

Al límite del gusto: la frontera de la fermentación extrema

La [fermentación](#), un proceso biológico en el que microorganismos como bacterias, levaduras y mohos convierten sustancias orgánicas en alcohol, ácidos y gases, ha sido una piedra angular en la preparación de alimentos durante milenios. Tradicionalmente asociada con la creación de alimentos como el yogur, el queso, el vino y el kimchi, esta técnica está siendo revolucionada por chefs que la llevan a un nuevo nivel de refinamiento y experimentación.

En el corazón de la [fermentación extrema](#), los chefs contemporáneos exploran, no solo los tiempos prolongados de fermentación que pueden extenderse durante varios años, sino también la variedad y origen de los microorganismos utilizados. Este estudio meticuloso no solo intensifica los sabores, sino que también transforma las texturas de los alimentos de formas que antes se consideraban imposibles. Los resultados son sabores más profundos, matizados y sorprendentes que desafían y deleitan el paladar moderno.









Por ejemplo, al fermentar vegetales por períodos extendidos, se desarrolla un perfil de sabor mucho más complejo que el logrado mediante métodos de fermentación cortos. Estos sabores, que pueden variar desde notas terrosas y **umami**, hasta toques dulces y ácidos pronunciados, ofrecen una nueva paleta de gustos para los chefs creativos. Además, la textura de los alimentos puede cambiar radicalmente, volviéndose más tiernos o por el contrario, desarrollando una firmeza única que añade

un nuevo nivel de interés a cada bocado.

El uso innovador de la fermentación también está impulsado por un deseo de sostenibilidad. Al fermentar partes de alimentos que tradicionalmente se descartan, como tallos, cáscaras y semillas, no solo se reduce el desperdicio, sino que también se descubren sabores y texturas nuevos. Esta práctica no solo es beneficiosa para el medio ambiente, sino que también redefine lo que consideramos ingredientes “**premium**”, al valorar cada parte del producto por su potencial en la gastronomía.

La ciencia moderna entra en escena, sirviendo como apoyo a los chefs para experimentar con precisión. Equipos como fermentadores controlados por computadora y técnicas de análisis microbiano, les permiten afinar sus creaciones a niveles de detalle sin precedentes. Esta fusión de ciencia y creatividad no solo está ampliando los horizontes de lo que los alimentos fermentados pueden ser, sino que también está estableciendo nuevos estándares en la cocina contemporánea.

Alquimistas del sabor extremo: Chefs que desafían las convenciones gastronómicas a través de la fermentación

La **fermentación extrema** no es para los tímidos, ni para los chefs que se conforman con seguir las rutas tradicionales. En toda **Europa**, y especialmente en **España**, hay chefs que están llevando esta técnica ancestral a los límites de la creatividad, desafiando no solo las convenciones, sino también nuestras expectativas de lo que la comida puede ser.

Rodrigo de la Calle (España) – El Invernadero, Madrid



Al límite del gusto: la frontera de la fermentación extrema. Reconocido como el pionero de la gastrobotánica, **Rodrigo de la Calle** ha llevado la fermentación a un nivel completamente nuevo. En su restaurante **El Invernadero**, situado en **Madrid**, **De la Calle** experimenta con fermentaciones de ingredientes botánicos inusuales, como varas de cactus o raíces de flores, algunos de los cuales requieren meses o incluso años para desarrollar los sabores deseados. Su visión no solo busca sorprender con sabores únicos, sino también promover la sostenibilidad y el aprovechamiento total de recursos vegetales.

Andoni Luis Aduriz (España) –

Mugaritz, Rentería



Andoni Luis Aduriz, al frente del restaurante **Mugaritz** en **Rentería**, cerca de **San Sebastián**, es reconocido por su enfoque pionero y vanguardista en la cocina. **Mugaritz**, que ostenta dos estrellas **Michelin**, se ha consolidado como uno de los espacios gastronómicos más innovadores del mundo. Desde hace más de veinte años, **Aduriz** ha explorado intensamente el uso de técnicas de fermentación, integrándolas en la creación de platos revolucionarios que desafían las convenciones culinarias.

