy and intuitive to use, and that automation can also be directed towards ultra-personalization of supply and services. The key is to find that point of balance in the templates, where the tasks we want to entrust to robots and automation and the tasks that we will do as humans are very well defined.*

EL VODKA, SUS CARACTERÍSTICAS, LA FORMA EN LA QUE SE OBTIENE, LAS COSTUMBRES ASOCIADAS A ÉL Y CINCO COCTELES DE LOS YA LLAMADOS CLÁSICOS CON SUS INGREDIENTES Y LAS FORMAS DE PREPARACIÓN.

# CLÁSICOS DEL VODKA

POR: BARMAN MARCOS DOPAZO RODRÍGUEZ  
FOTOS: RAFAEL VALIENTE

**A**ntes de hablar de mezclas o cocteles con Vodka es conveniente recordar su origen y obtención así como la evolución de las creaciones de los bartenders teniendo como base esta bebida espirituosa de la cual se dice que podría ser la más consumida en el mundo.

El Vodka es originario de Rusia, se obtiene de papas o granos, siendo el trigo y la cebada los más empleados. El método seguido para su elaboración es muy simple: se escoge la mejor variedad del producto y se pone en remojo para hacer una masa líquida, agregándole una pequeña cantidad de trigo malteado para convertir el almidón en azúcar. Esta masa se deja fermentar y el resultado se destila hasta obtener una bebida de fuerza alcohólica entre 45 y 60 grados Gay Lussac.

En la preparación del Vodka no se emplea ninguna sustancia aromatizante por lo cual resulta una bebida sin sabor. También es incoloro y no requiere añejamiento, por lo tanto se puede embotellar tan pronto termina de destilarse. No obstante, hay una variedad de Vodka de color ámbar oscuro de la cual no se tiene mucho conocimiento en cuanto a su proceso de fabricación, pero a diferencia del «blanco» (incoloro), este tiene un ligero sabor, lo que hace creer o que se le ha agregado más cantidad de trigo malteado o que se ha usado el caramelo como colorante.

El Vodka también se embasa con sabor a limón, naranja, fresa, manzana, etc. Esto se ha

## Vodka Martini

**Características:** Aperitivo-Corto  
**Variedad:** Revuelto

### INGREDIENTES

Vermouth Blanco Seco 7,5 ml o ¼ de oz  
Vodka 45ml o 1½ de oz  
Hielo en cubos 180 g o 6 oz  
Una aceituna natural

### PREPARACIÓN Y ELABORACIÓN

Se pondrá a enfriar la copa, se dispondrá de los utensilios de trabajo y servicios necesarios.

En el vaso para mezclar se echará el Vermouth, el Vodka y el hielo. Se revolverá durante 30 segundos.

En una copa para coctel baja (llamada Martini) colocar la aceituna y luego colar y verter el contenido. Servir.





A pesar de que los rusos prefieren no mezclarlo, existen más de una decena de cocteles con Vodka que ya se han convertido en clásicos.



## Caipiroska

**Características:** Nocturno-Corto  
**Variiedad:** En su propio recipiente (vaso old fashion)

### INGREDIENTES

Vodka 60 ml  
Limón 15 ml  
Azúcar 15 g  
Hielo 90 g

### PREPARACIÓN Y ELABORACIÓN

Se tendrán dispuestos los utensilios de trabajo y servicio requerido. En el vaso old fashion, verter Vodka, azúcar y limón con corteza. Extraer el zumo con un mortero de madera o teflón, completar con hielo y acompañar con pajillas  $\frac{3}{4}$ .

## White Russian

**Características:** Nocturno-corto  
**Variiedad:** Batido

### INGREDIENTES

Vodka 60ml  
Licor Kahlua 15 ml  
Crema de Leche 15 ml  
Hielo 60 g

### PREPARACIÓN Y ELABORACIÓN

Disponer de los utensilios de trabajo y servicios requeridos. En el vaso de la coctelera, echar los ingredientes y batir durante 20 segundos. Servir colado en copa para coctel baja (llamada Martini). Acompañar con pajillas  $\frac{3}{4}$ .



puesto muy de moda en el mercado y en el uso de la coctelería por los bartenders. De hecho, en Rusia se llama Vodka no solamente al compuesto de etanol y agua, sino también a muchos licores de frutas y destilados con sabor a cereal, lo cual lo hace un nombre muy genérico, como lo es para los ingleses el «spirit», que sirve para designar cualquier destilado.

Además de en Rusia, se fabrican vodkas en Polonia, Checoslovaquia y en algunos países balcánicos, así como en Francia, España y Estados Unidos, teniendo gran demanda en este último país. A la hora de beberlo, los rusos no le ponen hielo sino que enfrían la botella entera y el vaso en el que se va a servir, lo acompañan siempre con entremeses (zakuski), a la vez que pronuncian muchos brindis (tost), de los cuales el más famoso es Na zdaróvie, que significa salud, y prefieren no mezclarlo jamás.

No obstante, en el mundo hay famosos cocteles —hoy clásicos— preparados con Vodka como bebida básica. Las mezclas con Vodka son famosas desde la década de los 40 y 50 del pasado siglo xx, desde entonces este gusto fue desplazando las mezclas con ginebras.

Son muchas las recetas que existen con Vodka, han pasado al listado de los famosos clásicos mundiales, por mencionar algunos, el Bloody Mary, Vodka Martini, Vodka Tonics, Screw Driver, Flips con Vodka, Caipiroska, White Russian, Black Russian, Vodka Punch, Green Spider, Nuevo Mundo, Green Hope, Roberta, Blue Lagoon, Godmother, Harvey Wallbanger, Vodkatini, White Spider, Vittorino Cocktail, Aries, Cáncer, Libra, Sagitario, Acuario, Piscis, Barbara Drink, Capri Rosé, Chanel y Gulliver Cocktail, entre otros.

## VODKA CLASSICS

*Vodka stems from Russia and is obtained from potatoes or grains, with wheat and barley being the most commonly-used ingredients in its preparation. To make it is not used any flavoring substance, so it is a drink without flavor. It is also colorless and does not require aging, so it can be bottled as soon as it is finished.*

*In addition to Russia, vodkas are made in Poland, Czechoslovakia and some Balkan countries, as well as in France, Spain and the United States, where it is in great demand.*

*In Russia, vodka is called not only the compound of ethanol and water, but also many fruit liqueurs and cereal-flavored distillates, which makes it a very generic name. Worldwide, there are famous cocktails prepared with vodka as a basic drink, among them, Bloody Mary, Vodka Martini, Screw Driver, Caipiroska, White Russian and Black Russian.*



## Black Russian

**Características:** Nocturno-corto  
**VariEDAD:** Batido

### INGREDIENTES

Vodka 60ml  
Licor Kahlua 15 ml  
Hielo 60 g

### PREPARACIÓN Y ELABORACIÓN

Disponer de los utensilios de trabajo y servicios requeridos.

En el vaso de la coctelera, echar los ingredientes y batir durante 20 segundos.

Servir colado en copa para coctel baja (llamada Martini). Acompañar con pajillas  $\frac{3}{4}$ .

**Características:** Refreshante-Largo  
**VariEDAD:** En su propio recipiente (vaso de 10 oz)

### INGREDIENTES

Jugo de naranja 100 ml  
Vodka 60ml  
Hielo 58 g  
Rodaja de naranja

### PREPARACIÓN Y ELABORACIÓN

Disponer de los utensilios de trabajo y servicios requeridos.

En el vaso de 10 onzas, verter el Vodka, jugo de naranja y completar con hielo. Revolver con la cucharilla. Decorar con rodaja de naranja y acompañar de removedor y absorbente.

## Screw Driver

*CubaRon*  
*...el productor original...*



**11-13**

**Varadero**

**JUNIO**

[www.cubaron.com](http://www.cubaron.com)



@CubaRonS.A

@RonSantiagoDeCubaOficial

@FestivalRonCubaOficial

@RonCubayOficial

@RonPerlaDelNorteOficial

@RonIslaDelTesoroOficial

MANJAR DE ZARES Y COMIDA DE POBRES EN ÉPOCA DE CERVANTES, LAS HUEVAS DEL ESTURIÓN HEMBRA ANTES DE SER FECUNDADAS SON HOY UN LUJO AL PALADAR. DE SU HISTORIA, CONSUMO, SUCEDÁNEOS Y VARIANTE ECOLÓGICA ENTÉRESE AQUÍ.

# El Caviar

PERLA DE LA GASTRONOMÍA SELECTA

POR: JULIO VALLES ROJO, PRESIDENTE DE LA ACADEMIA DE GASTRONOMÍA DE CASTILLA Y LEÓN (ESPAÑA)  
FOTOS: ARCHIVO EXCELENCIAS

**D**urante muchos años, especialmente desde mediados del siglo XVIII, el caviar ha sido una de las estrellas de la gastronomía, sobre todo en el hemisferio norte. No obstante, ha tenido una rica y extensa historia ya que los esturiones son peces de la era de los dinosaurios, pero es más conocido a partir de que los persas empezaron a consumir sus huevas, es decir el caviar salado, procesado como se hace actualmente y procedente del mar Caspio, en la creencia de que tenía propiedades medicinales. La palabra caviar procede del persa *khav-yar*, que significa algo así como alimento de fuerza. Aristóteles cita que estaba presente en banquetes griegos siglos antes del comienzo de la era cristiana y los romanos del viejo imperio

también le consumieron, cómo no, porque le suponían propiedades curativas, quizá como influencia de los persas. En todas estas épocas también se consumía la carne del esturión.

Muchos siglos después, hacía 1240 en la época de Ghengis- Khan, se datan escritos sobre el consumo de caviar, y en el siglo XIV en Inglaterra se consumía el esturión solo por miembros de la corte real, aunque no consta que lo hicieran con el caviar. En mi libro sobre la Gastronomía en la época de Cervantes destacaba una cita que el propio Cervantes hace sobre el caviar en *El Quijote*: *como un manjar negro*

*hecho de huevos de pescado, y añade que es un gran despertador de la colambre, es decir, se comía como aperitivo y llamativo de la sed, lo que determinaba que también era probablemente salado. Algo más hay que indicar de esta cita de Cervantes para destacar que los comensales del caviar eran gente de baja calidad económica, y se ha constatado que a finales del siglo XVI, en España, era comida de rústicos y trabajadores del sur de la península, lejos de las costumbres más antiguas en Oriente y la zona rusa donde era propio de la Aristocracia.*

No es posible, por la extensión de este artículo, señalar en profundidad la historia de su producción y consumo desde mediados del siglo XIX, no solo en Europa y el oriente próximo, sino también el de Estados Unidos, pues a finales

de ese siglo, existía al parecer más comercio de caviar hacia Europa desde Estados Unidos que desde Rusia.

