

# LA TRANSICIÓN AL SIGLO XXI



# LAS VANGUARDIAS DEL SIGLO XXI



# ***LA COCINA ESPAÑOLA CONTEMPORÁNEA.***

*La nueva cocina española es un estilo que surge a finales de los años ochenta como resultado de reinterpretar la cocina española de estilo clásico y tradicional.*

*Se comienza a pensar en **la esencia de los productos locales**: Lo autóctono español como estilo, pero con otro concepto.*

*Se comienza a incorporar **moluscos españoles típicos en la alta cocina.***

*Se comienza a encontrar **nuevas estructuras en los platos.***

*Surgen las enseñanzas y corrientes de la nueva gastronomía molecular.*

*El ejemplo de Ferrán en el Bulli crea escuela, a pesar de su éxito en 2010 anuncia su cierre.*

*Algunas de las preparaciones clásicas pasan al tratamiento de la alta cocina; se revalorizan las **tapas**, clásicas de la forma de comer de los españoles, como ejecución gastronómica que pretende ser arte: micrococina (microcreaciones de uno o dos bocados).*

*Son frecuentes y populares a lo largo de la geografía Ferias de Tapas.*

*En esta investigación culinaria se empiezan a buscar **combinaciones transgresoras**.*

*Se evoluciona a los menús degustación y a la cocina de autor.*



LA GRAN EVOLUCIÓN DE LA COCINA CONTEMPORÁNEA ES LA TOTAL APERTURA CREATIVA, LO QUE SIGNIFICA MÁS QUE UNA NUEVA COCINA.

SE TRATA DE UNA LIBERACIÓN PARA LOS CHEFS, DE RUPTURA CON TODO LO ESTABLECIDO HASTA EL MOMENTO.

SE CREAN LAS CONDICIONES PARA QUE SE SUCEDA LA COCINA DE VANGUARDIA.

LOS CHEFS COMIENZAN A SER FIGURAS POPULARES, RECONOCIDAS Y SEGUIDAS POR LOS COMENSALES, es por ello que la valoración del chef se hace por su obra, su plato y por la combinación de elementos utilizados en la preparación y presentación del mismo.


Algunos de ellos empiezan a ser reconocidos internacionalmente a comienzos del siglo XXI, abriendo escuela con el *nuevo concepto de la cocina* denominado:

*nueva cocina*, tal es Ferran Adrià (trabajando en El Bulli), aunque el término no acaba de cuajar.


La elaboración de platos con nuevos conceptos culinarios (aires, humos, espumas, esferificaciones, etc), ingredientes, y estilos hace que aparezca entre los cocineros el "efecto Adriá".

Surgen conceptos en la *nueva cocina* como la deconstrucción.

Aparecen, al mismo tiempo, también críticos de las nuevas corrientes culinarias, y éstas se centran en gastrónomo y cocinero Santi Santamaria.



Este es un momento particularmente intenso, pues, además de los cambios vividos en Europa, en la cocina española, surge una verdadera revolución que la colocará a la vanguardia de la cocina mundial, marcada por el fenómeno Adrià.



El tirón de Arzak arrastró a nuevos cocineros que reinventaron las cocinas territoriales con lo mejor de cada región. Martín Berasategui, Pedro Subijana, Manuel de la Osa, Pepe Rodríguez, Adolfo Muñoz, Santi Santamaría, los hermanos Roca y muchos más que saldrían al final del siglo xx.

-A finales del siglo XX el resurgimiento de actividades hosteleras y de restaurantes de cocina "de autor" hace que empiecen a nombrarse ciertos cocineros.

-En muchos casos las recetas clásicas se "interpretaban" fuera de los cánones culinarios establecidos, buscando una modernidad o una combinación de sabores nueva a partir de la cocina española clásica.

-De esta forma cobran popularidad cocineros como Juan María Arzak, Santi Santamaria, Karlos Arguiñano.

-Nacen nuevos conceptos en torno a costumbres españolas sobre el comer, de esta forma en el norte surge la idea de la cocina en miniatura fundamentada en llevar los tradicionales pintxos a la alta cocina.

-La influencia de la televisión hace que algunos de ellos divulguen platos y recetas entre la población española, con elevados índices de audiencias. Algunos de ellos intentan innovar: Arzak y Subijana.

Otros cocineros emprenden en el extranjero, y desde allí "divulgan" estilos culinarios de la cocina española abriendo restaurantes de estilo español, tal es el caso de José Andrés en EEUU.

C A N A L  
COCINA  
COCINA



*En el año 2009 la cadena estadounidense Public Broadcasting Service emite una serie de trece capítulos titulada: Spain... on the road Again, esta emisión muestra al público estadounidense la cocina tradicional española.*



**En algún momento, aparece Ferrán Adrià.**

**Su cocina en constante evolución, una enorme expectación mediática, un gran equipo y sus técnicas innovadoras lo han llevado a ser considerado como el número 1 del mundo.**



**El fenómeno Adrià ha creado escuela, toda su filosofía, sus técnicas y sus investigaciones están publicadas y puestas al alcance de todo el mundo.**

\* El arte aquí no está  
sólo en los museos

## FERRÁN ADRIÀ

La revista Gourmet lo ha nombrado "el Salvador Dalí de la cocina", y hay quienes dicen que es el mejor chef de España. Lo cierto es que es el chef más creativo del mundo, ya que está innovando la historia de la gastronomía.

Ferrán Adrià nació en Barcelona y comenzó a trabajar lavando platos en un restaurante en el pueblo de Castelldefels, donde el chef lo inició en los trucos básicos de la cocina. Trabajó después en varios restaurantes antes de ser asistente del chef en un muy famoso restaurante de Barcelona, el Finisterre. Incluso, cuando tuvo que hacer su servicio militar en Cartagena, trabajó en las cocinas. Finalmente, en 1984, a la edad de 22 entró como empleado en el Bulli, donde al poco tiempo se convirtió en el chef principal y copropietario.

El Bulli, restaurante en la costa de Catalonia, recibió su primera estrella Michelin en 1997, convirtiéndolo en uno de los tres restaurantes españoles con este reconocimiento. Es de conocimiento popular que el Bulli se encuentra en un lugar inaccesible en la montaña, sólo abría cinco días de la semana y cerraba cuatro meses del año, tiempo durante el cual Adrià viaja, buscando nuevas ideas e inspiraciones para asombrar a sus patrones.

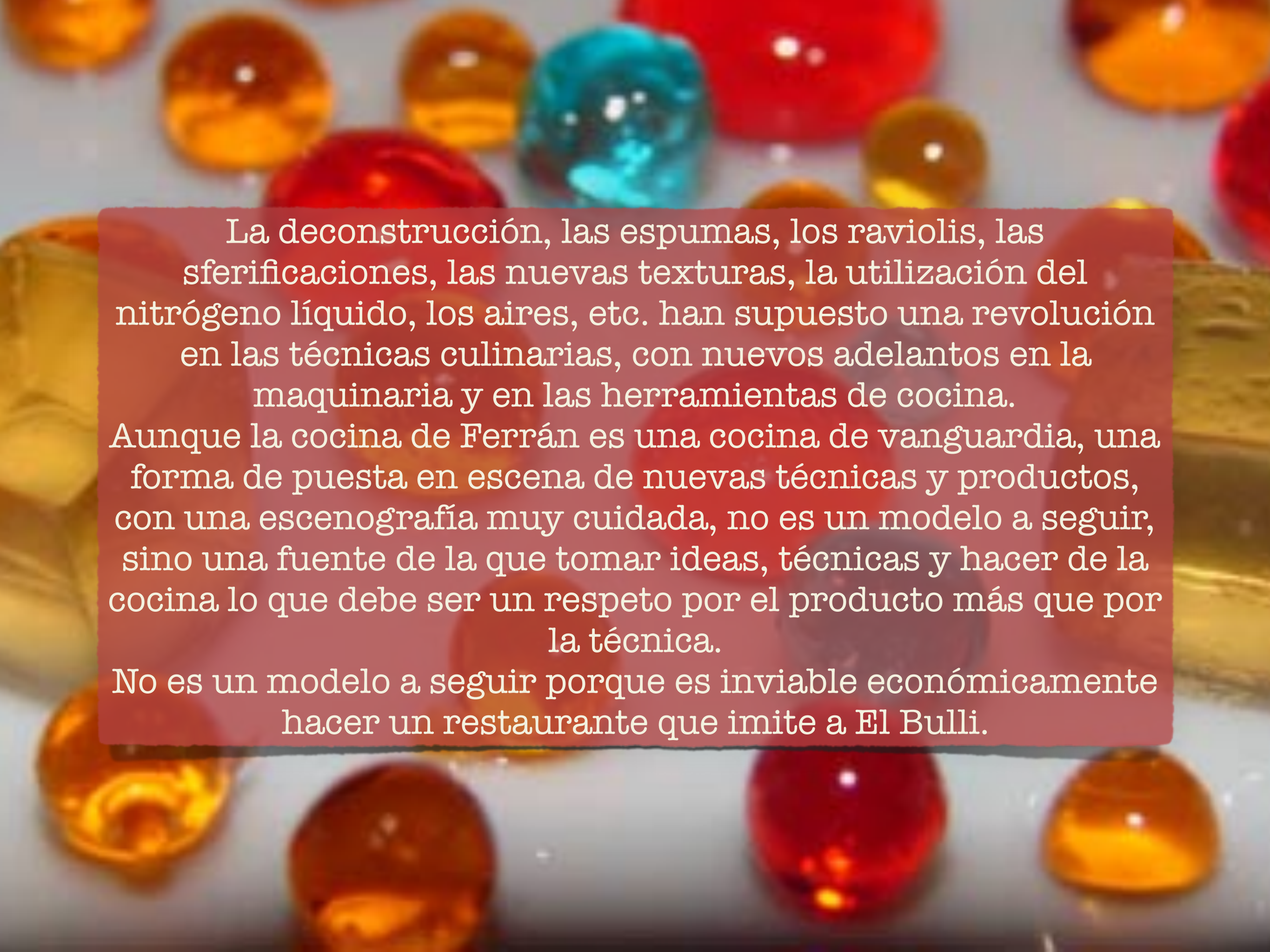
La cocina de Ferrán es básicamente la tradicional francesa, pero con muchas nuevas ideas, llevándolo a la cima más alta de las cocinas francesas. Durante la segunda mitad de la década de los 80, Adrià comenzó sus experimentos, que se basan en el uso de materiales frescos adaptados a la cocina clásica mediterránea, dándole un giro completo a la gastronomía tradicional. Muchas de estas variaciones consisten en rociar los ingredientes con un sifón, dándole una textura con burbujas, técnica que es común para algunos platillos, pero él lo aplica para casi todos. Su filosofía es proveer contrastes inesperados de sabor, temperatura y textura. Nada es lo que parece. La idea es provocar sorpresa y buen sabor.

Un menú sencillo en el Bulí incluía más de doce platos, acompañados con muchos aperitivos distintos, además de una variante de las muy españolas tapas. Algunos ejemplos de sus platillos son: huevo de codorniz caramelizado con nuez moscada, pimienta y sal Maldon; corazones de pepitas de pimientos, ostras merengadas y crocant de alga nori, por mencionar algunos.

El restaurante el Bulli recibió varios premios y reconocimientos en el 2009 por quinta vez y cuarto año consecutivo, la revista The Restaurant Magazine otorga el premio al mejor restaurante del mundo.

