

Cuenta y Razón

Fundada por Julián Marías en 1981

La cultura gastronómica en el siglo XXI: De lo comestible a lo comible

RAFAEL ANSÓN

PRESIDENTE DE FUNDES

PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA

PRESIDENTE DE HONOR DE LA ACADEMIA INTERNACIONAL DE GASTRONOMÍA



Fundación de Estudios Sociológicos

Otoño 2015

La cultura gastronómica en el siglo XXI:

De lo comestible a lo comible

RAFAEL ANSÓN

PRESIDENTE DE FUNDES

PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA

PRESIDENTE DE HONOR DE LA ACADEMIA INTERNACIONAL DE GASTRONOMÍA

De lo comestible a lo comible
Existe un tenue pero importante matiz entre lo comible y lo comestible. Comible es, para el Diccionario de la Real Academia de la Lengua, “lo que no desagrada al paladar”, lo que es palatable, lo que podemos comer en suma. A diferencia de este concepto, comestible sería “lo que no hace daño al organismo” (definición académica), lo que contiene energía y nutrientes.

Existe un tenue pero importante matiz
entre lo comible y lo comestible

Posiblemente ha tenido más éxito a lo largo de la historia la voz “comestible”, incorporada con fuerza al mundo de la alimentación al denominarse así las antiguas tiendas de “coloniales” o “ultramarcos”, transformadas en tiendas de “comestibles”. Pero también podrían haber sido “tiendas de comibles”, puesto que su contenido no tenía por qué contravenir lo que “desagradaba al paladar”.

Anécdotas aparte, la historia del ser humano se mueve alrededor de este matiz, que cabe comprender recurriendo al ejemplo de las setas, que pueden ser comibles, porque resultan agradables al paladar, pero pueden no ser comestibles cuando son venenosas.

De la naturaleza a la agricultura

El hombre, como cualquier mamífero, se dedicó a **buscar** y **encontrar** alimentos que fueran comestibles es decir, que no perjudicaran al organismo sino que, por el contrario, aportaran los nutrientes necesarios para la subsistencia.

Después, a **crear** productos comestibles, algo que nunca hizo ningún otro mamífero. Es el origen esencial de la “cultura del agro”, de la agricultura, acaso nuestra primera gran riqueza, porque los primeros seres humanos ya no tenían que desplazarse buscando alimentos comestibles, sino que podían producirlos ellos mismos.

Comible y agradable. La cocina

Esa fue la primera gran revolución; la segunda fue inventar la cocina. En efecto, cuando el hombre se encontró con alimentos que eran comestibles pero no comibles (que no eran agradables al paladar) o que resultaban difíciles de digerir, los transformó.

Como recordaba el exministro de Cultura francés Jack Lang, los seres humanos se diferenciaron de los animales en el momento en el que comenzaron a cocinar los alimentos, dando origen a la propia civilización.

Por tanto, la cocina es, básicamente, cambiar sabores y texturas para que alimentos comestibles, nutritivos, puedan disfrutarse desde el punto de

vista de la digestión y de la palatabilidad. Es decir, que interviene de dos maneras: una, consiguiendo preparar los alimentos de manera que puedan masticarse, diluirse y tragarse, como ocurre con legumbres y cereales, que deben ser sometidos a un mínimo de cocción para que sean comibles; y la segunda, interviniendo para cambiar sabores y hacer que sean más agradables, porque el ser humano quiere que lo que coma le guste.

La cocina es, básicamente, cambiar sabores y texturas para que alimentos comestibles, nutritivos, puedan disfrutarse desde el punto de vista de la digestión y de la palatabilidad

Tributo a nuestras abuelas. La gastronomía, el placer de comer

Desde la perspectiva de la pura nutrición o alimentación, el hombre podría tomar las cosas como las ofrece la naturaleza o simplemente cociéndolas. En cambio gracias, en parte, a la callada y entregada labor de nuestras madres, abuelas y bisabuelas -que con tiempo y amor, mezclaron y guisaron los alimentos para hacerlos más agradables al paladar- se consiguió que todos empezáramos a disfrutar a la hora de comer. Así nació la gastronomía que aporta a la pura alimentación o nutrición, el placer o la satisfacción comiendo o bebiendo.