En la actualidad este manjar negro, que son las huevas del esturión hembra antes de ser fecundadas, se sirve generalmente siguiendo los cánones que para su consumo se adoptan en los siglos XIX y XX, es decir, se consume generalmente solo, tomándole de un recipiente de cristal que se coloca encima de una base de hielo picado con el fin de que adquiera una temperatura próxima a los 10 °C. y se coloca sobre una rebanada de pan, de ser posible con una cucharilla de nácar, a la que se le untan una mantequilla salada al gusto y pocas veces con otros añadidos como limón y, raramente alguna salsa, pues de lo que se trata es de degustarlo en su expresión más natural. Esta forma de comerlo está cambiando, ya que últimamente se impone tomarlo poniéndole sobre el dorso de la mano precisamente para calentarlo ligeramente lo que comporta apreciarlo en toda su soledad que, algunos dicen, es su mejor compañía. Igualmente, la bebida recomendada ha sido el champagne como imposición francesa desde *La Belle Époque* y el vodka muy frío por la influencia rusa, aunque ahora, en aras a unos gustos más diversos, se le armoniza muy bien con vinos blancos secos.

En cuanto a su calidad, debo a mi amigo y gran gastrónomo Pepe Barrena el conocimiento de un truco que usaban los zares rusos para comprobarla. Tal truco consistía en poner una bola de oro del tamaño de una cereza sobre el caviar, si esta se

quedaba en la superficie era de gran calidad porque denotaba una consistencia firme tal como también en la actualidad se exige al producto.

Hoy en día el caviar no procede ya de las grandes zonas productoras del Mar Caspio y Mar Negro de países como Rusia, Irán o Azerbaiyán, pues debido a que durante décadas los esturiones salvajes fueron pescados sin control se ha llegado a casi una completa extinción. Esto ha provocado la prohibición de comercializar cualquier tipo de esturión salvaje. Todo el caviar que se consume y se comercializa legalmente procede de instalaciones de aguas naturales donde se consiguen condiciones muy parecidas a cómo viven las especies salvajes, lo que da lugar a un producto de calidad controlado por el convenio CITES (*Convention on International Trade in Endangered Species of Wild Fauna and Flora*). En estas instalaciones se cuidan los esturiones con verdadero mimo, y una vez obtenidos los huevos se procede a una muy cuidada elaboración, pasando por un proceso de clasificación según su tamaño, su color y su consistencia y firmeza después del lavado y tamizado y el consiguiente y delicado salado para potenciar su sabor.

Estas piscifactorías se encuentran en varios países europeos, pero el primer caviar ecológico del mundo es elaborado en España, en Riofrío, donde se comenzó este proceso hace 50 años y, en todo caso, con esturiones de más

de 18 años. Se comercializa en tarros de vidrio o en latas protegidas de acuerdo con su calidad y el tiempo que se precise de conservación. El precio varía según el país de origen, tamaño, olor, transparencia, elaboración y color de las perlas debido a diferentes especies de esturión y algún tipo de maduración. La latas y tarros llevan gomas de diferente color que nos expresa el tipo de caviar; así la de color azul es Beluga, la de color amarillo es Osetra, la de color rojo Sevruğa y la de color dorado Imperial, una variante del Osetra.

El elevado precio del caviar hace que actualmente se comercialicen otros huevos procedentes de varios tipos de pescados como el salmón, mújol, bacalao, o trucha, e incluso de caracoles de tierra, con diferentes tamaños y colores, unos naturales y otros teñidos.

En el año 2004 Ferrán Adriá, en su restaurante El Bulli, sorprendió una vez más a todos con una nueva técnica: *la esferificación*, convirtiendo un melón en un trampantojo de caviar que luego otros han copiado haciendo perlas con forma de huevos de caviar con varios productos como aceite o tinta de calamar entre otros. Todo ello en una pretendida ilusión por sustituir, al menos en la forma o el aspecto, un producto insustituible.

Evidentemente, estos sucedáneos no tienen la calidad excelsa y delicada del verdadero, y esperamos seguir disfrutando del que producen las modernas piscifactorías en muchos lugares del mundo como Estados Unidos, Francia, Uruguay, Alemania y, desde luego, del primer ecológico de Riofrío en España.

## CAVIAR: THE PEARL OF SELECT GASTRONOMY

*For many years, especially since the mid 18th century, caviar has been one of the stars of gastronomy, especially in the northern hemisphere. It has been noted that in the late 16th century, in Spain, it was the food of the poor and the workers of the south of the peninsula, far from the most ancient customs in the East and the Russian area, where it was typical of the aristocracy.*

*Today caviar no longer comes from the large producing areas of the Caspian Sea and Black Sea in countries such as Russia, Iran or Azerbaijan; because for decades wild sturgeon were fished out of control, they have almost completely disappeared.*



# ¿EL MÁS UNIVERSAL DE LOS ALIMENTOS?

SÍMBOLO DE RIQUEZA PARA ALGUNOS, MISTERIO O FERTILIDAD Y AMOR PARA OTROS, EL PESCADO ES UNO DE LOS ALIMENTOS QUE MÁS SE HA RELACIONADO CON LA CULTURA Y EL ARTE, LA TRADICIÓN Y LO POPULAR.



POR: JORGE MÉNDEZ RODRÍGUEZ - ARENCIBIA. PRESIDENTE EJECUTIVO. CÁTEDRA CUBANA DE GASTRONOMÍA Y TURISMO

**T** tiempo, cronologías y trascendencia cultural determinan, en gran medida, la universalidad de las cosas. Así ocurre con las criaturas acuáticas. «Desde que el mundo es mundo», como suele decirse en lenguaje coloquial, ha predominado la presencia de las aguas en el planeta Tierra y se calcula que en la actualidad aproximadamente un 97% de ellas corresponde a los océanos y casquetes polares del Ártico y la Antártida; sin obviar que las llamadas aguas dulces también constituyen hábitat de diversas especies acuáticas. La Astronomía y la Astrología también tienen partes vinculadas a estas. Tal es el caso de la constelación identificada como Piscis, que se asocia con Atargatis, diosa siria del amor y a la que se profesaban cultos de fertilidad, *híbrida de mujer y pez, la cual se asume como probable inspiración de sus homólogas Afrodita (griega) y Venus (romana)*. También se encuentra Piscis, número trece y última de las constelaciones zodiacales, representada por dos peces y que simboliza el flujo de las aguas.

El término *yu*, en idioma chino, expresa pez, pescado, a la vez que es homónimo de riqueza o abundancia, por asociarse con la magnitud geográfica de las aguas marinas y fluviales. Por tal motivo, es costumbre en la cultura asiática adornar espacios con peces propiciatorios, al igual que la presencia de pescado en las comidas familiares para recibir el Año Lunar chino o Fiesta de la Primavera. En tales ocasiones, tiene especial significación. Por atribuírsele poderes míticos para ahuyentar los malos espíritus y atraer la buena suerte, posee ciertos rituales de consumo, ya que en la víspera del nuevo año no se come completo —aunque se acostumbra a cocinarlo y presentar en la mesa el ejemplar entero—, dejando para el día siguiente (primero del año entrante) la cola y la cabeza como expresión de esperanzadora continuidad del bienestar.

En el antiguo Egipto fue bocado muy preciado el mujol, de cuyas huevas se elabora la botarga, consumida hasta la actualidad en diferentes naciones del Mediterráneo. Sin embargo, también se asociaba a los peces con algo maligno, quizá porque vivían en las profundidades de las aguas, «acusándolos» de misteriosos; o porque, debido al intenso calor, al estar fuera del agua, se descomponían rápidamente cuando no eran conservados por desecación y salazón, provocando fuerte fetidez. De allí que se consideraran como reencarnación de Seth, una deidad del inframundo.

La Santa Biblia refiere el milagro obrado por Jesús con la multiplicación de los panes y los peces, para dar de comer a miles de personas, «a partir de siete panes y unos pocos pescados». Este pasaje aparece escrito por cuatro evangelistas: Mateo 14, 13-21; Marcos 6, 30-44; Lucas 9, 10-17 y Juan 6, 1-15. Igualmente, vinculado al cristianismo, se encuentra el vocablo *Ichthys*, proveniente del griego, el cual, según la iconografía paleocristiana, equivale a las siglas de Jesús, Cristo, Hijo de Dios y Salvador, lo que motiva el empleo de la silueta de un pez entre los símbolos alusivos a esta religión.

Considerado como el segundo texto más leído de la literatura universal, después de la Santa Biblia, se encuentra *El Ingenioso hidalgo Don Quijote de La Mancha*, monumental obra escrita en lengua castellana por Miguel de Cervantes y Saavedra (España, 1547-1616). En

esta joya de la narrativa mundial, aparece en su primera parte cuatro veces la palabra pescador y en la segunda, seis; así como un ilustrativo fragmento sobre los pescados: «Cualquiera yantaría yo —respondió don Quijote—, porque, a lo que entiendo, me haría mucho al caso. A dicha, acertó a ser viernes aquel día, y no había en toda la venta sino unas raciones de un pescado, que en Castilla llaman abadejo, y en Andalucía bacallao, y en otras partes curadillo, y en otras, truchuela. Preguntáronle si por ventura comería su merced truchuela, que no había otro pescado que darle a comer». Sirva el propio ejemplo para referir la prohibición católica de comer los viernes otras carnes que no fuera pescado, dogma que se mantuvo impuesto hasta 1965 y suprimido a partir de realizarse el Concilio Vaticano II (1962–1965) y la Conferencia Católica de Estados Unidos en 1966.

También, por cierto, en *El Ingenioso Hidalgo...*, *II Parte*, se hace referencia a uno de los más selectos bocados de la alta cocina internacional: «Pusieron asimismo un manjar negro, que dicen que se llama *cabial*, y es hecho de huevos de pescados, gran despertador de la colambre».