Con una gran personalidad, se le considera un artista de la cocina, en la que ha introducido nuevas técnicas, como la "deconstrucción" descontextualizando éste concepto del mundo del arte, las espumas (que crea utilizando sifones), la "esferificación" (empleo de alginatos para formar pequeñas bolas de contenido líquido) así como el empleo de nitrógeno líquido. Aparte de estas técnicas la cocina de Ferrán Adrià destaca por el minimalismo de la presentación, la utilización de vajillas y menaje altamente innovadores así como por la ruptura con muchos principios clásicos de la cocina. Por ejemplo, los platos salados helados, los postres con elementos hasta ahora exclusivos de platos salados etc. Además, según la filosofía de El Bulli, todos los alimentos tienen el mismo valor culinario pese a su distinto prestigio o precio. En la cocina de Ferrán Adrià no hay una predominancia de materias primas de elevado costo como foie gras, langosta, caviar etc. "Una buena sardina es mejor que una mala langosta" es una de sus máximas.


En el 2010 en la cumbre de la gastronómica de Madrid Fusión, Ferrán Adrià anuncia públicamente que su restaurante, El Bulli, permanecerá cerrado al público durante dos años, aunque seguirá abierto como taller de investigación. Durante este periodo, Adrià trabajará con su equipo en dos centros creativos el Bullitaller y el Bulli.



La deconstrucción, las espumas, los raviolis, las sferificaciones, las nuevas texturas, la utilización del nitrógeno líquido, los aires, etc. han supuesto una revolución en las técnicas culinarias, con nuevos adelantos en la maquinaria y en las herramientas de cocina.

Aunque la cocina de Ferrán es una cocina de vanguardia, una forma de puesta en escena de nuevas técnicas y productos, con una escenografía muy cuidada, no es un modelo a seguir, sino una fuente de la que tomar ideas, técnicas y hacer de la cocina lo que debe ser un respeto por el producto más que por la técnica.

No es un modelo a seguir porque es inviable económicamente hacer un restaurante que imite a El Bulli.



Pero, sobre todo, la idea básica es la integración de todos los ingredientes del plato al no diferenciar entre el producto principal y la guarnición, sino concibiéndolo como un todo.

Las sopas pasan a servirse con la guarnición en el plato y se sirve la sopa después, esto era un concepto nuevo que ahora es lo normal.

El respeto por las cocciones de los productos, la sustitución de los fumets por agua de mar, las esencias de mariscos para sustituir la salsa americana, un cambio en la clásica distribución del trabajo en la cocina, etc.

Un trabajo a estudiar del que podremos sacar muchas mejoras en la cocina y que está marcando la cocina del siglo XXI.

Haciendo un inciso en el fenómeno Adrià, hay que hablar de la japonización. Muchos de estos cocineros visitaron Japón en busca de ideas para desarrollar en sus cocinas.

La cocina japonesa, llena de simbolismo, estética, productos, técnicas y combinaciones, ha sido una fuente de inspiración para gran parte de ellos y eso se nota en la concepción, en el respeto por el producto y en la estética de los platos.

El máximo exponente de la cocina japonesa en el mundo es Nobu Matsuhisa. Nobu, tras su paso por Perú y Argentina, se afincó en Beverly Hills. En su cocina entran ingredientes típicos del Perú y su cocina va más allá de los pescados, entran también la carne y el pollo, todo ello bajo la filosofía de aplicar **«técnicas sencillas para grandes platos»** para una cocina denominada *new japanese*





Una cocina que Nobu ha llevado a sus restaurantes situados en lugares tan distantes como Milán, Tokio, Nueva York, Londres o Melbourne.

La primera etapa de El Bulli con Ferrán Adrià al frente estaba marcada por su estudio del recetario clásico y por los platos de la nouvelle cuisine.

El punto de inflexión y lo que despertó el ciclón Adrià fueron las palabras de Jacques Maximin en Cannes: «*Crear es no copiar*». Esto caló de tal manera en Ferrán Adrià que decidió crear sus propias recetas.

A partir de aquí, empezó una etapa marcada por la utilización de productos del entorno y el llevar a la alta cocina ingredientes que hasta el momento habían sido olvidados o relegados a cocinas más humildes, mejillones, percebes, etc., en la que se ha dado en llamar como una mediterraneización de la cocina, que comenzó en 1987 y en 1994 dio paso a un nuevo estilo denominado *técnico-conceptual*, donde se han buscado las nuevas técnicas y tecnologías descubiertas por su equipo o se han utilizado técnicas y sistemas desarrollados por otras personas.

Se presta atención a los cinco sentidos y sobre todo es muy importante la colaboración y la participación de científicos en el desarrollo, en el dominio y en la difusión de las técnicas.



En el 2005, el equipo de El Bulli redactó a través de 23 puntos la Filosofía de El Bulli, que era lo que había definido ese estilo plenamente consolidado de su cocina:

1. La cocina es un lenguaje mediante el cual se puede expresar armonía, creatividad, felicidad, belleza, poesía, complejidad, magia, humor, provocación y cultura.
2. Se da por supuesta la utilización de productos de máxima calidad, así como el conocimiento de la técnica para elaborarlos.
3. Todos los productos tienen el mismo valor gastronómico, independientemente de su precio.
4. Se utilizan preferentemente productos del mundo vegetal y del mar, predominan también productos lácteos, frutos secos y otros productos que en su conjunto configuran una comida ligera. En los últimos años, se hace muy poco uso de la carne roja y de aves en grandes piezas.
5. Aunque se modifiquen las características de los productos (temperatura, textura, forma, etc.), el objetivo es preservar siempre la pureza de su sabor original, salvo en los procesos en los que haya una cocción larga o se busquen matices resultantes de reacciones, como la de Maillard.
6. Las técnicas de cocción, tanto clásicas como modernas, son un patrimonio que el cocinero debe saber aprovechar al máximo.
7. Como ha sucedido a lo largo de la historia en la mayoría de los campos de la evolución humana, las nuevas tecnologías son un apoyo para el progreso de la cocina.
8. Se amplía la familia de los fondos y, junto a los clásicos, se utilizan fondos más ligeros que ejercen idéntica función (aguas, caldos, consomés, jugos de verduras clarificados, leches de frutos secos, etc.).
9. La información que da un plato se disfruta a través de los sentidos: también se disfruta y racionaliza con la reflexión.
10. Los estímulos de los sentidos no solon son gustativos: se puede jugar igualmente con el tacto (contraste de temperaturas y texturas), el olfato, la vista (colores, formas, engaño visual, etc.); con lo que los sentidos se convierten en uno de los principales puntos de referencia a la hora de crear.
11. La búsqueda técnico-conceptual es el vértice de la pirámide creativa.
12. Se crea en equipo. Por otra parte, la investigación se afirma como nueva característica del proceso creativo culinario.

13. Se borran las barreras entre el mundo dulce y el mundo salado. Cobra importancia una nueva cocina fría en la que sobresale la creación del mundo helado salado.
14. La estructura clásica de los platos se rompe: en los entrantes y en los postres, hay una verdadera revolución en la que tiene mucho que ver la simbiosis entre el mundo dulce y el mundo salado; en los segundos platos, se rompe la jerarquía producto-guarnición-salsa.
15. Se potencia una nueva manera de servir la comida. Se produce una actualización del acabado de platos en la sala por parte del servicio. En otros casos, son los comensales los que participan en este acabado.
16. Lo autóctono como estilo es un sentimiento de vinculación con el propio contexto geográfico y cultural, así como con su tradición culinaria. La comunión con la naturaleza complementa y enriquece esta relación con el entorno.
17. Los productos y elaboraciones de otros países se someten al propio criterio de cocina.
18. Existen dos grandes caminos para alcanzar la armonía de productos y sabores: a través de la memoria (conexión con lo autóctono, adaptación, deconstrucción, recetas modernas anteriores) o a través de nuevas combinaciones.
19. Se crea un lenguaje propio cada vez más codificado, que, en algunas ocasiones, establece relaciones con el mundo y con el lenguaje del arte.
20. La concepción de las recetas está pensada para que la armonía funcione en raciones pequeñas.
21. La descontextualización, la ironía, el espectáculo y la performance son completamente lícitos siempre que no sean superficiales, sino que respondan o se conecten a una reflexión gastronómica.
22. El menú degustación es la máxima expresión en la cocina de vanguardia. La estructura está viva y sujeta a cambios.  
Se apuesta por conceptos como snacks, tapas, avant postres, morphings, etc.
23. El conocimiento y/o colaboración con expertos de los diferentes campos (cultura gastronómica, historia, diseño industrial, etc.) es primordial para el progreso en la cocina. En especial, la cooperación con la industria alimentaria y la ciencia ha significado un impulso fundamental.

Compartir estos conocimientos entre los profesionales de la cocina contribuye a dicha evolución.


Esta filosofía recoge, al igual que en otras las épocas, el respeto al producto y a la técnica, pero lo más destacable y aplicable en la restauración actual (hay que recordar que imitar la estructura y funcionamiento de El Bulli es económicamente inviable) es la ruptura de la jerarquía producto-guarnición-salsa y el predominio del mundo vegetal y de los productos del mar, que se corresponden a unas normas dietéticas más equilibradas y actuales.

Como hemos visto a lo largo de toda la historia de la cocina, siempre se busca el mejor producto y la aplicación de las técnicas que mejor le vayan, lo demás puede ser accesorio y variable a lo largo de la historia.