Durante muchos siglos, la única preocupación de ese mamífero llamado ser humano fue alimentarse, disponer de suficientes productos comestibles y comibles para ingerir las calorías y nutrientes que necesitaba para subsistir.

Poco a poco eso fue cambiando y, ahora, los seres humanos tienen la posibilidad de elegir entre diferentes alimentos y formas de prepararlos o cocinarlos. Al principio, esa capacidad de elección correspondía a muy pocos, a unos cuantos privilegiados pero, con el paso del tiempo, se fue democratizando.

Las técnicas culinarias eran muy simples. En el pasado, los Reyes comían lo mismo que sus servidores. Quizá los monarcas tenían la ventaja de que podían elegir entre varios alimentos pero, en el fondo, lo comían todo de forma sencilla: cocido, hervido, asado, guisado y poco más.

La revolución del siglo XIX y la Belle Époque en París

La gastronomía auténtica surgió ya en tiempos más democráticos, a principios del siglo XIX, cuando los cocineros de la aristocracia empezaron a dar de comer primero a la burguesía y después al pueblo. Paralelamente, aparecieron los primeros críticos y escritores gastronómicos, como Brillat Savarin o Grimod de la Reynière; además de los primeros grandes cocineros, como Carème.

La gastronomía se consolidó, tal y como la hemos entendido durante mucho tiempo, en la Belle Époque francesa, ya en el siglo XX, a través de personajes como Escoffier y publicaciones posteriores como la Guía Michelin, pero aquella gastronomía permitía la satisfacción de unos cuantos privilegiados.

Paralelamente, se fue desarrollando la nutrición como alimentación adecuada para la salud (lo que debemos o no debemos comer para tener una vida saludable).

A pesar de que sabemos perfectamente lo que es la dieta mediterránea y cuáles son los productos más recomendables a la hora de comer, tendemos a consumir precisamente (...) los que menos nos convienen

Salud y placer

Esta actividad paralela no ha impedido, sin embargo, que la alimentación actual, especialmente en sociedades con medios económicos suficientes, sea cada vez menos adecuada y diferencie cada vez más lo saludable de lo placentero. Es dramático constatar que, a pesar de que sabemos perfectamente lo que es la dieta mediterránea y cuáles son los productos más recomendables a la hora de comer, tendemos a consumir precisamente los contrarios, los que menos nos convienen.

Un ejemplo preocupante es que en algunos países desarrollados los niños de menos de 12 años tienen cada vez más obesidad, más diabetes, más colesterol, más enfermedades derivadas de una alimentación inadecuada. Es el resultado, en buena medida, de que cada vez haya menos vida familiar, como consecuencia del trabajo de la mujer y de unos horarios laborales cada vez más extensos sobre todo en el ámbito urbano. Por eso, los niños

acaban comiendo productos con un exceso de calorías, de grasas saturadas y azúcar. Y, además, en ocasiones, lo hacen solos con una bandeja delante del televisor.

Bienestar social

En general, el planteamiento actual de la gastronomía incluye, junto a su incorporación al mundo de la cultura, su proyección en todo lo que afecta al bienestar social, al *wellfare*, al *wellbeing*.

Naturalmente, el bienestar social, la calidad de vida, no depende solo de los alimentos que ingerimos, de sus cualidades saludables, de su calidad gastronómica. Depende también de la forma de comerlo, de la adecuación a nuestro estilo de vida y a nuestras posibilidades económicas.