Varios proverbios y refranes apelan a peces y pescados para ilustrar sus simbolismos y lecciones de sabiduría popular y filosofía callejera: *Comprar pescado y cogerle miedo a los ojos; No todos los peces se comen en abril ni la yuca se saca en mayo; El pez muere por la boca; El pez nace en el agua pero el pescado debe morir en el aceite; El pez grande se traga al pez chiquito. Para decir mentiras y comer pescado con espinas, hay que tener mucho cuidado.*

Indeleble en el sentido costumbrista y representativo del carácter vernáculo, por lo constantemente evocada, resulta una antológica pieza musical, cuya estrofa inicial dice: De La Habana te traigo un reca'ó / y me han dicho que a ti te lo dé: / Si me pides el pesca'ó, te lo doy / Si me pides el pesca'ó, te lo doy / ¡Te lo doy, te lo doy, te lo doy! Como ocurre con casi todo por los trópicos caribeños, nada ausente de picardía o «doble sentido», se presenta esta composición, considerada como suerte de música de ida y vuelta, por las recíprocas influencias entre melodías, acordes y modos de dicción de españoles y cubanos. Si bien por una parte se atribuye su sonoridad de rumba flamenca a José Núñez Meléndez (Sevilla, 1887–Madrid, 1980), más conocido como «Pepe, el de la matrona», en Cuba es igualmente famoso el danzón Si me pides el pesca'ó, te lo doy, compuesto por Eliseo Grenet Sánchez (La Habana, 1893–1950). Ambos, por cierto, con la distintiva particularidad de los cantos flamencos y del habla cotidiana en buena parte del contexto cultural iberoamericano, consistente en la pérdida de la consonante intervocal, por lo general al final de la palabra y correspondiente a la letra d. En Cuba, esta realidad lingüística es resultado de la influencia andaluza, hasta finales de la primera mitad del siglo xvii y a partir de la segunda mitad del propio siglo, resultante de la inmigración de naturales de Islas Canarias.

### THE MOST UNIVERSAL OF FOODS?

*A token of wealth for some, mystery or fertility and love for others, fish is one of the foods that has been most closely associated with culture and art, tradition and the popular.*

*An example of this is the constellation identified as Pisces, which is associated with Atargatis, Syrian goddess of love and hybrid of woman and fish, which is assumed to be the probable inspiration for her counterparts Aphrodite (Greek) and Venus (Roman). The term yu, in Chinese, expresses fish, fish, while at the same time it is homonymous with wealth or abundance. For this reason, it is customary in Asian culture to decorate spaces with fish, as is the presence of fish in family meals to welcome the Chinese Lunar Year or Spring Festival.*

Nuestras  
publicaciones  
ahora en  
texto y audio



+ información  
+ rápido  
+ fácil acceso  
+ seguro



APP EXCELENCIAS



DESCÁRGUELA GRATIS YA

[www.revistasexcelencias.presreader.com](http://www.revistasexcelencias.presreader.com)

CIEGO MONTERO

Refresca su imagen

2020

25 Aniversario

[www.lasportales.cu](http://www.lasportales.cu)  
[facebook.com/lasportalescuba](https://facebook.com/lasportalescuba)



DE SUS CUALIDADES,  
LOS BENEFICIOS QUE  
APORTA Y LOS DETALLES  
QUE HAY QUE TENER EN  
CUENTA A LA HORA DE  
PESCAR, ADQUIRIR O  
PREPARAR EL PESCADO,  
NOS CUENTA ESTE  
TEXTO. CUATRO RECETAS  
LO ACOMPAÑAN; BUEN  
PROVECHO



# SI PIDES PESCADO...

POR: JORGE MÉNDEZ RODRÍGUEZ-ARENCEBIA. PRESIDENTE EJECUTIVO. CÁTEDRA CUBANA DE GASTRONOMÍA Y TURISMO.

FOTOS: DANILO ENRIQUEZ & ARCHIVO EXCELENCIAS

**M**ás de un milenio ha transcurrido y la sentencia que encabeza el presente trabajo mantiene total vigencia, acusando absolutas realidades existenciales. En dieciocho palabras, resume la integralidad del hombre como criatura bio-sico-social: desde el acto de comer, en su carácter de suprema necesidad fisiológica, advierte también la ineludible alternativa de servirse de la naturaleza y los imperativos que presupone formar parte de la humanidad.

Su consumo propicia una dieta sana y balanceada, pues posee una significativa fuente de nutrientes, según la especie, edad, época y lugar de captura. De bajo contenido calórico y alto valor proteico —entre 15 y 23%— también aporta vitaminas hidrosolubles y liposolubles, como A, B1, B2, B3, B12, D y E, al igual que determinados minerales como el hierro, fósforo y calcio. Los de carne grasa o azul, son ricos en ácidos

*Las circunstancias imperantes en la modernidad han enaltecido los valores del pescado, especialmente por sus beneficios y preservación de la salud.*

grasos polinsaturados Omega 3, a lo que actualmente se le atribuyen propiedades que disminuyen los factores de riesgo de dolencias cardiovasculares.

Las circunstancias imperantes en la modernidad han enaltecido los valores del pescado, especialmente por sus beneficios y preservación de la salud. En varios momentos de las últimas tres décadas, con el acontecer de varios factores concurrentes, se han limitado las opciones de alimentación humana, al aparecer extendidas epidemias que han afectado a animales productores de carne, como encefalopatía espongiforme bovina, popularmente conocida como «enfermedad de las vacas locas»; y la gripe aviar, que afecta a varias especies de aves, entre ellas los pollos y otras de crianza. Por otra parte, en 2015 la Organización Mundial de la Salud (OMS) advirtió respecto a los riesgos de comer carne de vacuno, como potencialmente cancerígena. Todo ello, provocó una casi obligada alternativa por los productos marinos, en tanto que lógico aumento de sus precios, pues asimismo coincidió con una sobre explotación, a nivel mundial, de la actividad pesquera. Otra razón más, entonces, para pagar por las bien conocidas bondades nutricionales y gustativas de dichos preciados manjares.

No obstante, este alimento de origen acuático, tanto marino como fluvial y los resultantes de la piscicultura,

*De bajo contenido calórico y alto valor proteico, el pescado también aporta vitaminas hidrosolubles y liposolubles como A, B1, B2, B3, B12, D y E, al igual que determinados minerales, como el hierro, fósforo y calcio.*

## Pudín de pescado

### INGREDIENTES:

Pescado de carne blanca (masa) 1,2 kg  
Cebolla pequeña 1 unidad  
Hoja de laurel 1 unidad  
Rebanadas de pan de molde (de leche) 3 unidades  
Leche (fluida) 150 ml  
Papas 460 g  
Cebolla mediana 1 unidad  
Mantequilla 40 g  
Perejil, al gusto  
Huevos 5 unidades  
Sal, al gusto  
Pimienta molida blanca, al gusto

### ELABORACIÓN:

Salcochar el pescado con la cebolla pequeña y la hoja de laurel. Dejarlo refrescar, desmenuzarlo bien y verificar que no le queden espinas ni piel. Salcochar las papas y reducir las a puré. Mezclar las papas con el pescado y añadirle el pan mojado en leche. Picar finamente la cebolla mediana y sofreírla en la mantequilla con el perejil (también finamente picado). Puntear de sal y pimienta blanca. Verter la mezcla en un molde y hornearlo a fuego medio durante hora y media. Cuando quede bien cocinado, dejarlo refrescar, enfriarlo, desmoldarlo y servir. Acompañar de mayonesa y decorar con aceitunas y encurtidos.





## **INGREDIENTES:**

4 ruedas de pescado de carne azul 800 g  
Sal, al gusto  
Pimienta blanca molida, al gusto  
Aceite de oliva 150 ml  
Cebolla grande 1 unidad  
Pimiento rojo y verde 1 unidad de c/u  
Diente de ajo 6 – 8 unidades  
Vinagre de vino blanco 25 ml  
Hojas de laurel 2 hojas  
Sal, al gusto  
Pimienta blanca molida, al gusto  
Zumo de limón 50 ml  
Perejil, al gusto

## **ELABORACIÓN:**

Disponer de cuatro ruedas de pescado, preferentemente aguja (pez vela), emperador, castero, sierra o jurel y salpimentarlas. Sellar las ruedas en el aceite caliente durante 5 a 7 minutos, hasta dorarlas bien por cada cara y reservarlas. Pelar y cortar en aros la cebolla. Eliminar la base del pedúnculo o tallo, semillas y partes blancas o nervaduras de los pimientos y cortarlos en juliana o tiras de mediano grosor. Pelar y cortar en láminas finas los dientes de ajo. En recipiente adecuado de cristal, loza o barro, preparar una marinada con las anteriores hortalizas, añadiéndole el zumo de limón, el vinagre y el aceite de oliva. Espolvorear por encima con el perejil finamente trinchado. Puede añadirse rodajas de piña, dándoles previamente un ligero hervor, así como aceitunas sin hueso. Introducir las ruedas en la marinada y dejarlas reposar en frío durante 48 horas.

## **Escabeche de pescado**



práctica cada vez más difundida, tiene riesgos que deben ser tenidos en cuenta. Tal es el caso de la ciguatera, manifestación toxicológica contraída por los peces al ingerir ciertas sustancias contaminadas durante su ciclo alimenticio; y, por consiguiente, es contraída por las personas que los consumen. Aunque es endémica de las regiones tropicales y subtropicales, hoy en día también se reporta en otras áreas del orbe. Con estadísticas un tanto imprecisas, presenta mayor prevalencia en el Caribe insular, costa sur de los Estados Unidos de Norteamérica y mares indo-pacíficos, además de adolecer de sub-diagnósticos cuando es detectada. La mortalidad resultante es de un 5% de los casos reportados, generalmente por paros respiratorios precedidos por una sintomatología característica, manifestada en diarreas, vómitos, náuseas, fatigas, dolores musculares, taquicardia e hipotensión arterial, unido a sensaciones térmicas invertidas y hormigueo en los labios y la lengua.

En general, en el momento de pescar o adquirir pescados, se recomienda observar en estos los detalles que a continuación se explican para conocer su calidad y posibles alteraciones: colores vivos; cuerpo húmedo, pero no baboso; carne firme al tacto, que no se queden los dedos marcados en ella al oprimirla; agallas rojas; escamas resistentes al tratar de desprenderlas con los dedos; ojos brillosos, no vidriosos; olor a fresca, lo mismo si son de mar que de agua dulce. También es recomendable que tan pronto se capturen y se extraigan del mar, deben eliminárseles las agallas y las vísceras, las cuales aceleran la descomposición; pero no las escamas, ya que les protegen el cuerpo.