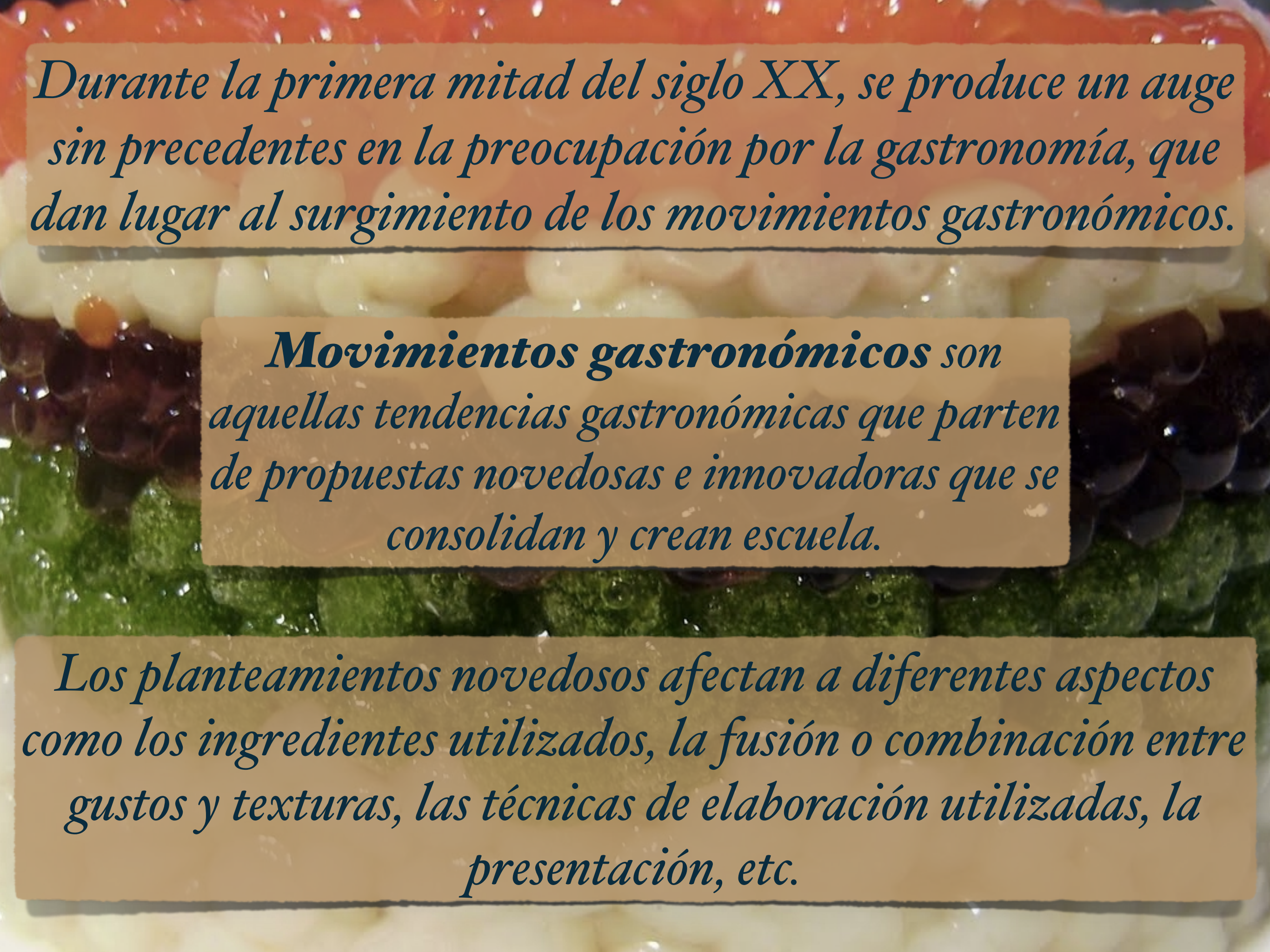
La evolución nos ha llevado a la conclusión de que la cocina es la relación entre producto y técnica con los aditamentos sociales, culturales y económicos de las épocas.

Las etiquetas, modas y devaneos alrededor de una cocina son solo aditamentos pasajeros. Los cocineros de ahora no son mejores que los que los han precedido, todo lo que sabemos ahora está construido y cimentado sobre el legado culinario que nos han ido dejando a lo largo de la historia; nosotros disponemos de ese legado ordenado y estructurado y disponemos, además, de nuevas técnicas y mejores medios y sobre eso trabajamos y crecemos. La base de Ferrán Adrià es de un estudio de la cocina clásica y los cocineros de la nouvelle cuisine, no surge por generación espontánea.

# ***LAS COCINAS DE VANGUARDIA***



*Las tendencias, corrientes, movimientos gastronómicos, definidos en los últimos años, destacan, la nouvelle cuisine, la cocina moderna, la cocina de producto, la cocina de autor, la deconstrucción, la cocina de fusión, la cocina molecular... muchas son derivaciones o evoluciones unas de las otras, no tienen límites ni fronteras entre ellas, no se puede encasillar a un cocinero en una de ellas exclusivamente.*



*Durante la primera mitad del siglo XX, se produce un auge sin precedentes en la preocupación por la gastronomía, que dan lugar al surgimiento de los movimientos gastronómicos.*

***Movimientos gastronómicos*** son aquellas tendencias gastronómicas que parten de propuestas novedosas e innovadoras que se consolidan y crean escuela.

*Los planteamientos novedosos afectan a diferentes aspectos como los ingredientes utilizados, la fusión o combinación entre gustos y texturas, las técnicas de elaboración utilizadas, la presentación, etc.*

# ***LOS MOVIMIENTOS GASTRONÓMICOS***



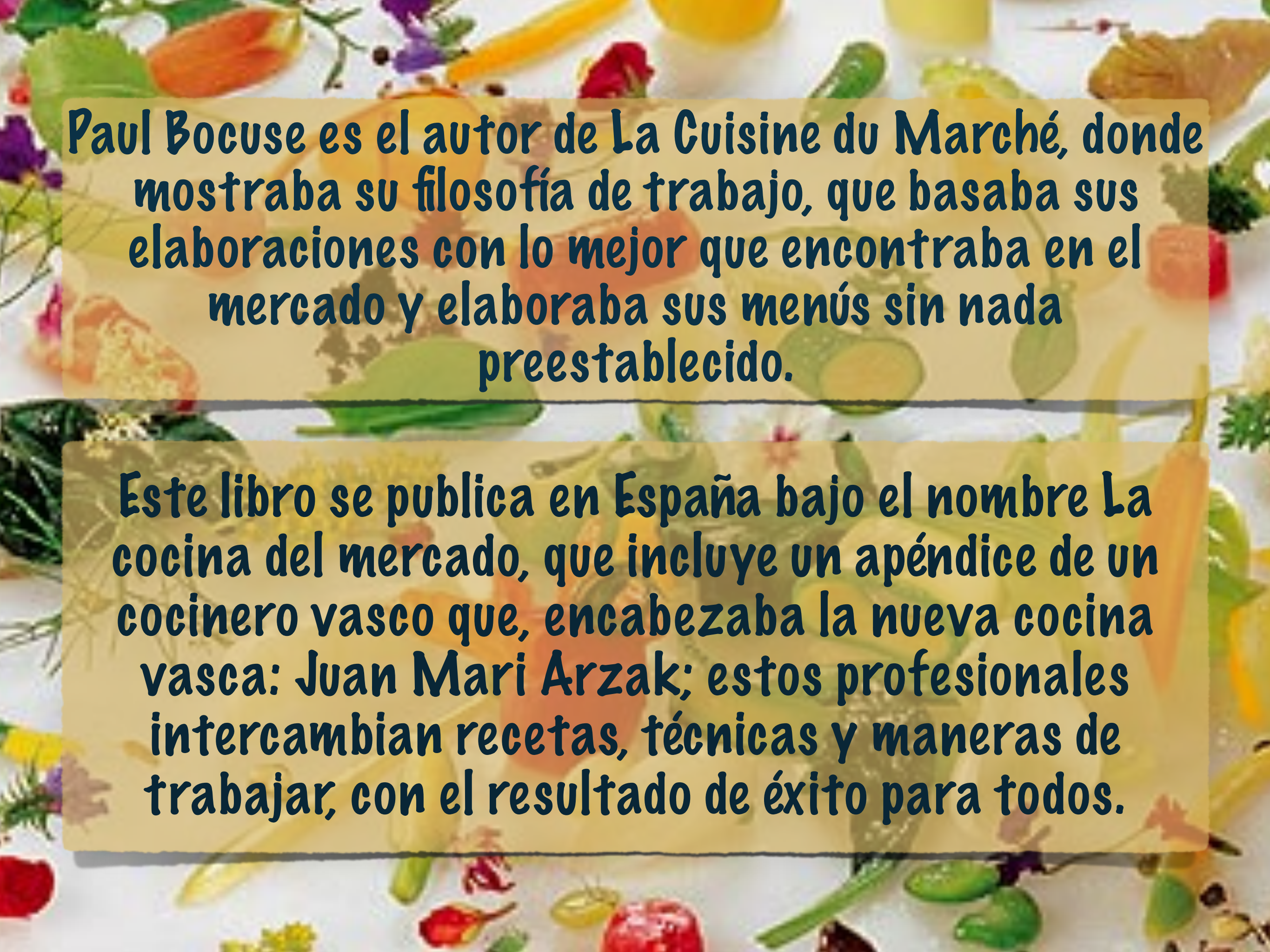
*Al mismo tiempo, el periodismo, se hace eco de este interés de la sociedad por la gastronomía, concediéndole mucho espacio, y necesita poner un nombre a las diferentes tendencias que se observan en la evolución de la cocina.*

*A lo largo de esta evolución, hemos observado muchas tendencias gastronómicas, pudiendo observar tres grandes movimientos, que han sido, y son relevantes, tanto por sus características, como por su aceptación por los profesionales y por los consumidores.*



*Ordenados cronológicamente estos movimientos serán la **nouvelle cuisine**, la **cocina de autor** y la **cocina molecular** o **tecno-emocional**; veremos estos y otros, derivados.*

*EL PRIMER MOVIMIENTO VANGUARDISTA  
DEL SIGLO XX: LA NOUVELLE CUISINE.*



**Paul Bocuse es el autor de La Cuisine du Marché, donde mostraba su filosofía de trabajo, que basaba sus elaboraciones con lo mejor que encontraba en el mercado y elaboraba sus menús sin nada preestablecido.**

**Este libro se publica en España bajo el nombre La cocina del mercado, que incluye un apéndice de un cocinero vasco que, encabezaba la nueva cocina vasca: Juan Mari Arzak; estos profesionales intercambian recetas, técnicas y maneras de trabajar, con el resultado de éxito para todos.**



**EN LOS AÑOS  
OCHENTA SURGE  
EL MOVIMIENTO  
SLOW FOOD**



# SLOW FOOD

*Su auténtico significado es “disfrutar de la comida”, degustar elaboraciones de calidad acompañadas de un buen servicio.*

*En los años 80, surgen críticas al fast food, desde el punto de vista nutricional (se acuña el término comida basura o comida chatarra).*



*En 1984 surge el movimiento slow food, promovido por **José Bové**, (político y sindicalista francés del sector agrario) con el objetivo de luchar contra los hábitos que introduce la comida rápida en nuestras vidas.*

*Aparecen documentales en los medios, como la película-documental “Super Size Me”, (M.Spurlock,2004) en la que se alimenta sólo de comida de McDonald’s un mes entero.*

*En la slow food, los productos, el servicio y el resto del entorno son lo principal, con un precio, evidentemente, más elevado que el fast food.*



Slow Food®

*“Yo no cocino para alimentar, cocino para  
emocionar”*

*Santi Santamaría*



# *Las vanguardias de la actualidad*

*Con la aparición de la cocina de vanguardia, el centro de referencia gastronómico se traslada de Francia a España, a la vez que aumenta la influencia en cocina internacional de Japón y los países escandinavos.*

*La cocina de vanguardia apuesta por la creatividad, empleando productos de calidad, y una tecnología avanzada, con el objetivo de que todos los sentidos del comensal participen a la hora de disfrutar de un plato.*

*Esta revolución ha convertido a los chefs en profesionales creativos, que “firman” sus platos, creando tendencias, imitadas en las esferas gastronómicas o de la alta cocina en todo el mundo.*

*En términos generales, por cocina de vanguardia nos referimos a una cocina que apuesta por la creatividad empleando productos de calidad, y una tecnología avanzada.*

*Puede decirse que tiene su origen en la nueva cocina vasca, principalmente de la mano de Juan Mari Arzak, Martín Berasategui, y Pedro Subijana, siguiéndoles de cerca una nueva generación de cocineros brillantes.*



# LOS PRINCIPIOS DE LA VANGUARDIA



CREATIVIDAD

TECNOLOGÍA

MENÚ  
DEGUSTACIÓN

FUSIÓN

CALIDAD  
DEL  
PRODUCTO

COCINA  
DE  
AUTOR

SORPRENDER  
EN  
LA MESA

# LA COCINA DE AUTOR

*La cocina de autor, o cocina creativa es el resultado de una creación culinaria personal utilizando productos, técnicas y procesos novedosos, con una finalidad concreta.*

