

Reconocimiento mundial a la cocina y la cultura mediterránea

RAFAEL ANSÓN

El Mar Mediterráneo es la cuenca natural en la que confluyen tres continentes antiguos que han desempeñado una importantísima labor de integración para pueblos y culturas que parecían demasiado diferentes y presentaban serias dificultades para interrelacionarse.

A partir de ahí, no ha cesado de atraer a los hombres y de fijarlos en sus orillas para ejercer una intensa labor civilizadora. Con ello, el Mare Nostrum ha sido el principal punto de encuentro de hombres, mercancías, navíos, ideas, religiones, arte de vivir y, por qué no, gastronomía. Hoy, algunos de los países que se bañan en sus aguas, entre ellos el nuestro, ejercen como faros turísticos internacionales, pues el litoral dispone de todas las infraestructuras necesarias para el disfrute del ocio, encabezadas por playas cuidadas y limpias, amplias superficies comerciales, hoteles y restaurantes excepcionales, campos de golf o puertos deportivos, es decir, todo lo esencial para el turista.

OCIO

Entre las muchísimas aportaciones del Mediterráneo a la civilización europea sobresale la gastronómica, cuyos orígenes se remontan al momento en que la cultura mediterránea incorporó la sagrada trilogía del pan, el vino y el aceite. Grecia fue la verdadera maestra de Occidente en todo el arte culinario, mesurado y paciente, lleno de buen sentido, normas que se han extendido hasta nosotros dando razón de ser a un

sello inconfundible y que, en estos últimos estertores del siglo XX, causa envidia y admiración en otros muchos lugares.

Pan, aceite y vino

Tantos siglos de cultura gastronómica dieron lugar, a la larga, a la hoy muy respetada dieta mediterránea que supuso un gran avance en la mejora de la salud y, con ello, de la calidad de vida. Hoy, el cuidado de la alimentación se ha convertido en una referencia casi permanente, favorecida por la moda del “culto al cuerpo”, y el Mediterráneo se ha revestido de una cierta aureola de escenario perfecto para el placer y el disfrute, como también lo era en tiempos de antiguas y respetadas civilizaciones.

Iniciemos un recorrido, siquiera imaginario, por el litoral mediterráneo español, en el que se ejemplifican siglos y siglos de tradición y una gran sabiduría a la hora de recoger, elaborar y transformar los tesoros de la tierra y del mar. Nuestro Mare Nostrum inicia su rumbo en la costa de Girona que recibe el nombre de Brava, como la de Tarragona y sur de Barcelona aparece bajo el apellido de Dorada, adjetivos que tampoco alcanzan a definirlos plenamente.

Huellas del mundo clásico

Por este mar legendario han venido a sus calas escondidas y a sus luminosas playas los marineros de leyenda del mundo

clásico, de cuando todo estaba por hacer, es decir, fenicios, etruscos, griegos, romanos. Y por las costas de Girona ha entrado mucho de lo que ahora es su patrimonio cultural y su identidad mediterránea, ingredientes de una calidad de vida que salta a la vista.

En realidad y aunque ahora se les quiera mirar con una lejana perspectiva, esos recios navegantes de la antigüedad son unos parientes bien cercanos, de los que hemos heredado, entre otras cosas, la gastronomía del aceite, el ajo y la viña. Josep Pla hablaba de la cocina de la manteca o la del norte, y la del aceite de oliva o la del sur que, en Cataluña, serían, respectivamente, la del interior y la costa.

La cocina de la manteca, de la grasa animal, es la cocina del cazador, mientras que la del aceite vegetal es la del agricultor. Inicialmente, la primera sería primitiva y la segunda, civilizada, lo que se contradice con el hecho de que los pueblos que tienen la cocina de manteca, los anglosajones, sean quienes han alcanzado una tecnología superior.

Los argumentos de Josep Pla

Los catalanes han sabido integrar en su cocina, sin mimetismo, las aportaciones válidas de todos los pueblos que han cruzado su solar. Pla contradice la suposición extendida de que la calidad de la

cocina catalana se debe a su proximidad geográfica con Francia y argumenta que cuanto de común existe entre ellas es precisamente lo que la cocina francesa tiene de la catalana: los guisos y las salsas con aceite de oliva propios del Rosellón.

Pero sigamos camino hacia el sur. Decir que el Levante es por donde el sol sale no es añadir

nada. Geográficamente, las costas del Levante español son

las que se comprenden entre el cabo de Gata y la desembocadura del Ebro.

Nada más delicado que poner límites a lo que ya la historia y el catastro se han cuidado de limitar y definir. Toda la historia mediterránea, que durante siglos se tuvo por la única historia, se ha bañado en esas playas. De la espuma de esas mismas olas, bajo esa misma luz, en ese mismo mar, han nacido todas las diosas del mundo clásico. Y, sin embargo, a pesar de esa deslumbradora luz, de la limpieza y la claridad de su cielo, es inútil buscar en la lejanía ya a esos fenicios, romanos, bizantinos y árabes, navegantes de esa historia milenaria que es solamente un instante.