Diversas elaboraciones culinarias a base de pescados y mariscos suelen consumirse crudas, como son los ceviches, los sushis y otras típicas de las cocinas asiáticas

*Diversas elaboraciones culinarias a base de pescados y mariscos suelen consumirse crudas, aunque, por lo general, se les adiciona una fuerte carga de ácidos o picante para «cocinarlos».*

Ceviche de pescado (estilo peruano)

#### INGREDIENTES:

Pescado fresco, de carne blanca y firme 1 kg  
Ají pimiento, mediano (verde, rojo y amarillo) 1  
unidad de c/u

Limón mediano 10 unidades

Diente de ajo 1 unidad

Cebolla roja, mediana 1 unidad

Sal, al gusto

Pimienta blanca molida, al gusto

#### Para decorar:

Batata dulce, camote o boniato, grande 1  
unidad

Hojas de lechuga fresca 8 unidades

Cilantro fresco 8 ramitas

Mazorca de maíz (choclo o elote) tierno 1  
unidad

#### ELABORACIÓN:

Cortar el pescado en jardinera (dados) de 2 a 3 centímetros. Quitar base del pedúnculo o tallo, semillas y partes blancas o nervaduras interiores de los pimientos y cortarlos en juliana (tiras) de mediano grosor. Frotar bien los dados de pescado con los ajíes, para impregnarles bien sus aromas y sabores. Exprimir sobre estos ingredientes el zumo de los limones, de modo que casi cubra la elaboración. Añadirle la sal, la pimienta blanca, el ajo pelado y finamente picado, la cebolla pelada y cortada en rodajas finas y un poco de cilantro picado. Enfriar esta composición y dejarla en reposo durante 3 minutos, aproximadamente, servir sobre lecho de hojas de lechuga, unos trocitos del boniato previamente hervido, una o dos ramitas de cilantro; y al centro, una rodaja de la mazorca de maíz, previamente cocinado. (2)



donde por lo general se les adiciona una fuerte carga de ácidos o picante para «cocinarlos» en dichas sustancias. En realidad, lo que se provoca es disminuir el índice de pH y aumentar la acidez, lo que reduce las probabilidades de presencia de bacterias. Sin embargo, se asegura mejor la inocuidad de estos productos cuando se hacen bien cocinados (término de cocción bien hecho o *well done*). Y no se apene, querido lector, en acompañar su pescado asado o frito con una aromática rodaja de limón. Se sentirá más del Nuevo Mundo que de otros mundos.

**Figura cimera de la filosofía china (551-479 a.C.)**

Es una de muchas recetas para elaborar el ceviche en Perú. Varía según regiones y localidades de esta nación sudamericana. Originalmente, se emplea el ají limo, que es picoso. Por eso, se sustituye por ají pimiento, pudiéndose adicionar al gusto de los comensales, algún tipo de chile o aderezo picante.

**IF IT'S FISH YOU ASK FOR...**

*Fish consumption promotes a healthy and balanced diet, as it has a significant source of nutrients, depending on the species, age, time and place of capture. Low in calories and high in protein, it also provides water-soluble and liposoluble vitamins, as well as certain minerals such as iron, phosphorus and calcium. Those of fatty or blue meat are rich in Omega 3 polyunsaturated fatty acids, which are currently attributed with properties that reduce the risk factors of cardiovascular diseases.*

*Several culinary preparations based on fish and seafood are usually consumed raw, such as ceviche, sushi and other typical of Asian cuisine, where they are usually added a strong load of acids or spicy to "cook" them in these substances. We comment in this text on their qualities, the benefits they provide and the details that must be taken into account when fishing, buying or preparing fish.*

**INGREDIENTES:**

- Pescado salado o fresco 800 g
- Aceite vegetal 50 ml
- Ají pimiento mediano 3 unidades
- Cebolla mediana 2 unidades
- Diente de ajo 8 unidades
- Salsa de tomate 500 ml
- Vino seco 60 ml
- Pimienta blanca molida, al gusto
- Sal, al gusto

**ELABORACIÓN:**

Con pescado seco, dejarlo en agua de remojo durante 24 horas, con un poco de sal y azúcar, para desalarlo. Cambiarle el agua dos o más veces. Con pescado fresco, descamarlo, limpiarlo y hervirlo ligeramente en agua. Extraerlo del agua, escurrirlo y dejarlo refrescar. Retirarle las espinas y la piel. Desmenuzarlo. Pelar la cebolla, lavarla y cortarla en jardinera pequeña. Quitar base del pedúnculo o tallo, retirarle las semillas y las partes blancas o nervaduras interiores de los pimientos y cortarlos en juliana fina. Pelar los dientes de ajo y cortarlos finamente. Sofreír los pimientos, las cebollas y los dientes de ajo. Añadir la salsa de tomate y a continuación las masas de pescado. Puntear de pimienta y sal. Perfumar con vino seco. Retirar de la cocción y mantenerlo tapado unos 5 minutos. Servir en fuente o en platos llanos individuales, acompañado de arroz blanco y boniato hervido. En sustitución de los pimientos, puede utilizarse ají de cocina, chay o cachucha. Rinde para 4 comensales.



# ALIMENTOS 2.0

FERIA INTERNACIONAL DE ALIMENTACIÓN,  
BEBIDAS Y TECNOLOGÍA ALIMENTARIA

CUBA

**19-21 DE MAYO 2020**

RECINTO PABEXPO - LA HABANA

## LA INDUSTRIA ALIMENTARIA CUBANA EVOLUCIONA



Auspiciado por:



Organizado por:



¿CON CERVEZA? LA DE  
COMBINACIONES QUE  
TAMBIÉN REALZAN EL  
PLACER DEL SABOR.  
NUEVAS AVENTURAS PARA  
ATREVERSE A MARIDAR  
CON LA CORONADA DE  
ESPUMA Y SEGUIR SIENDO  
GOURMET

### Postres

Las cervezas Belgian Ale son similares a las cervezas Inglesas Pale Ale y son consideradas bebidas digestivas. Se disfrutan después de la comida con quesos o postres. Las cervezas Malt son más dulces en sabor y complementan a la perfección las salsas barbacoa dulce. Una delicatessen podría considerarse un postre de chocolate con una cerveza negra stout, y plátano con teja de semilla con helado de naranja y canela. Los postres con chocolate combinan muy bien con la cerveza negra.

VIENE BIEN  
*con* CERVEZA

Los maridajes gastronómicos con la cerveza como estrella son aún un firmamento por descubrir. Mucho se ha escrito acerca de un tema que apasiona tanto a miembros directos de la industria como a restauradores y, por supuesto, a los consumidores, que son en definitiva quienes experimentan la riqueza de las sensaciones aportadas por las armonías y contrastes sugeridos por cocineros, sommeliers y restauradores; pero todavía hay más.

En líneas habituales podemos decir que la cerveza marida perfectamente con los

platos en los que vencen los ácidos como los escabeches, o en los que encontramos tomate; con las ensaladas, salpicones y marinados aliñados con vinagretas, algunas verduras e incluso con salsas a base de mostaza. Los platos muy especiados y con picante como los de la cocina mejicana, japonesa o platos con ajo y pimentón como el chorizo; los agridulces en la cocina oriental y la adición de mostaza y ketchup a las hamburguesas hacen de la cerveza el acompañamiento indispensable.

Los ahumados y los marinados encuentran en la cerveza la compañera ideal

así como en muchos embutidos. Y en cuanto a las grasas, la cerveza es buena compañera para acompañar platos de fritos, pescados azules, huevos y quesos. Sabores amargos, como las alcachofas y las endibias se equilibran con cervezas con cuerpo. Además, todos aquellos platos que se elaboren con cerveza pueden ser escoltados con la misma.

No obstante, existen otros atractivos que la cerveza ofrece al público ávido de nuevas emociones y con muchas ganas de experimentar.



## Carnes

**CERDO.** Debido a su alto contenido en grasas combina bien con cervezas estilo Lager o Pilsen. Se recomienda la elección de cervezas ligeras y suaves para acompañar las carnes de cerdo grasas.

**EMBUTIDOS.** Las de cuerpo para embutidos cocidos y ahumados y algo peor con los de curación natural aunque una cerveza ligera y suave va perfectamente con el chorizo.

**VACA O BUEY.** Hechas a la brasa combinan bien con cervezas rubias, ligeras y suaves. Las de Buey con Lager e incluso algunas Ale.

**CORDERO.** Dependerá de la forma en la que esté confeccionado. (argumentar o eliminar)

**POLLO.** La cerveza es más fuerte que los sabores suaves de las aves de corral por lo que se utilizará si está presente en el guiso o si se utilizan ácidos o especias en su elaboración.

## Quesos

Se pueden mezclar quesos cremosos y frescos con cervezas sin alcohol que puede dar una buena referencia para este nuevo tipo de bebida y con cervezas Lager-Pilsen. Los semicurados y los ahumados se pueden mezclar con Lager especiales además de los curados con cervezas de abadía. Cuando los quesos ganan mayor maduración y son más añejos requieren cervezas de mayor grado y cuerpo.

## Pescado

**PESCADO AZUL.** Por su alto contenido en grasa armoniza muy bien con la cerveza. Es perfecta para los ahumados, pescados en salazón, carpaccios de pescados azules, marinados, a la espalda, los escabeches, las frituras y las conservas.

## Mariscos

La suavidad de las cervezas claras combina perfectamente tanto con el marisco, los moluscos al vapor y los cefalópodos.

## Verduras

A pesar de que podría ser embarazoso establecer maridajes entre verduras y determinadas bebidas, las cervezas suaves suelen casar bien.

En las elaboraciones a base de tomates, la cerveza combina muy bien y es excelente para las verduras amargas como la alcachofa, que siempre da la nota con cualquier bebida. Los espárragos combinan muy bien con cervezas ligeras.

Los gazpachos con su contenido en ácido combinan muy bien con cervezas *Lager*. Las cervezas de cuerpo medio y ligeras maridan muy bien con todo tipo de ensaladas si estas son amargas combinarán mejor con las de más cuerpo, pero de poco amargor.

### THEY MATCH WELL WITH BEER

*Beer pairs perfectly with dishes in which the acids win out, such as pickles, or in which we find tomatoes; with salads, splashes and marinades seasoned with vinaigrettes, some vegetables and even with mustard-based sauces. Very spicy dishes, such as those of Mexican and Japanese cuisine or dishes with garlic and paprika, such as sausage; sweet and sour dishes in Oriental cuisine and the addition of mustard and ketchup to hamburgers make beer the indispensable accompaniment.*

*Smoked and marinated foods find beer the ideal companion, as well as many sausages. As for fat, beer is a good companion for fried foods, blue fish, eggs and cheese. Bitter flavors, such as artichokes and endive, are balanced by full-bodied beers. In addition, all those dishes that are made with beer can be escorted with it.*



# COMBO

HOTELES ROC + TRASLADOS FULL



+



+



**XCELENCIAS**  
**Travel**

+53 5 280 3445 / +53 7 871 4087 (CUBA)

+34 91 556 0040 (ESPAÑA)

+53 5 279 7383 



*Embothrium  
coccineum o flor  
del Notro*

# Flora y GASTRONOMÍA

## EN LA PATAGONIA DE CHILE

POR: JAIME CISTERNA, COCINERO EJECUTIVO  
FOTOS: CORTESÍA DEL AUTOR

### BIODIVERSIDAD, EQUILIBRIO Y FORTALEZA DEL ECOSISTEMA

**E**l mundo vegetal es un recurso fundamental para la existencia de la vida y el equilibrio en el planeta, además, cumple un rol protagónico en la alimentación del hombre y la gastronomía. Ya desde que las plantas verdes atrapan la energía del sol mediante la fotosíntesis y la transforman en energía utilizable para la vida (proteínas, hidratos de carbono, etc), se inicia esta relación. Sin los vegetales no podríamos subsistir y, sin este recurso vital, la vida sobre la tierra no sería posible. El hombre ha utilizado las plantas tanto en la cocina como en la medicina.