*Se considera que es el primer eslabón de la cocina de vanguardia.*



*Es un movimiento en evolución continua, debido a la constante investigación y exploración de nuevas vías, para estar al día con las expectativas crecientes de los comensales, y la actividad de los competidores.*

# ***LA COCINA DE AUTOR***

*Cocina con sello propio, el último eslabón de la cocina moderna, lo que consideramos comúnmente **cocina de vanguardia**.*

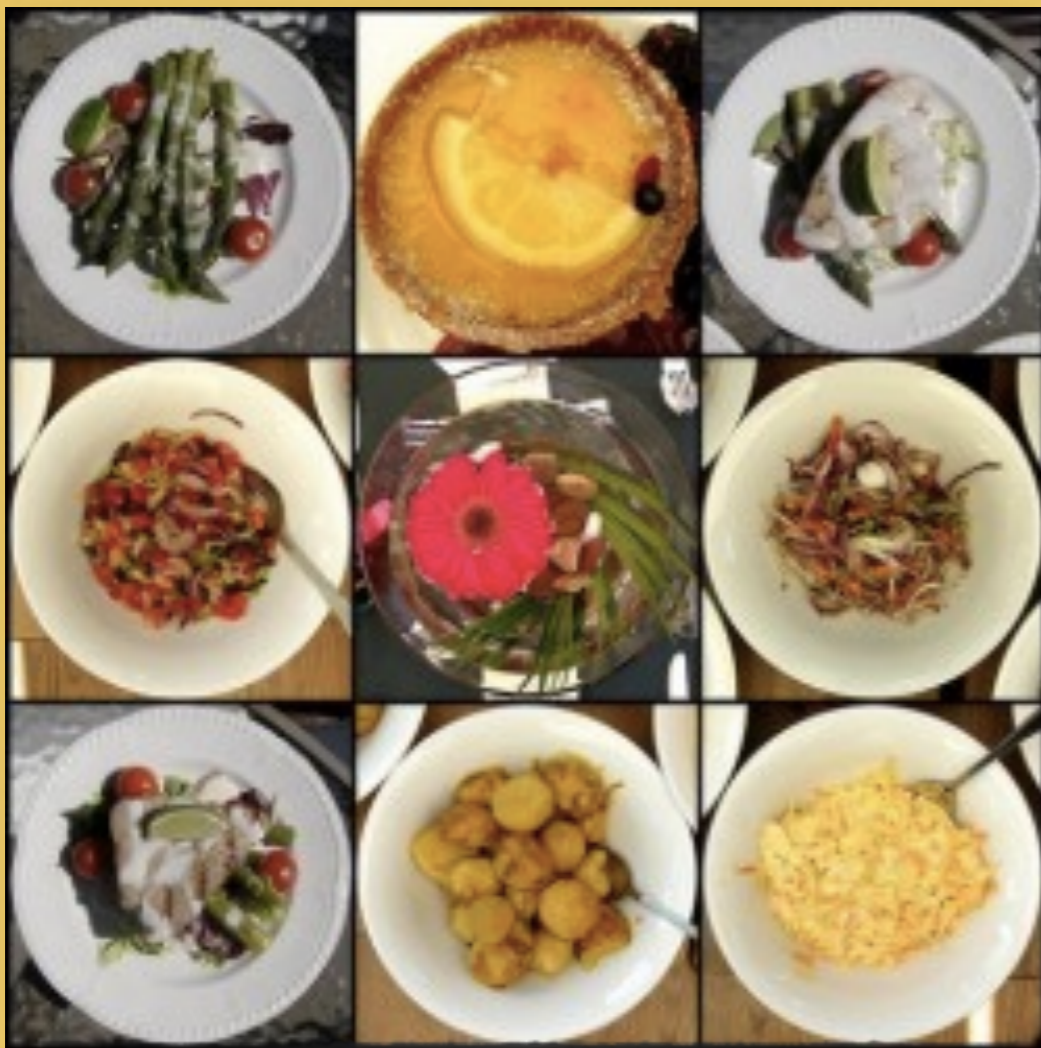
*Ir a la vanguardia es adelantarse, exponerse a las críticas, y si éstas son favorables, las propuestas perdurarán, y crearán escuela; si no logra aceptación, la idea se quedará en una moda pasajera.*

*Por eso el cocinero de vanguardia, sabe que, al poner su imaginación y su técnica al servicio de la gastronomía, está asumiendo un riesgo.*

*La cocina de autor **no tiene características concretas, está abierta a la imaginación, a la experiencia, y a las posibilidades del profesional.***

*Cualquiera puede hacer cocina de autor, pero no está al alcance de todos conseguir llegar al público, emocionar.*

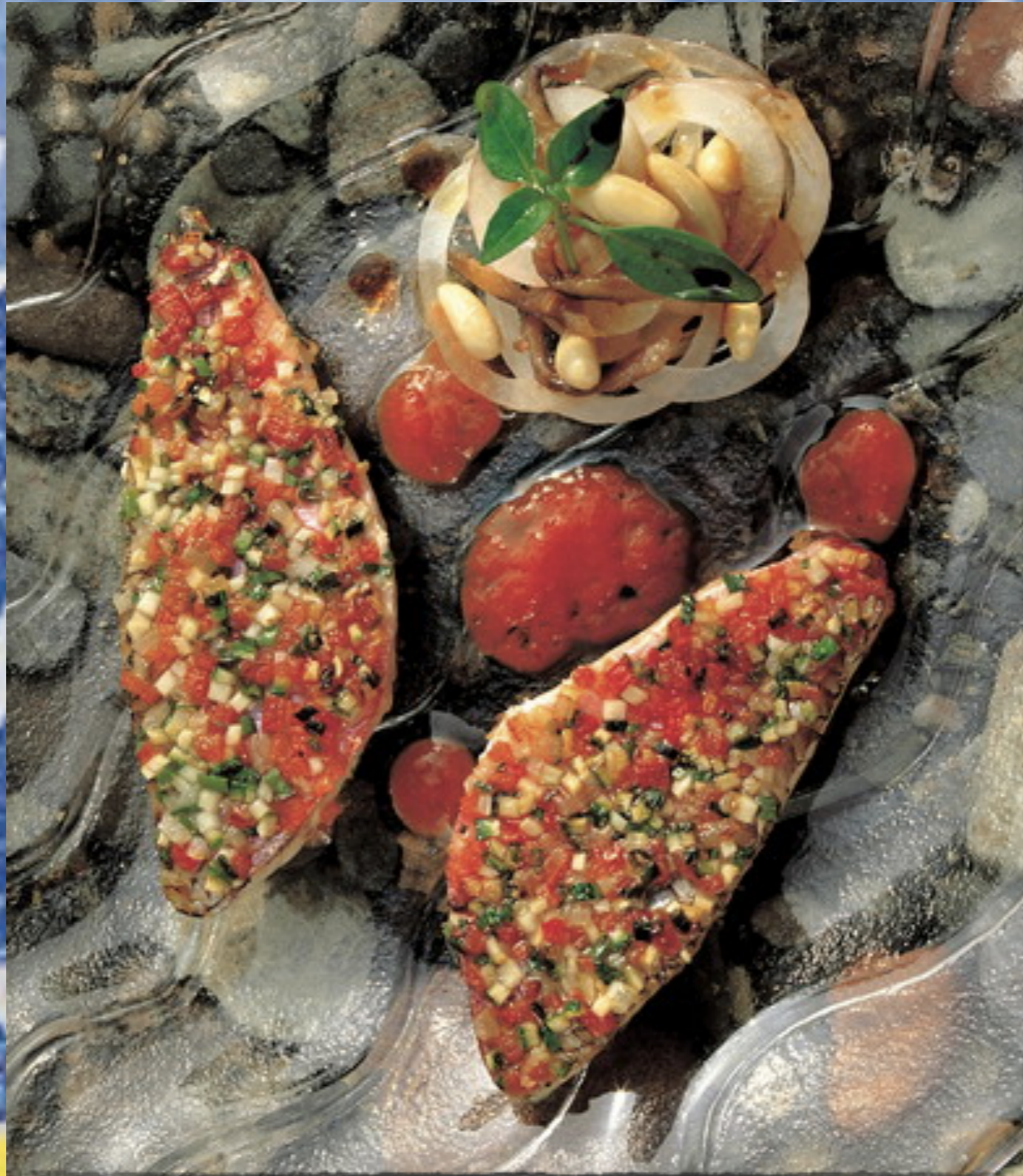
*El mejor exponente de cocina de autor es Ferrán Adrià, cocinero con una técnica impecable, que basa todas sus creaciones en un estudio meticuloso, y ha sabido reflejar sus “secretos” en publicaciones; según el la clave de la cocina de autor se asienta en tres pilares:*



***-Inspiración  
-Adaptación  
-Asociación***

# COCINA DE AUTOR: LA INSPIRACIÓN:

Activar el impacto que provoca un determinado elemento no culinario, como por ejemplo, un mosaico.

















Estos bombones que recrean planetas obra de L'éclat, la chocolatería del Hotel Royal Riga de Japón. Mercurio es de coco y mango, Venus de crema de limón, la Tierra de cacao, Marte de praliné de naranja, Júpiter de vainilla, Saturno de ron y pasas, Urano de té con leche, Neptuno de capuchino y el Sol de chocolate criollo y piña.





PAUL COOPER



## COCINA DE AUTOR: LA ADAPTACIÓN

*Se rebautizaría posteriormente como “deconstrucción”, la reelaboración de un plato ya existente; esta idea se le ocurrió, por lo visto a Adriá, comiendo perdices en escabeche, en el restaurante Churruto, concibe la idea del escabeche ligero con la perdiz deshuesada, menos engorrosa de comer.*



*Pueden ser reelaboraciones muy sencillas: por ejemplo, el pulpo con cachelos transformado en un carpaccio de pulpo con aceite en el que se ha macerado pimiento choricero, con sal maldon con una espuma de patatas espolvoreada con pimentón y gelatina derivada de la cocción del pulpo.*

# ***LA DECONSTRUCCIÓN***

*Nueva manera de llamar a la adaptación; es una forma de crear nuevas elaboraciones partiendo de otras ya conocidas.*

*Esta denominación la empezó a utilizar Ferrán Adrià, pilar de la cocina de vanguardia.*

*Consiste en utilizar elaboraciones ya conocidas y transformar las texturas de sus ingredientes, así como su forma y su temperatura.*

*Así se ofrece un plato con un nombre conocido, pero se ofrece algo muy diferente, que sorprende al cliente.*







***BOCATA DE CALAMARES DE CARLOS***

# ***EMPANADA***





***EMPANADA  
DE  
BERBERECHOS***



***PAELLA***



*MÁS PAELLA*

# ***TODAVÍA MÁS PAELLA***

#topchef



# ***SOLOMILLO WELLINGTON***





***COCIDO REGIONAL***

A photograph of three glass cups filled with a traditional Spanish dish called cocido. Each cup contains a layer of red tomato soup at the bottom, followed by a layer of green chickpea soup, and topped with a slice of chorizo sausage held in place by a wooden skewer. The cups are arranged on a black tray, which is placed on a white lace-trimmed tablecloth. Three wooden spoons with red ladybug decorations are placed in front of the cups.

# ***MÁS COCIDO***

Y a la luna...