El bienestar social implica tener la sensibilidad de entender que la primera finalidad de cualquiera de las sociedades modernas es que no exista el hambre

El bienestar social implica tener la sensibilidad de entender que la primera finalidad de cualquiera de las sociedades modernas es que no exista el hambre, no solo en sus propios países sino a nivel mundial. El mundo de la gastronomía incluye dos conceptos básicos de solidaridad y sostenibilidad. Forman parte del entorno, de ese “yo y mis circunstancias” de Ortega y Gasset, que condiciona el bienestar y la felicidad individual y a las circunstancias que nos rodean.

Por tanto, la RAG acepta el reto de incorporar como subtítulo, como *slogan*, “Cultura Gastronómica y Bienestar Social”. El primer concepto engloba cocina, educación, historia, economía, turismo y ciencia; el segundo, salud, relaciones sociales, vida familiar, nutrición y actividad física. Entre ambos, todo un compendio de calidad de vida y camino hacia la felicidad.

Comer en compañía

Comer bien no es solo tomar aquellos alimentos que necesitamos para nuestra salud, ni siquiera que estén bien preparados para que disfrutemos con ellos, es también comer en compañía, sobre todo en el caso de los niños, que deben compartir la comida. Decía Epicuro que “debemos buscar a

alguien con quien comer y beber antes de buscar algo que comer y beber, pues comer solo es llevar la vida de un león o un lobo”.

Por lo tanto, la gastronomía actual, la que defiende y ha promocionado España en el curso de los últimos años, va mucho más allá de ese concepto de gastrónomo o de gourmet impulsado desde Francia durante décadas. Se basa, por el contrario, en una visión global de la alimentación que abarca los diferentes aspectos que incluye el hecho de comer, fundamentalmente salud, placer y compartir.

La cultura gastronómica

La “nueva” gastronomía es, ante todo, salud, porque comemos para estar bien alimentados y tener una vida saludable. Lo que ocurre es que, si lo que debemos comer no nos gusta, tendemos a comer otras cosas, aunque sean menos saludables. Aquí debemos citar a Francisco Grande Covián, el “abuelo sabio” de la nutrición española, cuando aseguró, hace muchos años, que “la gente comerá lo que debe...si le gusta”.

Ese aspecto de placer, que aparentemente puede parecer más frívolo, puede situarse al mismo nivel que el aspecto salud. Porque solo equilibrando y haciendo compatibles la salud con el placer conseguiremos que todo el mundo coma bien desde el punto de vista global.

Y en el marco de la “nueva gastronomía” se incluyen también las relaciones sociales y familiares. No olvidemos que la mesa es el principal lugar de encuentro, de convivencia y convivialidad, de amistad, de relaciones profesionales, de negocios, de acuerdos políticos y, sobre todo, de vida familiar.

Marca País

Este nuevo esquema de lo que representa la gastronomía y la cultura gastronómica en el siglo XXI implica la importancia que tiene para la Marca País y, por tanto, en nuestro caso, para la Marca España.

Existen dos elementos que forman parte de la idiosincrasia cultural de todos los pueblos del mundo y de todas las personas: el idioma y la gastronomía.

En el caso de España, tenemos una lengua, el español, que es la más hablada como primera lengua en más países y que empieza a ser la tercera lengua después del inglés en muchos otros.

Junto a esa difusión e importancia de nuestro idioma, sin duda, el prestigio de la gastronomía es uno de los elementos constitutivos y que más impulso está teniendo en Marca España

Y junto a esa difusión e importancia de nuestro idioma, sin duda, el prestigio de la gastronomía es uno de los elementos constitutivos y que más impulso está teniendo en Marca España. La gastronomía española, en términos de innovación y creatividad, está presente en todos los lugares del mundo y prestigia y genera el orgullo de todos los españoles.

Concretamente, se ha elaborado un espacio en internet (gastromarcaespana.es), que abarca la oferta gastronómica global de nuestro país, desde alimentos y bebidas, lugares donde encontrarlos, recetas tradicionales y creativas, restaurantes y jefes de cocina, referencias a la innovación y la creatividad y por supuesto, la visión global de la alimentación.