### LOS COCINEROS Y LAS PLANTAS

La alimentación y la gastronomía son las tareas de los cocineros y para poder realizar esta función es importante tener presente ciertas realidades acerca del mundo de las plantas. Estos conceptos incrementan de modo maravilloso la elaboración de los alimentos, desde los más básicos hasta los más elaborados y sofisticados. Es así como hoy en día el uso

de las flores en la alta gastronomía ha vuelto a reinar en el mundo, aportando color, aroma y sabor a nuestras preparaciones. Para lograr una íntima relación entre nuestro quehacer y la materia que nos ocupa, se requiere conocer la forma y función de las flores.

Una flor es el órgano reproductor de la planta y es también la base de la división del mundo vegetal en dos grandes grupos: plantas con flores visibles y «típicas», las cuales cubren sus órganos reproductores junto a sus semillas llamadas angiospermas; y plantas sin flores típicas con sus semillas desnudas y carentes de un particular vestido, llamadas gimnospermas. Podemos clasificar las plantas mediante una nomenclatura en latín dotada de dos palabras para cada individuo: género y luego especie.

La anatomía de una planta comienza desde sus raíces, las cuales son subterráneas y absorben el agua por medio de estructuras llamadas pelos radicales, los que se ubican en la parte inferior y más joven del vegetal. Desde aquí emerge el tallo, al cual llegan las venas o haces vasculares que llevan los líquidos (agua y savia) hasta las partes superiores del individuo. Las que ascienden portan el agua absorbida por las raíces y las que descienden portan el producto



EL COLOR, AROMA Y SABOR QUE APORTAN LAS FLORES A LA ALTA GASTRONOMÍA HA VUELTO A REINAR EN EL MUNDO. UNA PROPUESTA DE DELEITE, PERO A LA VEZ SUSTENTABLE, NOS LLEGA DESDE LA PATAGONIA



*Berberis  
ilicifolia o flor  
de Michay*

de la fotosíntesis, el cual es el alimento vegetal y luego humano. Aparecen aquí compuestos como la celulosa (no digestible por el hombre), la cual, junto a la lignina, da firmeza a la estructura vegetal. Las diferentes formas que toman estos órganos nos proporcionan diversos alimentos como tubérculos, hojas verdes, tallos comestibles y otros. La corteza, protectora del tallo, no es comestible, pero suele ser fuente de esencias de sabor y aroma que sí utilizamos.

Al ascender y llegar a la flor aparecen sus órganos sexuales: el ovario y los estambres rodeados por el cáliz y la corola con sus inigualables pétalos, los cuales originarán el fruto. Este, al madurar, producirá la semilla; ambos serán protagonistas de diversas preparaciones culinarias. En los suelos patagónicos podemos encontrar distintos tipos de flores que fructifican y nos regalan exquisitas y variadas bayas ricas en antioxidantes cuyo sabor es propio del lugar geográfico donde crecen.

#### LA VEGETACIÓN DE LA PATAGONIA CHILENA

La vegetación en la Patagonia chilena se agrupa en cinco distintos paisajes, ellos son la Estepa patagónica, paisaje integrado por llanuras áridas sin árboles, arbustos rastreros

y gramíneas perennes (coirón) de crecimiento lento; el Matorral preandino, que presenta matorrales de mediana altura y ejemplares arbóreos de Ñirre (*Nothofagus pumilio*) y Mataguanaco (*Mulinum spinosum*), ambos componentes importantes de esta comunidad; el Bosque magallánico, que incluye todas las comunidades arbóreas en las cuales la Lengua (*Nothofagus pumilio*) es dominante, como también lo es el Coigüe de Magallanes (*Nothofagus betuloides*); *Turberas de sphagnum* y *pulvinadas*, un tipo de humedal formado por la acumulación de tejido vegetal, el cual se desarrolla sobre otro ya descompuesto y al pasar el tiempo forma las turbas; Desierto andino, vegetación carente de árboles y arbustos que conforman cuatro categorías: subandina, andina intermedia, andina desértica y zona superior.

#### FLORES QUE DECORAN LA INCREÍBLE PATAGONIA CHILENA

Llamada flor de calafate, la *Berberis microphylla* es la más popular de las flores de esta región. La podemos encontrar en el Matorral preandino y en la Estepa patagónica. Tiene pétalos amarillos, con un agradable

sabor ácido; florece en noviembre y fructifica desde enero a marzo, dando origen a una baya esférica en color morado azulado. Esta es muy versátil dentro de la cocina y la podemos utilizar en preparaciones dulces y saladas.

La *Fuchsia magellanica*, llamada Chilco o Chilko, porta una flor colgante con sépalos rojos y pétalos morados. Florece en noviembre y comienza a fructificar en diciembre. Tiene un néctar bastante dulce y la flor se puede utilizar para infusiones con fines medicinales, en coctelería, mermeladas y salsas dulces en base de vino.

*Berberis ilicifolia* o Flor de Michay aparece agrupada en racimos colgantes. Es una flor de anatomía muy similar a la flor del calafate, florece en noviembre y comienza a fructificar desde enero hasta febrero. La podemos encontrar en los bosques de Magallanes, y su aspecto es ideal para dar vida y color a nuestros montajes.

La flor de la frutilla silvestre (*Rubus geoides*) posee cinco pétalos de color blanco o rosado, florece en diciembre, y fructifica entre diciembre y enero. Da una exquisita frutilla silvestre de color rojo, la cual es ideal para la elaboración y decoración de postres, pulpas, mermeladas y salsas.

El *Embothrium coccineum* o flor del Notro es hermosa y compleja. Florece en primavera, en los bosques, y un conjunto de flores comparten el mismo tallo. En esta flor podemos encontrar un concentrado néctar translúcido muy dulce, especial para elaborar salsas para cocina y siropes para coctelería, además de para dar brillo y sabor a nuestras masas dulces.

Existen otras especies de flores en la Patagonia con uso gastronómico o medicinal. Tales son la *Valeriana camosa* o Ñancu o Lahuén, la *Brassica campestris* o Flor de yuyo, y la *Solenomelus pedunculatus* o Hierba de la vega. Con la mayoría de ellas podemos implementar en la cocina. Aquí solo menciono algunas de las más populares que pueden encontrarse con facilidad ya que abundan en la naturaleza.

Mi maestra botánica Verónica Poblete siempre me inculcó el respeto y la conciencia para con el entorno. Hay veces en que existen recursos que deben permanecer en el anonimato hasta que no se encuentren en abundancia, de lo contrario, si los cocineros popularizamos su uso irresponsablemente podrían llegar a extinguirse. Es muy importante tener conocimiento al momento de la recolección, ya que se debe recolectar solo en lugares autorizados y especies que no estén en peligro de extinción. No se debe recolectar en reservas biológicas ni parques nacionales. Cuidar nuestros recursos naturales debe ser prioridad,

y anteponerse a las ganas que tenemos los cocineros de ser innovadores con los productos que nos entrega la tierra. Hoy en día la misión que debemos tener todos los cocineros es lograr que la cocina del futuro sea una cocina sustentable, de respeto por el producto y su entorno, conocimiento de su origen y conciencia con su uso.

## FLORA AND GASTRONOMY IN THE CHILEAN PATAGONIA

*The use of flowers in haute cuisine has once again reigned in the world, bringing color, aroma and flavor to different culinary preparations. Besides being a fundamental resource for the existence of life and balance on the planet, the vegetable world plays a leading role in the diet of man and gastronomy, from the most basic foods to the most elaborate and sophisticated; so it is the responsibility of the cook to collect the species only in authorized places and provided they are not in danger of extinction.*

*In the Patagonian soils we can find different types of flowers that bear fruit and give us exquisite and varied berries rich in antioxidants, whose flavor is typical of the geographical place where they grow. Among them, there is the so-called calafate flower, which can be used in sweet and salty preparations; the Chilco or Chilko, for infusions with medicinal purposes, in cocktails, jams and sweet sauces based on wine, among others.*



# EXCELENCIAS *Gourmet*

- 10 años transmitiendo el conocimiento de países líderes en la investigación gastronómica.
- Distribución priorizada a profesionales y aficionados al universo gourmet.
- Cobertura directa de más de 60 ferias gastronómicas en el mundo.
- Sitio web de actualización diaria.
- Periódico Digital semanal con más de 360 000 receptores.
- Presencia permanente en las redes sociales.
- Seminarios Gastronómicos Internacionales.
- Representaciones en Cuba, Panamá, República Dominicana, México, Estados Unidos, España, Ecuador, Argentina, Colombia, Venezuela, Brasil, Rusia, Uruguay, Costa Rica, Perú, El Salvador y Portugal.



[www.excelenciasgourmet.com](http://www.excelenciasgourmet.com)

[www.grupoexcelencias.com](http://www.grupoexcelencias.com) | [www.guiaexcelenciascuba.com](http://www.guiaexcelenciascuba.com) | [www.revistasexcelencias.com](http://www.revistasexcelencias.com)



Descárgala AQUÍ



App Revistas Excelencias



UNA PRÁCTICA DE MÁS DE 5000 AÑOS, SENCILLA, ECONÓMICA, QUE HA EVITADO MUERTES MASIVAS Y QUE, POR CONSEGUIR UNO DE LOS POCOS ALIMENTOS QUE INGERIMOS CUANDO AÚN ESTÁN VIVOS, CONTIENE UN ENORME VALOR NUTRICIONAL



# Germinados

## FUENTE VIVA DE ALIMENTACIÓN

POR: CHEF MADELAINE VÁZQUEZ GÁLVEZ  
FOTOS: DANILO ENRIQUEZ & ARCHIVO EXCELENCIAS

**E**l uso de semillas germinadas en la alimentación y en la medicina es dos veces más antiguo que la Gran Muralla China. Cerca de 3000 años antes de Cristo, el Emperador de China escribía sobre las hierbas medicinales y los frijoles germinados que en esa época eran prescritos para dolencias como edemas, contracciones musculares, deficiencias en el funcionamiento de las vísceras, desórdenes digestivos, debilidades pulmonares y problemas relacionados con la piel y el pelo. Los chinos y japoneses germinaban los frijoles de soja, el de mungo y la cebada como suplemento alimentario fijo de su dieta.