# ***TARTA SELVA NEGRA***

















***GIN TONIC EN PLATO***

# ***MÁS GINTONIC***



# ***CAKETONIC***











Drink  
College

*Tal vez la reelaboración sea la idea más importante,  
porque revaloriza la cocina regional;  
-Como ejemplos son la red de Paradores Nacionales, en su  
política de ofrecer cocina regional de cada lugar.  
Destacan, las figuras de Martín Berasategui, Juan Mari  
Arzak, Pedro Subijana en la cocina vasca; Toñi Vicente,  
Marcelo Tejedor, Pepe Solla, en cocina gallega; Nacho  
Manzano en Asturias; Santi Santamaría, Carme  
Ruscalleda, los Roca, en Cataluña; Pepe Rodríguez,  
Adolfo Muñoz, Manuel de la Osa, en la cocina manchega;  
Dani García, en la andaluza; Quique Dacosta en la  
levantina.*

***Cada autor lleva una cocina en si mismo.***

# ***COCINA DE AUTOR: LA ASOCIACIÓN***

***Confección de un plato a partir de varios elementos propuestos de antemano, casi aleatoriamente.***



***Es una técnica muy sencilla, consiste en elaborar una lista de productos, con los métodos de cocinado a los que se pueden someter, y buscar combinaciones; pero las mezclas al azar no siempre salen bien.***



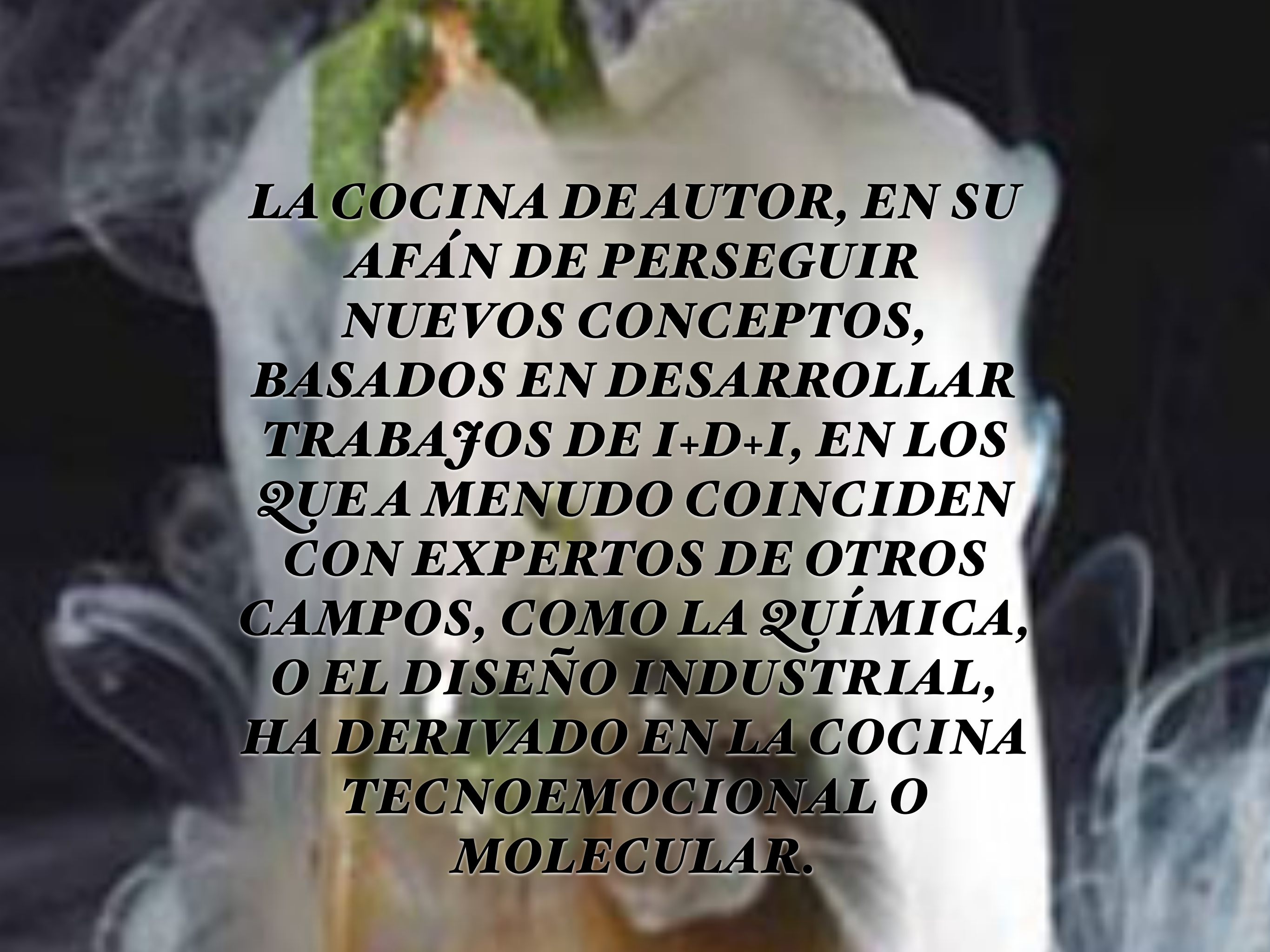


*Ensalada de flores y hierbas anisadas, amargas y agridulces*

*Un ejemplo de la combinación de las tres técnicas escritas es el gazpacho de bogavante de Adriá:*



*Un mosaico elaborado con los ingredientes propios del gazpacho, además de trozos de bogavante sobre los que se añade un gazpacho más suave, con el coral del bogavante y algo de nata montada.*



***LA COCINA DE AUTOR, EN SU  
AFÁN DE PERSEGUIR  
NUEVOS CONCEPTOS,  
BASADOS EN DESARROLLAR  
TRABAÑOS DE I+D+I, EN LOS  
QUE A MENUDO COINCIDEN  
CON EXPERTOS DE OTROS  
CAMPOS, COMO LA QUÍMICA,  
O EL DISEÑO INDUSTRIAL,  
HA DERIVADO EN LA COCINA  
TECNOEMOCIONAL O  
MOLECULAR.***

# LA COCINA MOLECULAR



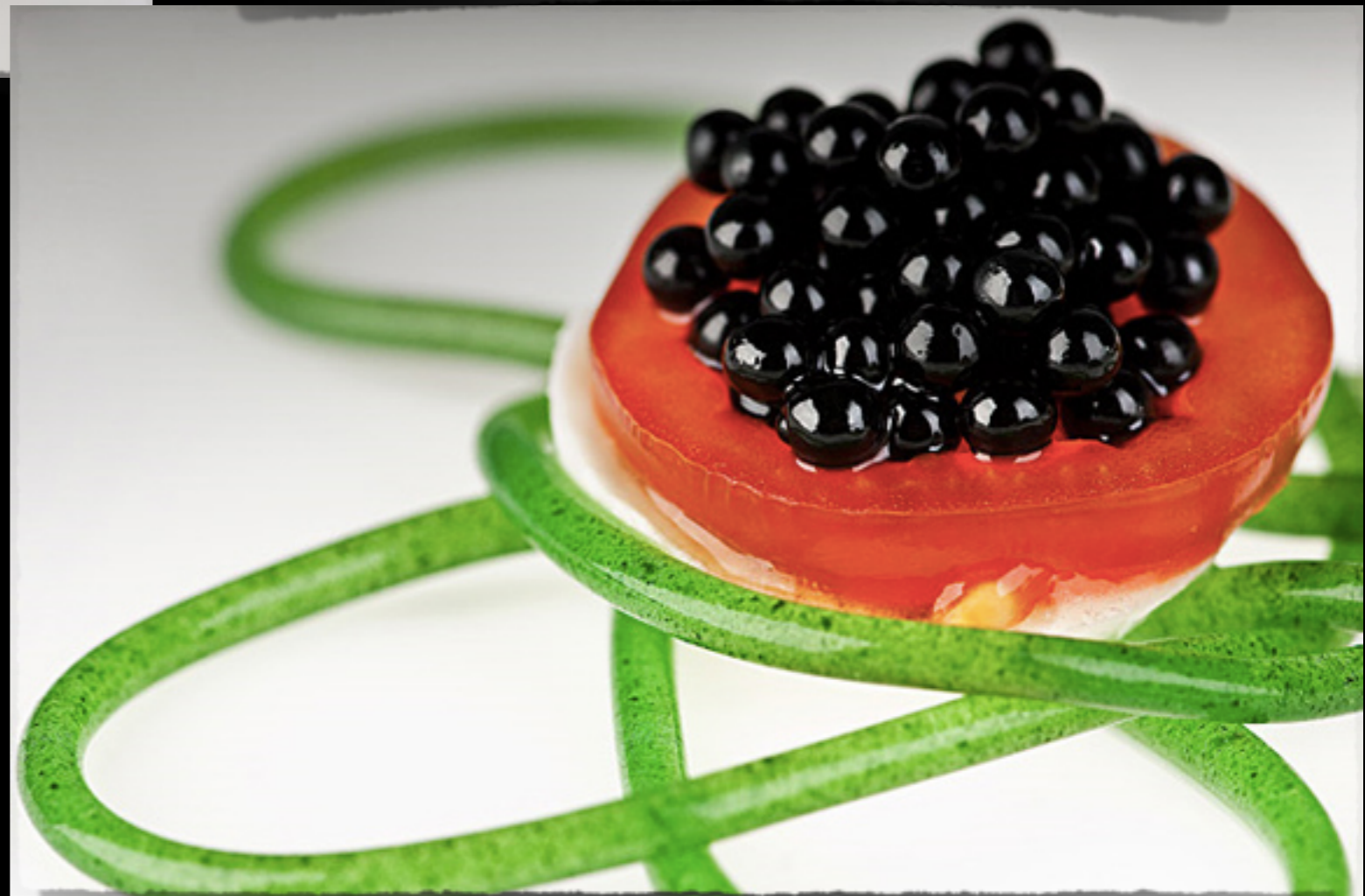
*Supone la aplicación de la ciencia a la práctica culinaria. Este término se debe a los científicos Hervé This y Nicholas Kurti. Su trabajo se basa en la alteración científica de algunos alimentos. con su trabajo entendemos muchas de las reacciones que tienen los alimentos por los procesos físicos a los que se someten y las reacciones que tienen en combinación con otros.*

*Esto da pie a la creación de nuevas elaboraciones, a conocer el cómo y el por qué de las reacciones, y las transformaciones de los alimentos.*

*La colaboración con cocineros ha ayudado a nuevas creaciones mediante gelificantes, emulsiones, etc.*

*Ferrán Adrià ha sido quién más ha llevado a su cocina las nuevas técnicas desarrolladas por medio de la investigación, lo que nos recuerda a Brillat-Savarin, empeñado en relacionar cocina y ciencia.*