Asomados al mirador mediterráneo

Puede engañarnos el paisaje de pinos, olivos, naranjos, vides o el olor del azahar o de la sal; es la misma presencia mineral y vegetal y sólo nosotros somos distintos. Asomados a ese mirador mediterráneo, en alguna de esas playas del verano, se cree ver hojear la “Odisea” o “Cañas y barro” a nuestro vecino como quien lee la prensa de la mañana. Dudamos de ser recién llegados o haber fundado el lugar, y a la vista del gentío, nace la sospecha de que muchos de aquellos remotos visitantes, pobladores, traficantes y conquistadores se quedaron entre nosotros ya para siempre, disfrazados de turistas,

prendidos en el encanto del paisaje.

Lo que nos parece tan familiar en el paisaje o en el plato resulta ser cosa de ahora mismo, porque la cultura consiste precisamente en eso, en cultivar: el huerto o el cerebro. Dionisio Pérez, “Post-Thebussem”, dice de la cocina de todo este Levante que es “un solo reino, un sólo paraíso” en donde “el cristiano reconquistador no destruyó, como en otras regiones, el prodigio de la civilización árabe, que supo convertir los eriales y marismas en jardines”. Lo que es cierto sólo en parte, porque los romanos ya iniciaron esa ejemplar obra de regadío que los árabes ampliaron.

El milagro de los panes y los peces también se puede descubrir en la Región de Murcia, que exhibe su peculiar sello gastronómico y una forma muy sutil de aprovechar la materia prima de la tierra. Considerada siempre como una síntesis entre la cocina andaluza y la valenciana, la murciana abarca casi todos los climas y los ámbitos geográficos, el mar, la montaña, el campo o la huerta. Las frutas y verduras la han hecho célebre, pero en el litoral, los calderos y una amplia variedad de pescados protagonizan la oferta culinaria.

La cocina posible

El hombre hace la cocina que quiere (la que va ingeniando a lo largo de los siglos) y la que puede (la que le permiten las condiciones y los productos

OCIO

locales). Y, si se tercia, vuelve el mundo del revés y descubre un nuevo continente para hacerse con unas especias que le permiten sazonar a su gusto la carne o el pescado.

De ahí, las notas características de la cocina balear: singularidad y eclecticismo, puesto que algunos de sus platos tal vez sean los mismos que alimentaron a los primeros

pobladores o a los primeros invasores griegos, fenicios y romanos, con las naturales y leves modificaciones. Otros, más recientes, pueden ser consecuencia del paso de árabes, ingleses o franceses y españoles peninsulares; o fruto de las experiencias culinarias de los isleños viajeros por el mundo una vez vueltos al hogar. Resulta, entonces, que el mar no separa sino que une, y con un alcance generalmente mucho mayor que la llamada tierra firme.

El Mediterráneo andaluz

Pero el Mediterráneo es también Andalucía, con Almería, blanca y azul, provincia rica en diversos aprestos del pescado. Abundan las cazuelas marineras y especies como el pez espada, el besugo, el rape o incluso la raya. La parrilla y la fritura constituyen estupendas alternativas con estos ingredientes. Más breve es el litoral mediterráneo granadino, tierras de frutas y cazuelas, y de excelentes dulces, porque los árabes “mezclaron en sus bodas la miel, el azúcar y la almendra, para crear nuevas generaciones indolentes, gustadoras del aceite, creadoras de belleza, ágiles de inteligencia”, es decir, seres humanos hechos para el epicureísmo y el disfrute.

La fritura malagueña es otro de los “tótems” gastronómicos de nuestro litoral, con los victorianos y los chanquetes, a los que Ignacio Zuloaga llamó “espuma de mar frita”, que

complementan a acedías, chopitos, salmoneitos, calamares y pijotas, gloria de la cocina marinera andaluza que alcanza su mejor expresión en Cádiz, con su bahía singular. La gran calidad del pescado, el aceite de oliva y la brisa marinera son los elementos determinantes de una gastronomía espléndida, plagada de especies no habituales, como los ostiones, las cañaíllas, la raya, la urta, el cazón o la corvina, característicos de esa zona fronteriza del Estrecho, en donde ya se sienten los vientos del Atlántico.

Finalizado este recorrido por nuestro litoral mediterráneo, lo más importante es que la tradición culinaria del Mare Nostrum se ha extendido por todo el mundo a lomos de un prestigio creciente. La moderna dietética ha redescubierto las ventajas de la forma de alimentación que, desde hace siglos, adoptaron las gentes que vivieron en la cuna de la civilización. Así, existe incluso una aquiescencia general en torno a que en los países bañados por el Mediterráneo la mortalidad derivada de enfermedades cardiovasculares resulta mucho más baja que en el resto de Europa.

No obstante, hay que reconocer que la dieta no lo es todo y también hay que contar con la cultura. Es decir, aunque sus aspectos beneficiosos resultan más que evidentes, sobre todo en la salud, no es esta la única razón de la mayor longevidad del

hombre y la mujer del Mediterráneo, a la que tampoco son ajenas otras causas, como una vida más tranquila, la costumbre de la siesta o el menor “stress”, todas las cuales redundan en que estos países disfruten de la más alta esperanza de vida del planeta.

Analizando las bondades de nuestra alimentación nos damos cuenta de la perspicacia de Brillat-Savarin, cuando en el siglo XVIII se atrevió a decir que “la suerte de las Naciones depende de su manera de alimentarse”. Según

esto, es probable que los españoles hayamos merecido algo más de lo que la historia nos ha otorgado. Pero, en cualquier caso, comer bien es una de las mejores maneras que se conoce de interpretar la cultura y de disfrutar de los grandes placeres de la vida.