La visión global de la alimentación. Economía y turismo

Y, para redondear esta visión global de la gastronomía del siglo XXI, están los aspectos económicos. Todo lo que ocurre en torno al mundo de la alimentación representa un porcentaje cada vez más importante del Producto Interior Bruto y de la actividad económica de un país. La producción y la industria agroalimentarias, el comercio, la distribución, los mercados, las tiendas y las “boutiques”, los restaurantes, los hoteles, el turismo gastronómico... son diferentes componentes de un sector básico en la evolución económica de los pueblos, en especial, de las sociedades desarrolladas.

Su influencia en el turismo resulta obvia. La gente puede viajar por muy diferentes motivos pero siempre tiene que comer y cenar y, por lo tanto, cada vez son más los viajeros que, entre los motivos por los que eligen su destino, se encuentra la oferta gastronómica del país o región.

Asimismo, la gastronomía y su entorno tienen una extraordinaria importancia desde el punto de vista del empleo, porque un porcentaje muy importante de los nuevos puestos de trabajo que se crean en

los diferentes países se relacionan con el mundo de la alimentación, de la restauración y, en último término, de la gastronomía.

Y saber comer, hacerlo saludable y placenteramente, puede representar también un ahorro considerable en gastos de sanidad. La Organización Mundial de la Salud afirma que **la obesidad es la epidemia más grave del ser humano de la historia** y será muy difícil que exista un sistema sanitario público o privado que pueda atender a las patologías derivadas de la obesidad, si es que ésta continúa aumentando.

La cocina de la libertad

En esa visión global de la alimentación que abarca la gastronomía del siglo XXI, cada vez tiene más importancia el espacio de libertad que España extendió a todo el mundo a partir de los años noventa. Sobre todo, porque esta “cocina de la libertad” ha multiplicado de forma extraordinaria el interés por la gastronomía, por saber comer, por disfrutar comiendo.

La libertad ha permitido, además, que los cocineros pasen de artesanos a artistas y que no tengan por qué ser fieles a la cocina del país o a la alta cocina francesa, sino que puedan hacer **su cocina, la de autor**, lo que corresponde a los verdaderos artistas.

Pablo Picasso, por ejemplo, no hacía pintura española, sino “pintura de Picasso”. Y en la misma línea, Ferrán Adrià no hacía cocina española, sino “la cocina de Ferrán Adrià”.

Un fenómeno universal

En los últimos años han surgido auténticos artistas y genios de la cocina en todos los países, no solo en Francia o en otros países del Mediterráneo. La gran cocina es hoy un fenómeno universal. Concretamente, en la lista *The World's 50 Best Restaurants*, sobresale la presencia de nueve países, de tres continentes, entre los diez primeros. No solo franceses como ocurría antaño. Bien es verdad que España tiene el primero y el sexto de ese *ranking* (El Celler de Can Roca y Mugaritz) y a cinco entre los 20 primeros. Pero lo que es asombroso es que, en solo 20 años, hayan surgido artistas de la cocina en tantos países y en distintos continentes.

Un espacio de libertad

La libertad no es solo para el cocinero sino también para el comensal. No tenemos que comer

sentados dos platos y postre. Podemos comer de pie, en taburete, sentados o paseando. Podemos comer como siempre o cambiar según nuestro interés y nuestras posibilidades. Podemos comer en una hora y media o en media hora o en cuatro. Podemos tomar dos platos y postre o 10, 12, 15 o hasta 45 platos pequeños. En concreto, las tapas son el símbolo de la libertad del comensal, del ciudadano, que puede elegir la forma, modo, cuándo y dónde comer.