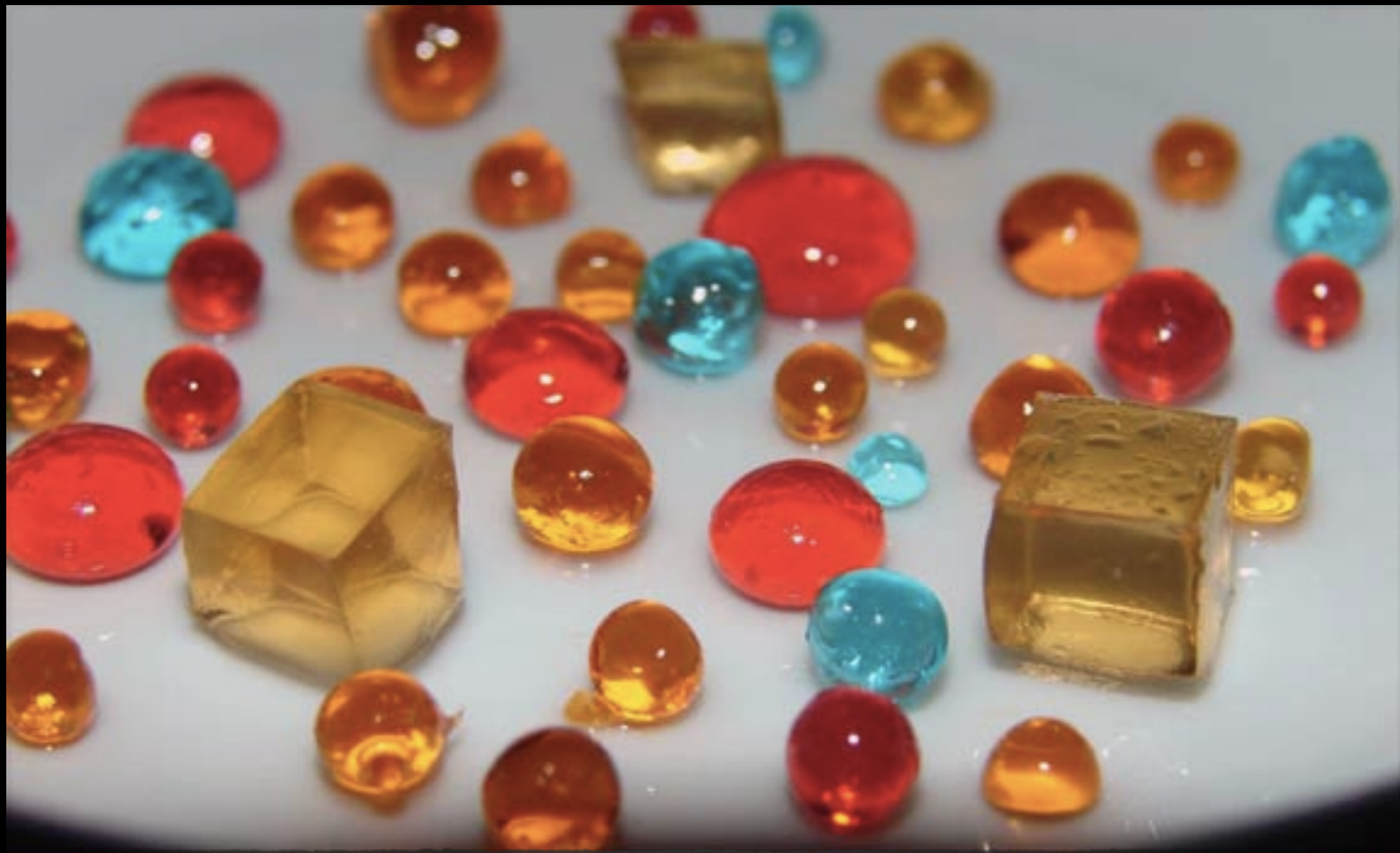












***MEDIOS EN LOS QUE SE BASAN***

# ***ESTUDIO DE LOS SENTIDOS Y LAS COMBINACIONES ORGANOLÉPTICAS***



***Aspecto,  
color,  
dimensiones,  
texturas***



***Complementa  
la apreciación  
sensorial***



***Sustancias  
volátiles***

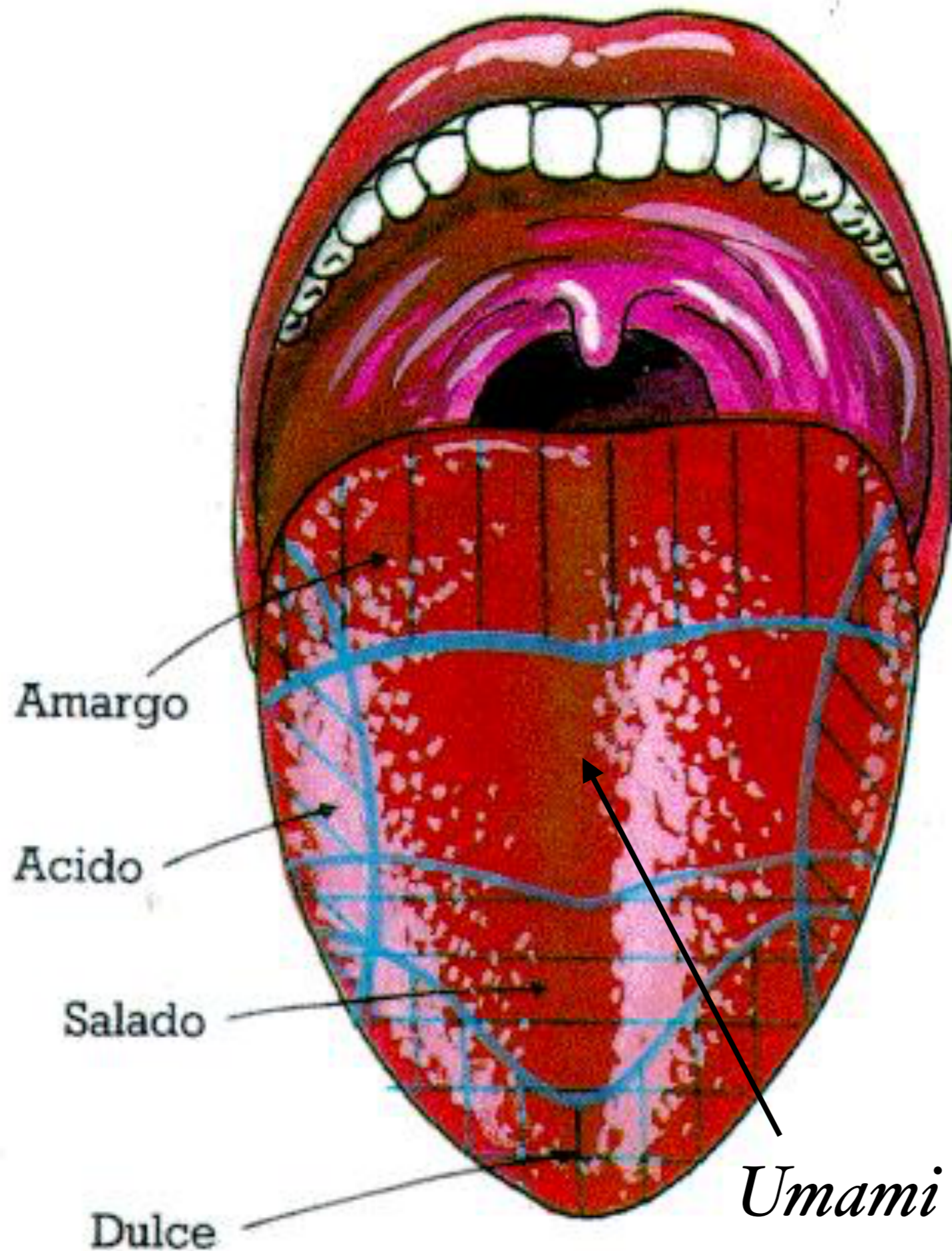


***Protagonista  
de la  
degustación***



***TEXTURAS***

***ADRIÁ CONTEMPLA, ADEMÁS DE LOS CINCO  
YA CONOCIDOS, UN SEXTO SENTIDO, EL  
RECUERDO, QUE HACE REFERENCIA A LA  
MEMORIA CULINARIA.***



*Además de los sabores, existen sensaciones que contribuyen a los sabores, principalmente, el picante (pimienta, jengibre, mostaza, ajo), y el refrescante (menta, hierbabuena, xilitol).*

# ***LA SENSOGRAFÍA GASTRONÓMICA***

*Es una técnica que permite representar gráficamente la experiencia sensorial que se vive al comer un plato, teniendo en cuenta sensaciones objetivas y percepciones subjetivas que se derivan de las emociones al comer.*

*Los mejores desarrollando esto son los hermanos Sergio y Javier Torres, (restaurante dos cielos), que han elaborado las sensografías de su carta ([www.doscielos.com](http://www.doscielos.com)).*

*Más información sobre esta herramienta en [www.sensografía.org](http://www.sensografía.org)*