En Occidente, las germinaciones fueron también usadas, primeramente como medicina y después como alimento. El Capitán Cook — conocido como uno de los mejores navegantes del siglo XVIII — fue el primero que realizó un viaje por el océano que duró más de tres años sin perder ni un solo hombre por causa del escorbuto. Antes de este viaje, la mayoría de los barcos perdían la mitad de sus tripulaciones durante las largas travesías. El secreto de Cook consistía en darles a sus marineros una bebida fermentada obtenida a partir de frijoles germinados.

Durante la Segunda Guerra Mundial en los Estados Unidos se prepararon condiciones para hacer de los brotes de soja un producto de primera necesidad para los norteamericanos.

En aquellos años se lanzó una campaña para enseñar a prepararlos y así crear una reserva alimentaria estratégica para los tiempos de la guerra. A partir de 1948 se olvidó todo este programa y no es hasta los años setenta, con el boom de los aeróbicos y las campañas sobre cultura física y alimentación sana, que comienzan a tomar un papel cada vez más importante en la alimentación humana. En la actualidad los brotes son reconocidos como alimentos muy especiales entre las personas con tendencias a las prácticas de alimentación sana.

Los granos y las legumbres recién germinados tienen una gran cantidad de clorofila, vitaminas, minerales, oligoelementos y otras sustancias vitales. Entre las vitaminas pueden ponerse como ejemplo las contenidas en los brotes de trigo: vitaminas del complejo B (incluye la B<sub>12</sub>), y las vitaminas A, C, E, ácido fólico y pantoténico, además de colina. También poseen calcio, hierro, magnesio, cobre, cinc, yodo, potasio, junto a los aminoácidos esenciales que el cuerpo necesita para formar las proteínas necesarias para restaurar sus tejidos.

En tal sentido desde hace milenios los asiáticos recomendaban el consumo preferente de brotes o frijoles germinados para lograr vivir más de 100 años. Y no se trataba de vivir muchos años sino de hacerlo con calidad y libres de enfermedades. Los brotes pueden aportar al organismo, además de las enzimas que se activan en el momento del desarrollo

*Desde hace milenios los asiáticos recomendaban el consumo preferente de brotes o frijoles germinados para lograr vivir más de 100 años.*

de la nueva plántula, parte de la energía vital intrínseca al nuevo organismo vivo. Los germinados son uno de los pocos alimentos que ingerimos cuando aún están vivos, lo cual aumenta enormemente su valor nutricional.

Por otra parte, el procedimiento para obtener los germinados es sencillo y económico. Podría decirse que en tal sentido son únicos, ya que están disponibles en cualquier época del año y en cualquier lugar del mundo, su ciclo de cosecha es de tan solo una semana y su rendimiento muy grande, toda vez que se logra multiplicar el volumen de alimentos disponibles: con un solo kilo de semillas de alfalfa se producen entre 10 y 14 kilos de germinados frescos y a partir de una taza de frijoles se pueden obtener hasta 6 tazas de germinados.

En el mundo se germinan diversas semillas y frijoles con fines alimenticios. Tal es el caso



Para realizar este proceso a escala doméstica se necesita:

- Un frasco de boca ancha.
- Gasa para cubrir la boca del frasco.
- Una banda elástica (liga).
- Frijoles y semillas viables (sin tratamiento químico por fertilizantes).

Una vez que se dispone de estos medios, se procede a su elaboración, para lo cual se debe cumplimentar el procedimiento siguiente:



1. Lavar y seleccionar los granos crudos (se toman tres o cuatro cucharadas de frijoles o semillas).

2. Colocarlos en un frasco de vidrio de boca ancha, perfectamente limpio.

3. Cubrir con agua a temperatura ambiente.

4. Dejar en remojo hasta que las semillas se hidraten. Este tiempo varía entre 4 y 12 horas en dependencia del tipo de grano que se utilice. Por ejemplo, las lentejas se hidratan muy rápido, mientras que los frijoles negros demoran más tiempo, pero casi nunca pasadas las 12 horas. Posteriormente se debe cubrir el pomo con la gasa y ajustar la liga a la boca del pomo; colocar el pomo tapado en un sitio donde reciba luz indirecta, y esté ventilado.

5. Luego de hidratados, eliminar el agua, enjuagar y dejar los granos escurridos dentro del pomo. Este paso resulta muy importante, pues de ello depende que los frijoles mantengan la humedad requerida y no se cubran de moho; por ello el agua de su enjuague debe *siempre* eliminarse, para que estén solo ligeramente húmedos. Algunas personas los enjuagan y no botan el agua, lo que es un error que impide la realización exitosa de este proceso.

6. Repetir esta operación dos o tres veces al día hasta que, generalmente, al quinto día, las germinaciones ocupen el espacio interior del recipiente. En el caso de las lentejas germinan al tercer día.

7. Una vez que las plántulas alcancen un tamaño apropiado los brotes estarán listos para consumir, pero antes se deberán exponer durante dos horas a la luz. Así se logra activar la clorofila que confiere el color verde característico de la nueva planta.



8. Antes de consumir se deberán lavar bien y eliminar ligeramente los residuos de la piel de la semilla.

9. Conservados en frío, los brotes detienen el proceso de crecimiento y se pueden guardar durante varios días sin que se afecten su sabor y propiedades.

## • COMO PREPARARLOS



> LLENA UN ENVASE DE CRISTAL CON SEMILLAS (SIN TAPA), TENER EN CUENTA QUE CUADRUPLEAN SU TAMAÑO.



> LLÉNALO DE AGUA Y DÉJALO 12 HS EN LA OSCURIDAD. ESTO HARÁ QUE LAS SEMILLAS SE "ACTIVEN".



> UNA VEZ ACTIVADO ENJUAGALO DOS VECES AL DÍA Y DÉJALO INCLINADO SIN AGUA



# RECETAS

## Chop suey de vegetales y pollo

### INGREDIENTES para 2 raciones:

Frijoles germinados 2 tazas  
Masas de pollo cocidas 1 taza  
Aceite 2 cucharadas  
Jengibre 1 rodaja  
Vino seco 2 cucharadas  
Cebollino 1 taza  
Acelga 2 tazas  
Pimiento 1 unidad grande  
Cebolla 2 unidades medianas  
Salsa china 1 cucharada  
Sal ½ cucharadita

### PROCEDIMIENTO:

1. Cortar los frijolitos chinos. 2. Saltear las masas de pollo en el aceite, con el jengibre y el vino. 3. Añadir el cebollino, las tiras de acelga y pimiento, y la cebolla cortada en cuartos de luna. 4. Adicionar la salsa china y rectificar el punto de sal. 5. Cocinar durante dos minutos más.

### INGREDIENTES para 4 raciones:

Arroz cocido 3 tazas  
Aceite 2 cucharadas  
Cebollino 1 taza  
Ajo 4 dientes  
Acelga 1 taza  
Cebolla 2 unidades medianas

Pimiento 1  
unidad grande  
Zanahoria ½ taza  
Salsa soya 2 cucharadas  
Frijolitos chinos 2 tazas  
Vino seco 2 cucharadas

### PROCEDIMIENTO:

1. Tener dispuesto el arroz, cocido sin sal ni grasa. 2. Saltear en el aceite el cebollino y el ajo cortados fino, agregar la acelga cortada en tiras, la cebolla en cuartos de luna y las tiras de pimiento y zanahoria. Dejar sofreír. 3. Adicionar el arroz y mezclar con la salsa soya, revolver hasta que el arroz adquiera una coloración uniforme. 4. Añadir los frijoles chinos, dejar suavizar y perfumar con vino.

*Los granos y las legumbres recién germinados tienen una gran cantidad de clorofila, vitaminas, minerales, oligoelementos y otras sustancias vitales.*

del trigo, lino, girasol, alfalfa, quinoa, ajonjolí, mungo, mijo, mostaza, soya, rábano, entre otros. Algunas semillas como las del tomate y pepino resultan un poco amargas, por lo que generalmente no se utilizan. En Cuba es común la germinación de los frijolitos chinos, aunque también pueden someterse a este proceso los frijoles colorados, negros, blancos, gandul y

## Arroz salteado con vegetales

caballero, así como el maíz y las lentejas. Lo principal es que no hayan sido sometidos a tratamientos químicos y que conserven su viabilidad; esto resulta muy importante pues de lo contrario no germinan.

Los brotes se pueden comer crudos, como es el caso de la alfalfa, que generalmente se consume en emparedados y ensaladas. Otros brotes más gruesos se deben pasar brevemente por agua hirviente para que se marchiten un poco. También se preparan en ensaladas, para acompañar sopas, arroces combinados y emparedados; se utilizan como relleno de pizzas, en chop suey, para elaborar guisos con

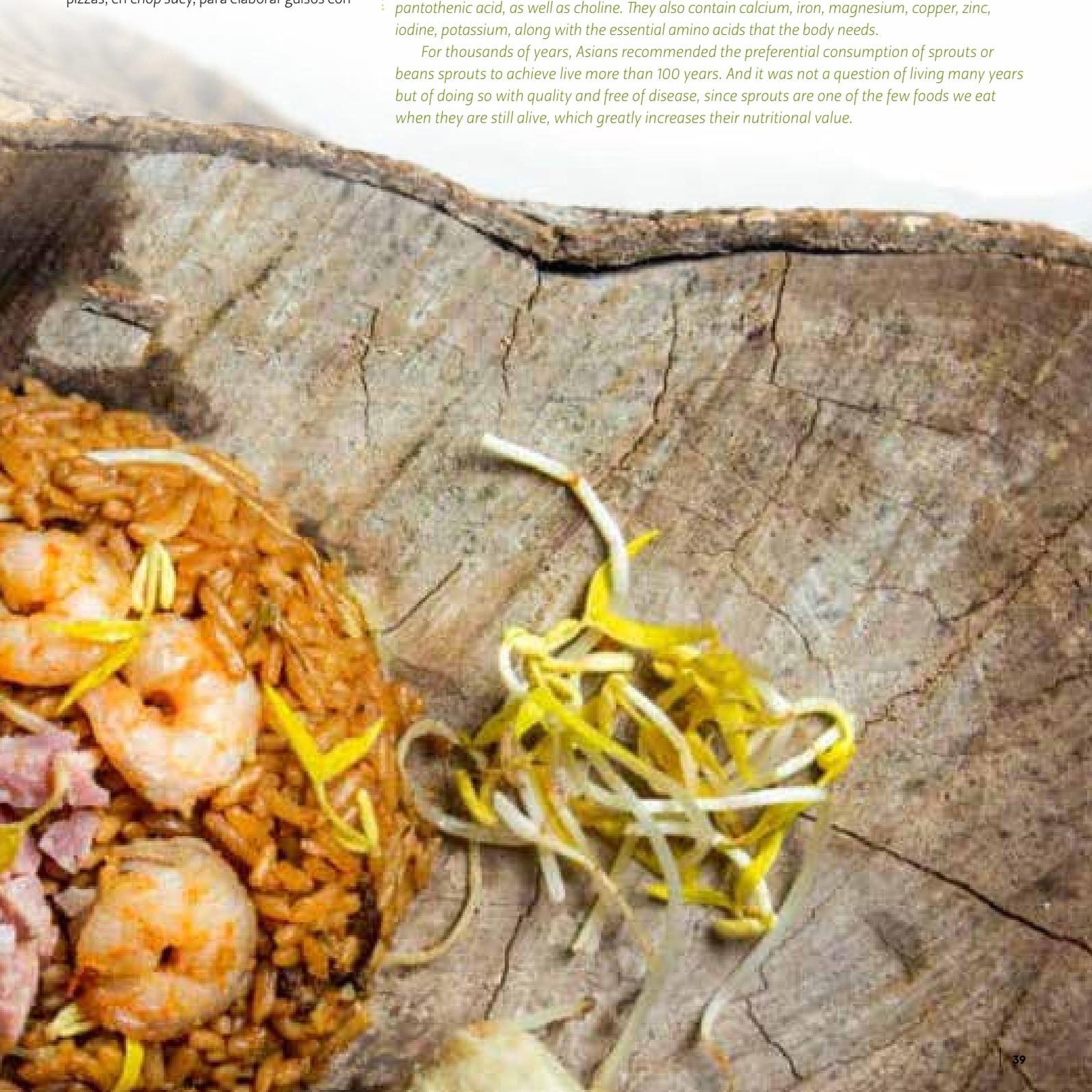
diferentes tipos de salsas, y en jugos batidos con diversas frutas y vegetales como naranja, toronja, zanahoria, etcétera. Todo ello corrobora su notable riqueza culinaria y aporta una nota de salud a la dieta habitual.