Las tapas son el símbolo de la libertad del comensal, del ciudadano, que puede elegir la forma, modo, cuándo y dónde comer

Disfrutar con todos los sentidos. Y algo más

En ese camino hacia la libertad, la gastronomía nos ofrece la posibilidad de disfrutar no solo con el gusto y el aroma (con el sabor), sino también con texturas y temperaturas. Y últimamente, los artistas de la cocina han conseguido que disfrutemos con la vista. Muchos platos son auténticos bodegones del siglo XXI, de una extraordinaria belleza. Ahora, la gastronomía, la comida, entra también por los ojos. Y quizás por el oído, puesto que una buena comida pide comentar, hablar, conversar y escuchar.

Más allá de los sentidos, los grandes chefs intentan que acudamos a sus restaurantes llenos de curiosidad. Y luego intentan sorprendernos y emocionarnos, como cualquier artista.

Solidaridad y sostenibilidad

Todo un sugerente encaje de piezas, resultado de la visión global de la alimentación, la solidaridad, la sostenibilidad y la libertad, en definitiva, las grandes aportaciones que España ha hecho al mundo de la gastronomía en el siglo XXI. Siempre que, en primer lugar, seamos capaces de acabar con el hambre y conseguir que todos los seres humanos, todos, dispongan del mínimo necesario de alimentos comestibles y comibles. Y pensar en el futuro, proteger el medio ambiente y defender un mundo más sostenible.

La definición de la “nueva” gastronomía

La gastronomía es hoy el conjunto de conocimientos, experiencias, artes y artesanías que permiten comer saludable y placenteramente (definición

del Parlamento Europeo, marzo 2014). Porque, a partir de la dicotomía comestible-comible, que está en la base de los orígenes de la cocina, hemos ido dando inmensos saltos hacia adelante. Y un pensamiento final. Famosa es la expresión del epicúreo Horacio (oda XI), “carpe diem, quam minimum credula postero” (“aprovecha este día y espera lo mínimo -o nada- del próximo”), que san Pablo matiza, en el sentido de si alguien cree que no hay otra vida, entonces aparece la desesperada exclamación de Isaías (Isaías 22,13), “comamos y bebamos que mañana moriremos” (1 Cor 15,33); o la de Cicerón: “comamos, bebamos y gocemos. Tras la muerte no habrá ningún placer”.

La era digital

Sin duda, este nuevo concepto de la gastronomía, sobre todo, la cocina de la libertad, está teniendo el éxito que tiene, en gran medida, porque incorpora los signos de los tiempos, ya que a partir de los años 90, acaba la Edad Contemporánea y surge una era nueva en que la realidad es virtual. LA ERA DIGITAL.

Sin duda, la fotografía, los videos, los CDs y, sobre todo, internet, han hecho posible una globalización de la gastronomía que ha permitido que las grandes creaciones de los chefs, de los artistas de la cocina, puedan ser conocidas con carácter inmediato el mundo. Y ha dado lugar a un intercambio de conocimientos y de experiencias y ha favorecido extraordinariamente la difusión del modelo español de la cocina de la libertad que, sin duda, ha triunfado y está presente a nivel mundial.

Todos los esfuerzos que están llevando a cabo los protagonistas de la gastronomía que son los profesionales, no solo los jefes de cocina y, por supuesto, las Academias y las Instituciones y Entidades relacionadas con el mundo de la alimentación, no tendrían la difusión y el alcance que tienen si no fuera por el marco mediático en el que nos encontramos.

La capacidad de difusión de internet es ilimitada. Está favoreciendo extraordinariamente el reconocimiento y el prestigio de los grandes artistas de la cocina que son personajes mediáticos, televisivos, publicitarios. Y están poniendo al alcance de todos una información y unos conocimientos que facilitan que sepamos y podamos comer mejor, disfrutar más y ser más felices. ■

Cuenta y Razón

Fundada por Julián Marías en 1981

Información y suscripciones
Príncipe de Vergara 33 - 1º Izda.
28001 MADRID
ESPAÑA
cuentayrazon@fundes.es
www.cuentayrazon.org