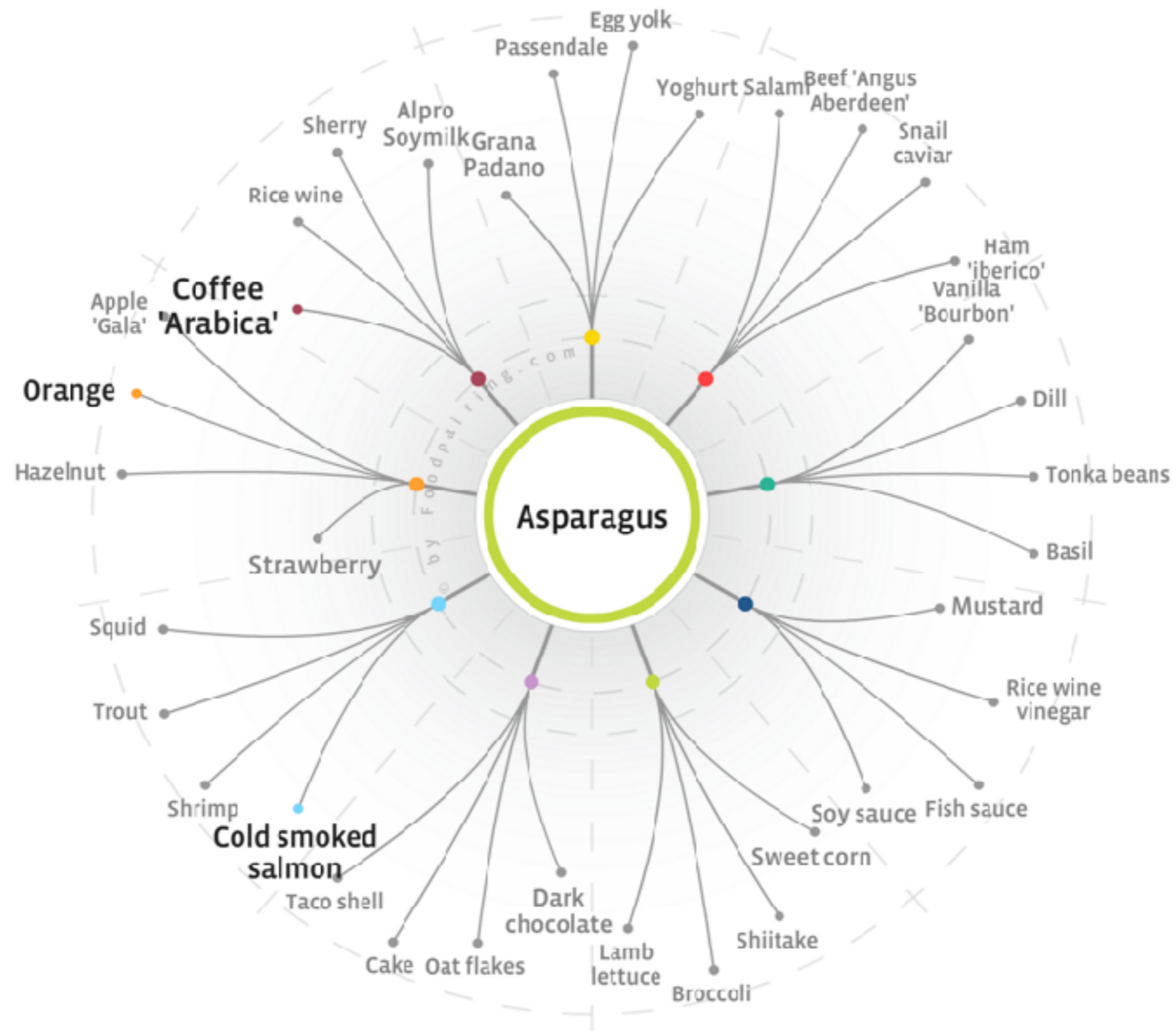
# LA COMBINACIÓN DE LOS ALIMENTOS

## EL FOODPAIRING

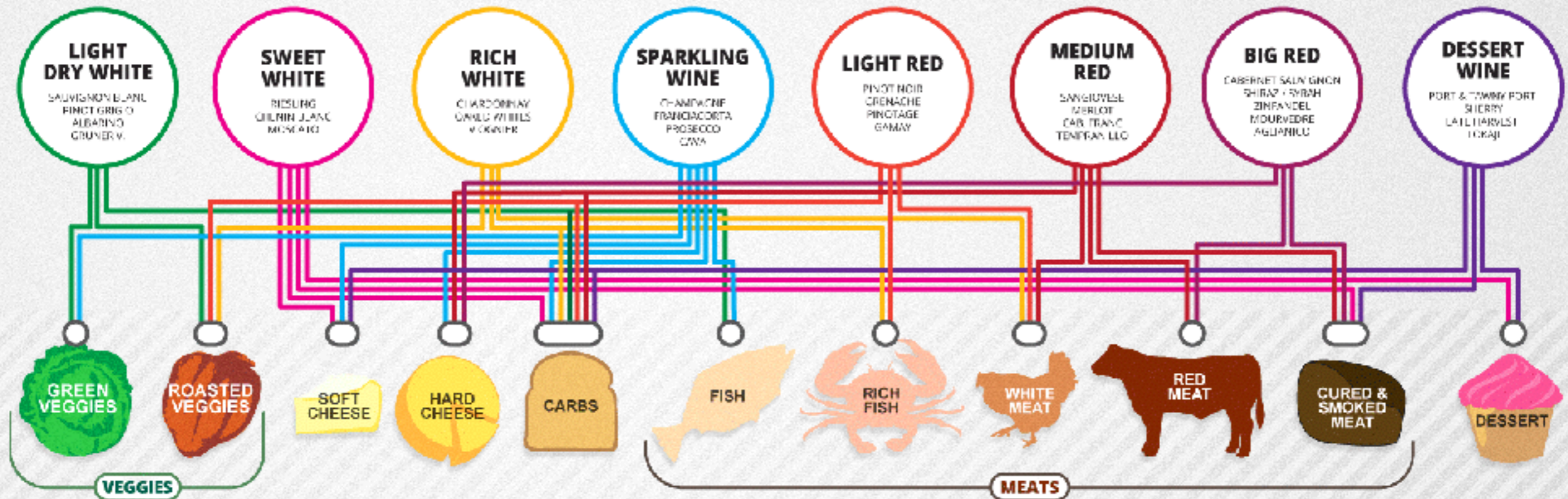
ESTABLECE LA LISTA DE AROMAS DE UN ALIMENTO, Y LAS COMPARA CON LOS DE OTRA, BUSCANDO COMBINACIONES PARA DESARROLLAR RECETAS.



*([www.foodpairing.com](http://www.foodpairing.com))*



# THE BASICS TO WINE & FOOD PAIRING



## FOODS THAT ARE DIFFICULT TO PAIR WITH WINE

asparagus

green bean

artichoke

brussel sprouts

chocolate

find more great  
wine infographics  
at [winefolly.com](http://winefolly.com)



Sharing is caring! please link back to [winefolly.com](http://winefolly.com)





# ***LA CIENCIA DE LA TRANSFORMACIÓN DE LOS ALIMENTOS***

## ***TRANSFORMACIONES FÍSICAS:***

*Procedimientos culinarios convencionales (cortes, mezclas)*

*Cambios de estado*

*La desnaturalización o gelificación de las proteínas (por aplicación de calor, acción mecánica de batido, o aplicación de sustancias).*

*La ósmosis.*

## ***TRANSFORMACIONES QUÍMICAS***

*Oxidación.*

*descomposición del azúcar (caramelización).*

*Reacciones de Maillard.*

*Combustión.*

*Fermentaciones.*

# ***NUEVA TECNOLOGÍA EN LA COCINA***

# ***GASTROVAC***



***PATENTE DE LOS HERMANOS TORRES CON LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE VALENCIA, ES UNA OLLA DE DEPRESIÓN QUE CREA UNA ATMÓSFERA ARTIFICIAL DE BAJA PRESIÓN Y AUSENCIA DE OXÍGENO, CONSIGUIENDO UN EFECTO ESPONJA.***

# ***RONNER***



*CREADO POR JOAN ROCA Y NARCÍS CANER; REUNE LAS VENTAJAS DE UN BAÑO MARÍA Y UNA VAPORERA, SE UTILIZA PARA COCCIONES A BAJA TEMPERATURA, POR DEBAJO DEL PUNTO DE EBULLICION DEL AGUA.*

# ***ROTAVAL***

*Tiene un recipiente giratorio que va vaporizando su contenido por medio de un baño maría, prácticamente como un alambique giratorio, que trabaja al vacío y a baja temperatura.*



# *PACOJET*



*ES UN CONGELADOR  
DE SOBREMESA CON  
UN POTENTE SISTEMA  
DE AGITACIÓN Y  
CORTE; PERMITE EN  
UNA SOLA OPERACIÓN  
CORTAR, TRITURAR, Y  
EMULSIONAR A MUY  
BAJAS  
TEMPERATURAS,  
CONSIGUIENDO  
TEXTURAS MUY  
CONCRETAS.*

# ***OTROS INSTRUMENTOS:***

- MÁQUINAS DE VACÍO***
- LIOFILIZADORES***
- ROBOTS***
- NUEVOS UTENSILIOS, DESTACANDO  
EL SIFÓN, EL BOLEADOR MÁGICO, EL  
COCKTAILMASTER, CUENTAGOTAS,  
PIPETAS, BIBERONES, RALLADORES  
MICROPLANE, ESPRAY MIXTO***

A stainless steel industrial cooking machine, likely a sous-vide circulator. It features a digital control panel with a small LCD screen, several buttons, and two large knobs. The panel is mounted on a stainless steel frame. Below the panel is a large, rectangular cooking tank filled with liquid. A metal mesh basket is submerged in the liquid. To the left of the tank, there is a small plastic container with a red-handled brush inside. The machine is set on a stainless steel countertop.

***NUEVAS TÉCNICAS  
-COCCIÓN A BAJA  
TEMPERATURA.***

- USO DE TEXTURIZANTES:*
  - GELIFICANTES.*
  - ESPESANTES.*
  - EMULSIONANTES.*





# **LAS ESFERIFICACIONES:**

- ESFERIFICACIÓN BÁSICA**
- ESFERIFICACIÓN INVERSA**
- ENCAPSULACIÓN**

# *USO DEL NITRÓGENO LÍQUIDO*

*ES UN GAS INCOLORO,  
INODORO QUE CONDENSA  
A TEMPERATURA  
AMBIENTE, AL TENER UN  
PUNTO DE EBULLICIÓN DE  
-196C*

# ***DESTILACIÓN AL VACÍO***

*SOMETE EL ALIMENTO A TEMPERATURAS BAJAS, Y A BAJAS PRESIONES, PARA OBTENER UN VAPOR DESTILADO QUE SE CONDENSA Y SE CONSIGUE UN CONCENTRADO CON LOS COMPONENTES MÁS VOLÁTILES DEL PRODUCTO ORIGINAL, SIN QUE SE DEGRADEN POR ACCIÓN DEL CALOR.*

# ***LIOFILIZACIÓN***

*LA LIOFILIZACIÓN ES LA  
SUBLIMACIÓN DEL ALIMENTO*

***OTRAS TENDENCIAS EN VANGUARDIA:***

# **LA COCINA DE FUSIÓN**

*La fusión une elementos de diferentes culturas; parece algo nuevo, pero como hemos visto, ya sucedió con el Imperio Romano, la ocupación árabe de la Península Ibérica, la cocina francesa del siglo XVIII, la cocina tradicional española inimaginable sin los productos traídos de América... etc. Pero es cierto que hoy, con las grandes posibilidades de viajar, y de compartir conocimientos, incluso a larga distancia, tenemos una perspectiva nueva a la hora de crear platos diferentes.*

*Podemos citar a **Abraham García** como ejemplo de cocina de fusión, pero la verdad es que es muy difícil encontrar un profesional que no haya mezclado influencias.*

# **FUSIÓN CON OTRAS COCINAS**

## **EL CONCEPTO COCINA INTERNACIONAL SE EXTIENDE**

**En la actualidad la globalización hace resurgir la posibilidad de que exista en un futuro una cocina fusión de diversos países con la cocina española, tal y como ha ocurrido en otros países europeos.**

**La aparición de nuevos productos culinarios en los mercados, así como de tiendas que ofrecen productos étnicos, hace que exista un intercambio de experiencias culinarias.**



# Propuestas actuales en Viridiana:

*“...Y me han dolido los cuchillos de esta mesa en todo el paladar. El yantar de estas mesas así, en que se prueba amor ajeno en vez del propio amor.” César Vallejo— “Antología”*

*Sopa de Perdiz ,roja y silvestre, con Trufas negras y Setas de cardo.*  
*Lentejas estofadas con Zamburiñas de Galicia (vieiras con síndrome de Peter Pan) estofadas con Lemon Grass y Leche de Coco al estilo de Tailandia.*  
*Foie de Pato al humo de Arce con Chutney de Naranjas amargas y su apropiado Vino de Sauternes (B.P. Rostchild 2010)*  
*Huevos de corral en sartén sobre Mousse de Hongos (“Boletus edulis”) y Trufas negras (“Tuber aestivum”)*  
*Los mejores Espárragos de Navarra y minúsculas Alcachofas (alcauciles) murcianas con Salmón ,rojo y salvaje , de Alaska marinado y mousselina de Acederas.*  
*Caracoles a “la llauna” con hierbas pirenaicas (romaní, farigola, ajedrea)*  
*Risotto de Arroz piamontés con media docena de Setas silvestres, poquito Jamón ibérico y Trufas frescas.*  
*Huevos de corral en sartén sobre Mousse de Hongos (“Boletus edulis”) y Trufas negras (“Tuber melanosporum”)*