A continuación pongo a disposición del lector algunas recetas con germinados:

### **SPROUTS: LIVING SOURCES OF FOOD**

*Currently, sprouts are recognized as very special foods among people with tendencies towards healthy eating practices. Freshly sprouted grains and legumes have a large amount of chlorophyll, vitamins, minerals, trace elements and other vital substances. Examples of vitamins include those contained in wheat sprouts: B-complex vitamins (including B12), and vitamins A, C, E, folic acid and pantothenic acid, as well as choline. They also contain calcium, iron, magnesium, copper, zinc, iodine, potassium, along with the essential amino acids that the body needs.*

*For thousands of years, Asians recommended the preferential consumption of sprouts or beans sprouts to achieve live more than 100 years. And it was not a question of living many years but of doing so with quality and free of disease, since sprouts are one of the few foods we eat when they are still alive, which greatly increases their nutritional value.*



# SOÑAR EN

UN RETORNO AL MOMENTO EN QUE SABEMOS QUE CON IMAGINACIÓN TODO ES POSIBLE. CUANDO LA CREATIVIDAD DOMINA EL MUNDO DEL VINO Y, PARA MÁS, SE CONJUGA COMO PARTE DE LA GASTRONOMÍA, SE SUEÑA Y SE VA MÁS ALLÁ.

# IR MÁS

**C**omo si de una regresión a la infancia se tratase, hoy nos es permitido el soñar con imposibles. Nuestra labor consiste en buscar las herramientas que consigan hacerlos realidad ya que, en nuestros anhelos más profundos, la diferencia entre los sueños que buscamos cumplir y aquellos que se convierten en reales solo está en la fecha.

En nuestra niñez, se nos muestra un sendero por el cual podemos fantasear: transitando desde los cuentos y las historias se nos abre un camino hasta el infinito. Un lugar en el que todo es posible. Nos gustaría convertirnos en Peter Pan y poder llevar a todo el mundo al país de Nunca Jamás para, en ese escenario, luchar contra los piratas mientras nos damos un festín

de dulces. Quizá, encarnarnos en La Cenicienta, un cuento en el que la fantasía nos enseña la posibilidad de desdibujar las barreras entre las clases sociales. O, incluso, transformarnos en Mowgli en el Libro de la Selva y recorrer junto con Baloo y Bagheera toda la frondosa jungla en busca de aventuras.

Algo parecido a estos ejemplos es lo que se siente cuando la creatividad domina el mundo del vino y, algo más profundo, si cabe, cuando se conjuga este como parte de la gastronomía. Sin embargo, cabe tomarse un respiro, con tiempo, para darse cuenta de que la mayor parte de las innovaciones suelen tener un nexo con el pasado. De hecho, no sería coherente intentar caminar por la senda de la vanguardia sin tener un gran conocimiento de lo antiguo.



POR: GUILLERMO CRUZ ALCUBIERRE. MEJOR SOMMELIER DE ESPAÑA EN 2014.  
FOTOS: CORTESÍA DEL AUTOR & OSCAR OLIVA

# GRANDE



# MITIÁ

• Laboratorio de creaciones

Cierto es que muchos afirman que casi todo ya está inventado: recogemos el legado de miles de años de diversas culturas, muchas de ellas centradas en el estudio y la investigación, desde un prisma vocacional y con medios limitados. A día de hoy, todo avanza a un ritmo vertiginoso que, a menudo, dificulta una mirada pausada y reflexiva. Sin embargo, existe una parte dentro del ecosistema líquido que está por explotar. Para ello se debe fundamentar el trabajo en equipo dentro de la innovación y así aprovechar los talentos de cada individuo con el objetivo de acercar el vino al gran público, ayudándole a comprenderlo, a hacerlo fácil y accesible. Romper barreras, integrar y compartir más —y mejor—, suponen en sí mismos una importante herramienta creativa que eleva la mirada hacia

un futuro por escribir. Difuminar los límites entre la cocina y la sala, el sólido y el líquido, el equipo y los comensales, entre la gastronomía y la ciencia —o el arte—, son hoy fuentes de inspiración y vías para encauzar nuevas hipótesis.

Me atrevo a decir que muchos de nosotros crecimos viendo a nuestras madres o nuestros padres alegrar los guisos o las salsas con unas gotas de vino blanco o un poquito de vino de Jerez. Es un gesto, una tradición gastronómica,

que se remonta a décadas atrás y que quizás por eso esté afincado en nuestra anatomía del gusto. Este gesto que, de alguna manera, nos hace volver a los sabores de casa, es en realidad un gesto creativo que abre las puertas al futuro en la gastronomía. Porque para coger impulso hacia el futuro, mirar al pasado puede volverse una buena

*Romper barreras, integrar y compartir más —y mejor—, suponen en sí mismos una importante herramienta creativa que eleva la mirada hacia un futuro por escribir.*

herramienta creativa. Por todo ello en Ambivium decidimos crear un espacio multifuncional, de libre pensamiento y aislado de los servicios y

la tensión del día a día para fantasear, soñar en grande, mirar hacia el futuro y hacerlo realidad.

Es probable que una nueva forma (al menos para nosotros) de desarrollar la creatividad sea ir más allá de los sabores, de la técnica del plato o de los aromas de un vino: buscamos dar valor al momento. Para que al comer —y al beber— la persona pueda experimentar sentimientos, trasladarse a un entorno o convertirse, por un instante, en un personaje de hace 4000 años atrás. Hilar el pasado y el futuro para entender intensamente realidades desconocidas o conceptos alejados del saber común, es el poder de esta herramienta. Una buena forma

de trascender, por ejemplo, puede ser la de integrar la historia entre un vino y un plato a través de su propia vajilla y su propia cubertería.

Un hilo conductor que busca un objetivo: que el momento sea pleno y, por ende, el instante se torna inolvidable.

Peñañel siempre fue importante por su azucarera. Hace años que su fábrica cerró y una gran parte de sus plantaciones desaparecieron. De las que se salvaron y tomando

como referencia a la remolacha, hoy trabajamos con productores locales y nos aseguramos cierta producción anual. De esta manera, desarrollamos una vajilla ex profeso que aguanta bien las bajas temperaturas de la remolacha, un

tubérculo de frío, nieve y hielo; recolectado en los meses de diciembre y enero. Antes de comer el plato es necesario tocar la vajilla, que está a -5 grados, para viajar al frío invierno y deleitarse con un bocado que habla de la propia historia de un pueblo en el corazón de la Ribera del Duero. Un plato que se presenta para ser deleitado a través de todos los sentidos. Un plato que nos enseña un paisaje y una historia que puede —y debe— saborearse.

Por otro lado, hay algo insoluble al arte del servicio que gracias a la creatividad crece exponencialmente: la posibilidad de hacer feliz a las personas, además de ofrecerle algo único: «los inéditos y los efímeros». Las mejoras y los conceptos revolucionarios deberían acercar la magia a las personas y nunca entrar en el territorio del lujo. Ese lujo entendido como algo excluyente y elitista. Pero, también es cierto que en los últimos

*Cierto es que muchos afirman que casi todo ya está inventado, sin embargo, existe una parte dentro del ecosistema líquido que está por explotar.*

*Foto Botrytis Cineréa + medio siglo de Riesling dulce*



Remolacha



tiempos hemos podido ver las diferentes caras de la moneda del propio lujo: lo que antes era ostentoso, hoy es demasiado evidente y lo que antes era elitista, hoy está alejado de la realidad. Quizás hoy conocemos un lujo más aterrizado. Basado en el acto de compartir y en el de democratizar; fundamentado en vivir experiencias irrepetibles y en buscar estímulos emocionales que sean únicos. Por eso ya que hablamos de lujo, ¿por qué no ofrecer algo que no volverá a suceder? Lo efímero es bello, porque es necesario vivir el momento en el que ocurre ya que el acto, con el tiempo, se desvanecerá para no volver. Si tenemos una botella especial (no quiere decir alta de precio) o un ingrediente único y escaso ¿por qué no darle valor y fusionarlo con una persona?

#### MEDIO SIGLO DE RIESLING DULCE

En el caso de este momento, se busca una disección de los sabores y las características que nos aporta un vino con podredumbre noble (mermelada de naranja, mandarina, tofee, chocolate...), para elaborar un elemento sólido y dulce a través de ellos. Dándole forma de racimo de uvas, acompañándolo de medio siglo de rieslings

alemanes elaborados por botrytis (década de los 50's, 60's, 70's, 80's y 90's) para crear un momento de los que no se repiten.

Todo esto se resume como el fruto de la experimentación, de un intento de ir más allá con tal de hacer protagonista a quien se sienta

en la mesa. Pero, es también, la evolución creativa de algo que nos retrotrae al hogar, a ese gesto que tanto se repite desde hace años, la de aderezar los guisos con vino o destilados. Es la mirada al futuro a través del respeto a la tradición gastronómica.