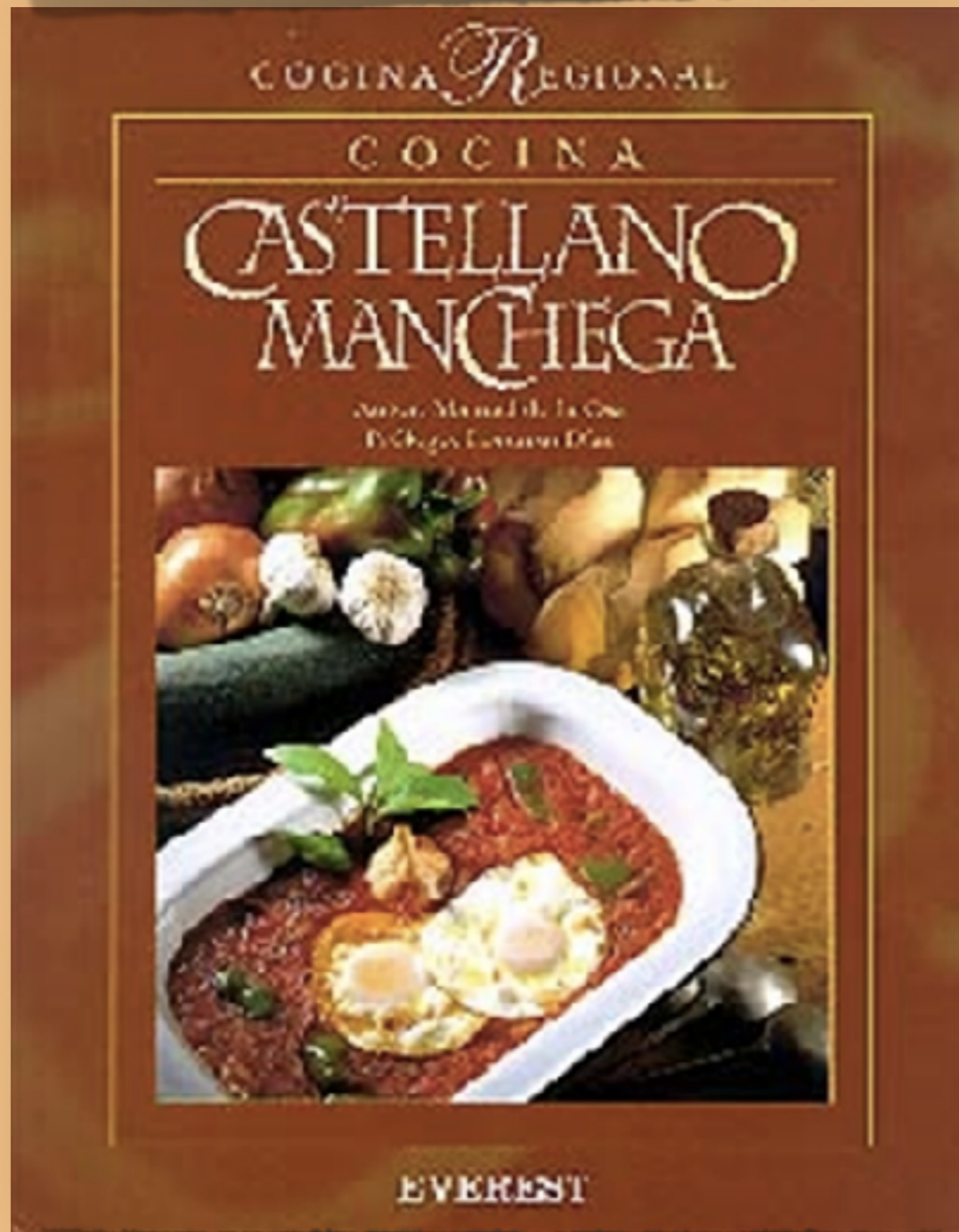
# LA NUEVA COCINA REGIONAL



*En la cocina moderna, aparece una vuelta a los productos de la tierra, la cocina de las abuelas, y los guisos que recuerdan a la infancia, desde luego, adaptándolos a las nuevas técnicas y presentaciones, en combinaciones más atractivas, implicándose en las corrientes anteriormente citadas.*

*Por ejemplo, Manuel de la Osa, valedor de la nueva cocina manchega, con su sopa de ajo de las pedroñeras, presentada fría y en copa, o la espuma de ajoarriero sobre crema de pisto y huevas de arenque (deconstrucción, fusión).*

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



*La Red de Paradores Nacionales, se encarga de elaborar ofertas gastronómicas, recuperando productos y elaboraciones propios de la región en la que se ubican.*





# ***LA COCINA DE PRODUCTO***

*El concepto cocina de producto es un término bastante reciente, pero es una cocina que ha existido siempre.*

*Este concepto ha surgido como contraposición a la cocina de autor.*

*La cocina de producto se basa en elegir géneros de gran calidad, darles una transformación mínima y sencilla, sin toques personales.*

*Un ejemplo de este tipo de cocina se da en las marisquerías y los asadores.*

# **LA ALTA COCINA EN MINIATURA: LOS GASTROBARES**

*Esta es la evolución de los pinchos y tapas, realizados por cocineros inquietos; son elaboraciones sofisticadas, en pequeñas raciones, tipo tapa, para degustar en mesa o barra, por un precio mucho más ajustado que si se hiciera en comedor.*

*Este sistema permite democratizar la alta cocina, y ofrecer una salida muchos establecimientos, para salir adelante en durante la crisis global, con una oferta mucho más ágil, y económica.*

*Destacan Sergi Arola, Rodrigo de la Calle, Dani García, Marcelo Tejedor, Albert Adrià, o Paco Roncero, con una interesantísima oferta de tapas en sus establecimientos.*



# ***LAS NUEVAS CORRIENTES EN COCINA:***

*Veamos a continuación algunas tendencias que tienen  
cierta repercusión mediática, cuyas propuestas son  
interesantes:*

***LA GASTROBOTÁNICA.  
LA NUEVA COCINA VEGETAL.  
LA CULTURA PANARRA.***

# **NUEVAS CORRIENTES: NUEVA COCINA VEGETAL**

*Encabezada por Fernando del Cerro, que desarrolla la nueva cocina vegetal donde predominan las elaboraciones exclusivamente vegetales, o con carne y pescado, pero siendo éstos la guarnición del elemento vegetal.*

*Destaca Miguel Ángel de la Cruz, en su restaurante La Botica de Matapozuelos.*

*Es una cocina muy interesante dietéticamente, y de alto nivel.*

## NUEVAS CORRIENTES: LA GASTROBOTÁNICA



*Movimiento encabezado por Rodrigo de la Calle, basado en la utilización de productos de la huerta. Se recuperan numerosos productos poco utilizados hasta ahora en cocina, con unas combinaciones audaces, utilizando como base los vegetales.*



## ***NUEVAS CORRIENTES: LA CULTURA PANARRA***

*Término acuñado por Jesús Ángel Gómez Monedero, que ha llevado la cultura del pan a su restaurante, situado en Ocaña, localidad rodeada de cereales, ofrece en mesa un surtido de panes artesanales que varían de día en día, amasados a mano, y recuperando cereales como la espeta, trigos ecológicos molidos en frío, y elaborando sus propios fermentados, haciendo inconcebible la idea de un restaurante que presente un pan congelado y precocido. Destaca Xabier Barriga, con la figura del panadero artesanal.*

# **LA COCINA TRADICIONAL EN LA ACTUALIDAD**

*¿Cómo clasificar a esos profesionales que mantienen el legado culinario de generaciones anteriores sin más aspiración que satisfacer a la demanda?*

*Tenemos un legado gastronómico que sigue vigente tras superar el filtro de la historia, los clásicos en la cocina, como el pulpo a la gallega, la tortilla de patatas, el bacalao al pil-oil, el gazpacho, los lechazos, el cochinillo, las parrilladas, el marmitako, las paellas... todas estas recetas forman parte de nuestro patrimonio nacional, pero nadie es noticia por elaborarlas.*

*Pero si vamos a las cifras, poniendo en una balanza, los ingresos y el empleo que genera la cocina de autor, y la tradicional, veremos que muchas más economías familiares viven de la restauración tradicional que de las vanguardias. Además, es incuestionable la capacidad de atracción que tienen para el turismo extranjero, que llegan a España, aprendiendo como primeras palabras, pulpo, jamón, tortilla, vino, sangría... tengamos en cuenta el motor que es el turismo de masas para la economía española, alrededor del 10% del PIB, incluso en plena crisis global.*

*La cocina de vanguardia sólo es la punta del iceberg de nuestra cultura gastronómica, que llena páginas de prensa, especializada y genérica, y está presente en todos los medios de comunicación masivos; esta cocina se sustenta sobre la base de la cocina anónima, que representa la identidad gastronómica de cada región. La cocina de vanguardia y la tradicional viven una simbiosis, se retroalimentan, la primera se alimenta de la tradición, y la segunda, del tirón mediático de las interpretaciones particulares de los autores gastronómicos, y del empaque que añaden, dignificando el producto.*



## **BUENA Y MALA COCINA**

*“¿Qué opino de las distintas corrientes gastronómicas? yo sólo distingo la buena y la mala cocina”*

*Martín Berasategui.*

*Aquí entran todas las tendencias; la distinción entre buena y mala cocina, es la clave. Todos los cocineros, ya trabajen elaboraciones tradicionales o aspiren a hacerse un hueco en cocina de vanguardia, deberán dirigir sus esfuerzos hacia la buena cocina: todos convergen en “lo de siempre”: producto y técnica.*

## ¿LA VANGUARDIA SIGUE VIVA?

*El término vanguardia, siempre es algo confuso; en los últimos años, la cocina española utilizó tres armas:*

*-Técnicas innovadoras.*

*-Máxima creatividad.*

*-Libertad absoluta.*

*La cocina española, abanderada por Adriá, el cocinero más influyente de los últimos tiempos, se colocó en el primer puesto del panorama mundial, marcó tendencias, revolucionó la gastronomía, pero no acabó de encontrar un nombre que la defina.*

*Algunos hablaron de cocina “Tecnoemocional”, pero esta denominación no acabó de cuajar, como lo hizo “Nouvelle Cuisine” en los años 70. Pero sin duda, ha marcado unas técnicas, y una filosofía innovadoras, que ahora se ven por todo el mundo.*

*En la actualidad, sobre todo, desde el cierre del Bulli, hay quienes afirman que la creatividad ha tocado techo, y que hay que volver a la cocina tradicional, pero la vanguardia, (aunque muy tocada por la crisis), sigue viva, y seguirá mucho tiempo estándolo, tal vez con menos técnicas nuevas, pero con una capacidad creativa innegable.*

En la cocina, nada empieza de cero, el más simple asado a las brasas ya se realizaba hace miles de años y ahora nos sigue pareciendo espectacular.

Las próximas corrientes culinarias podrán basarse en los principios que quieran, pero, si extraemos el final, tan solo nos quedará la búsqueda del mejor género (entendiendo por mejor el que está en su momento óptimo de calidad: tamaño, grado de madurez, características organolépticas, etc.) y la aplicación de la técnica que mejor vaya con él para sacar el mejor partido del mismo.





# ***BIBLIOGRAFÍA***

- ✦ *Armendáriz, J.L. Gastronomía y Nutrición. Paraninfo. Madrid. 2013.*
- ✦ *Ríos, A; March, L. El Arte de la Cocina Española. Blume. Barcelona. 1997.*
- ✦ *Martínez Llopis, M. Historia de la Gastronomía Española. Alianza Editorial. Madrid. 1981.*
- ✦ *Planas, M., López, Mercè. López. Ofertas Gastronómicas. Altamar. Barcelona, 2013.*