#### DAYDREAMING BIG TIME, MOVING BEYOND

*It is true that many claim that almost everything has already been invented: we gather the legacy of thousands of years of various cultures, many of them centered on study and research, from a vocational prism and with limited means.*

*Today, everything moves on at a dizzying pace that often makes it difficult to look at things slowly and reflectively. However, there is a part within the liquid ecosystem that is yet to be exploited. This is why teamwork must be based on innovation and thus take advantage of the talents of each individual with the aim of bringing wine closer to the general public, helping them to understand it, making it easy and accessible.*



# EL IMPACTO DEL CAMBIO CLIMÁTICO EN TERROIRS DE VINOS

LOS CAMBIOS EN EL CLIMA INVALIDAN REGLAS HISTÓRICAS QUE HAN GARANTIZADO LA CALIDAD DE LA VID. ANTE ESTA REALIDAD SE PRECISAN INICIATIVAS DE ADAPTACIÓN.

SOMMELIER RENÉ GARCÍA VALDÉS  
FOTOS: ARCHIVO EXCELENCIAS

**D**urante siglos los viticultores han aprendido sobre los mejores sitios y técnicas para el cultivo de la vid. La práctica y la experimentación habían creado las bases enológicas locales donde se precisaba cómo desarrollar de forma óptima el ciclo biológico de la vid. Sin embargo, estos conocimientos han sido resquebrajados en los últimos años por el impacto del cambio climático en todo el planeta.

El concepto tradicional de terroir que tiene que ver con la combinación de suelo, clima y variedad para alcanzar un vino de calidad cada día es más impreciso. Los cambios en el clima, manifestación crítica de temperaturas día-noche que son cruciales para la supervivencia de vides, invalidan reglas históricas y por consiguiente surgen adaptaciones.

Estudiosos plantean que regiones vitivinícolas tradicionales llegarán a ser con el tiempo demasiado cálidas para el cultivo de vides clásicas, y transforman sus viñedos con vides nuevas más resistentes al calor. Tendrán que adaptarse para no desaparecer. Un estudio muy controversial plantea que en 2050 las dos terceras partes de las regiones vitivinícolas que conocemos actualmente no tendrán climas apropiados para las vides que cultivan hoy.

Dentro de esta adaptación se estudian las variedades de uva que pueden ser adecuadas para climas cálidos, o sea tolerantes al calor, con el fin de sustituir total o parcialmente en los viñedos a aquellas cepas que anteriormente se podían cultivar con buenos resultados. Es que se observa que algunas de las variedades de zonas clásicas expresan altos niveles de azúcar que producen en los vinos un fuerte alcohol y aunque los enólogos utilicen técnicas para rebajarlo durante la fermentación, los vinos pierden su calidad acostumbrada de aromas y sabores.

Tal vez la adaptación más dramática (e ilustrativa) sea la decisión de Burdeos para su campaña 2020/2021. Las autoridades vitivinícolas del lugar han determinado experimentar con nuevas variedades, permitiendo hasta el 10 % de mezcla de sus vinos de sus cepas clásicas con siete variedades importadas. Son cuatro tintas, arinarnoa (cruce de tannat y cabernet sauvignon), marselan (cruce de cabernet sauvignon y grenache), touriga nacional (de origen portugués) y castets (del suroeste francés) y tres blancas, albariño (famosa en Rías Baixas, España, y en Vinho Verde, Portugal), petit manseng (del sur francés) y liriolila (cruce chardonnay y baroque). Son cepas que, además de ser más resistentes a enfermedades, tienen la habilidad de soportar mayor tiempo en la planta antes de madurar, manteniendo la acidez en temporadas cálidas de crecimiento. Aunque los vinos de Burdeos se definen como vinos de mezclas, estas próximas cambiarán tanto como el mismo clima.

Los estudios revelan que generaciones anteriores en Champagne vendimiaban en octubre, incluso a finales. Hoy se recogen las uvas en septiembre o terminando agosto para preservar el equilibrio entre acidez y alcohol, claves para la elegancia del vino característico del lugar. Resultados parecidos se manifiestan en otras regiones francesas como Alsacia, Borgoña y Loira.

En España se buscan alternativas para la tempranillo, variedad de uva tinta de primera clase en varias denominaciones de origen del país. Por ejemplo, en Castilla y León se experimenta con syrah y touriga nacional pues estas mantienen su acidez alta incluso a niveles óptimos de maduración, muy útiles para las mezclas de los vinos del lugar.

Se vaticina que muchas cepas tendrán un desplazamiento en búsqueda de su

temperatura ideal. Se advierten migraciones desde Napa hacia British Columbia, desde Champagne hacia Sussex, Inglaterra; desde Chile hacia las montañas centrales de China, de Australia Sur hacia Tasmania, etc. Pero la duda que existe es si estas variedades encontrarán los mismos suelos y formaciones que dejaron atrás. De ser así, zonas impropias hoy para vinos de calidad resurgirán con fuerza en el mundo.

Y aunque cepas de climas fríos con problemas de maduración han tenido variaciones de mejoría en los últimos años, como la riesling alemana y la cabernet franc del Loira, Francia; cada vez existen menos condiciones climáticas para elaborar los vinos de hielo, recortándose su frecuencia a tres añadas en una década cuando anteriormente era posible lograr hasta siete.

El cambio climático amenaza la supervivencia en general en nuestro planeta, no solo afecta al mundo vitivinícola. Todos tenemos una gran responsabilidad hoy. Debemos crear conciencia social y política. Que cada copa de vino que levantemos sea para celebrar acciones individuales de protección del medio ambiente. Estamos a tiempo de preservar los grandes vinos y sobre todo luchar para que generaciones futuras puedan beberlos.

## THE IMPACT OF CLIMATE CHANGE ON WINE TERROIRS

*The traditional concept of terroir that has to do with the combination of soil, climate and variety to achieve a quality wine, is becoming increasingly vague. Changes in climate, a critical manifestation of day-night temperatures that are crucial to the survival of vines, invalidate historical rules and, consequently, adaptations arise.*

SIN PRESERVANTES

# 100% ORIGEN NATURAL

Nuestros alimentos se elaboran con concentrados naturales de frutas, puros y sin conservantes, que se perciben en la frescura y el sabor de cada una de nuestras presentaciones.



**Alimentos y Bebidas**

El fabricante líder para el mercado cubano.



## Sabores para todos



Alimentos y Bebidas La Estancia, S.A. Calle 216-A #1506 entre 15 y 17, Siboney, La Habana, Cuba.  
Teléfonos: (53) 7273 0586 / 7273 0587. e-mail: laestancia@laestancia.cu



**S**hambalá, Bar y Tapas es pionero en la línea de bares de su tipo en la ciudad de Holguín, donde el cliente puede disfrutar de una imagen renovada y moderna a pocos metros del corazón de la urbe, y donde su relación calidad-precio solo es superada por la excelencia del trato. Con un servicio de confort y bares en el salón principal y el VIP, constituye una opción excelente para compartir entre amigos, familia o pareja cualquiera de las actividades a

lo largo de la semana, desde la presentación de DJ's hasta espectáculos variados. También es ideal para realizar fiestas de diversos formatos con profesionales que harán de las mismas una experiencia para recordar. Para beber, la casa sugiere el coctel Shambalá, mezcla de tres rones blancos cubanos con frutas cítricas de estación preparados en un vaso de Havana Club. Para degustar, otro surtido de igual nombre, cuya tabla de dos pisos invita

a recorrer la mayoría de las tapas del menú. Todo en el lugar invita al disfrute de tres placeres: buena música, buena comida y buena bebida.



CALLE GARAYALDE NO. 238 E/ MÁRTIRES Y MÁXIMO GÓMEZ. HOLGUÍN, CUBA.  
Telf.: (+53) 53099708 / (+53) 53673900  
E-mail: cak1982@nauta.cu / lisbetcruz@nauta.cu

Facebook: Shambalá Holguín  
Instagram: Shambalá\_Holguín  
Youtube: Lisbet Cruz-Shambalá  
Tripadvisor Shambalá Holguín

Mini  
Club  
Puritos  
Short  
Minutos  
Décimos  
Coronas  
Coronas Club  
Cristales



Los detalles hacen lo grande

Juntos hacemos lo más grande

ORIGEN CUBANO  
100% NATURAL  
HECHO A MÁQUINA

Ave. Independencia No. 34501 e/ 345 y 1ro. de mayo, Boyeros, La Habana, Cuba. Tel.: (53) 7683 9038 , 7683 9196, 7683 9889. e-mail: ict@ictsa.cu **PROTEJA A SU FAMILIA DEL TABACO**

**El Rancho**  
Cocina Criolla e Internacional



*Sabores que encantan*

**R**estaurante de excelente comida criolla, en un entorno privilegiado de naturaleza exuberante. Es un espacio ideal para la familia cubana, con una atención esmerada y profesional.

**EL RANCHO: ENCHANTING TASTES**

*A restaurant that dishes out superb Cuban cuisine in an environment blessed with lavish nature. It's an ideal place for the Cuban family, featuring professional and thorough service.*

Calle 140 y 19, Reparto Cubanacán, Playa, La Habana, Cuba.  
Telf.: (+53) 7 208 9346 / 7 208 9188 / e-mail: comercialrancho2@palco.cu



[www.facebook.com/elrancho.lafinca](http://www.facebook.com/elrancho.lafinca)



# GUÍA CUBA

## EXCELENCIAS



## Descargue **GRATIS** la aplicación

# Guía Excelencias **Cuba**

Disponible en Español, Inglés y Ruso.  
Consulte ofertas especiales y descuentos  
para hacer de su viaje una **experiencia única**.

[www.guiaexcelenciascuba.com/apps](http://www.guiaexcelenciascuba.com/apps)  
[directorio@excelenciasgourmet.com](mailto:directorio@excelenciasgourmet.com)

+ de 2000 restaurantes,  
bares, centros nocturnos,  
hoteles, hospedajes y Casas  
del Habano de toda Cuba.

Versión impresa con  
información, directorios  
y mapas de ciudad para  
elegir mejor su destino.



Síguenos en   

# 10 años

de Innovación gastronómica  
en Iberoamérica



Del 23 al 25 de septiembre

# 2020



# RON CONDE DE CUBA EDICIÓN EL FARO *"Noble y Fiel"*



EMPRESA DE INGENIERIA Y SERVICIOS TECNICOS AZUCAREROS  
Edificio AZCUBA, piso 6, Calle 23 No. 171, e/ N y O, Vedado, La Habana, Cuba. Telf.: (+53) 78305060  
Email: [tecno@tecnoazucar.azcuba.cu](mailto:tecno@tecnoazucar.azcuba.cu) / [www.tecnoazucar.azcuba.cu](http://www.tecnoazucar.azcuba.cu)