En su menú degustación de 2022, **Aduriz** presentó platos excepcionales como el “**Arroz infusionado en azafrán y fermentado con ‘koji’, suquet y gamba roja**”, bajo el título “**Del Chikugo al Ebro**”. Este plato es solo un ejemplo de cómo **Mugaritz** fusiona ingredientes tradicionales con técnicas de fermentación avanzadas para explorar nuevas texturas y sabores.

El uso creativo de fermentos no solo enriquece el perfil de sabor de los platos, sino que también subraya el compromiso de **Aduriz** con la sostenibilidad y la innovación, empleando

métodos que resaltan y transforman las propiedades naturales de los ingredientes. En **Mugaritz**, cada plato es el resultado de una exploración detallada de las posibilidades que la cocina puede ofrecer, convirtiendo cada comida en una experiencia única y educativa.

Massimo Bottura (Italia) – Osteria Francescana



En **Modena**, **Massimo Bottura**, un chef condecorado con estrellas **Michelin**, ha experimentado con fermentaciones que desafían la percepción tradicional de ingredientes italianos clásicos. En **Osteria Francescana**, **Bottura** presenta platos que incorporan fermentos de larga duración, como su célebre balsámico envejecido, que utiliza para crear contrastes sorprendentes en platos que rinden homenaje a la cocina italiana mientras la reinventa completamente.

Ricard Camarena (España) – Ricard Camarena Restaurant, Valencia



En **Valencia**, **Ricard Camarena** ha sido aclamado por su uso innovador de la fermentación en verduras y frutas, llevando su cocina a un nivel donde los sabores ácidos y **umami** dominan el plato de maneras inesperadas. **Camarena** utiliza fermentaciones de varios niveles para transformar ingredientes simples en experiencias gastronómicas complejas y multicapa, reflejando una verdadera devoción por los sabores intensos y las técnicas revolucionarias. Ejemplo de ellos, el vinagre agridulce que sale de las pieles de las zanahorias que se pelan para elaborar los doscientos kilos de ensaladilla que hacen cada semana.

Amor y odio: la división de opiniones en la industria y entre los comensales



La **fermentación** extrema, audaz y a veces provocativo en la

cocina, ha generado tanto entusiasmo como escepticismo. Esta técnica ha dividido opiniones, estableciendo un diálogo sobre los límites de la innovación y su aceptación en la cultura gastronómica moderna.

Por un lado, muchos ven la fermentación extrema como el futuro de la gastronomía. Argumentan que estas técnicas no solo ofrecen nuevas posibilidades de sabor y textura, sino que también promueven una ética de sostenibilidad al valorar ingredientes que de otro modo se desecharían.

Críticos vanguardistas y chefs innovadores alaban la capacidad de estas técnicas para transformar ingredientes humildes en experiencias culinarias excepcionales. Citando ejemplos como el kimchi y el miso, que han ganado aceptación global, sostienen que la fermentación puede enriquecer la dieta global con sabores más complejos y nutritivos.





Sin embargo, no todos comparten esta opinión. Algunos críticos y comensales han expresado reservas, calificando algunos de los sabores y texturas resultantes como demasiado intensos o inusuales para paladares convencionales. Argumentan que en su extremo, la fermentación puede perturbar la experiencia de os

comensales, más que educarlos o deleitarlos, convirtiendo la experiencia de comer en un desafío más que en un placer. Estas voces críticas preocupadas por la accesibilidad y la aceptación general, advierten contra el riesgo de que la cocina se convierta en un nicho elitista inaccesible para el comensal promedio.

Entre la comunidad de comensales, las opiniones también varían. Mientras algunos se atreven (y agradecen) la oportunidad de explorar sabores radicales y ven la innovación como una aventura, otros se sienten más cómodos con la familiaridad de los sabores tradicionalmente reconocibles. Esta división de opiniones es particularmente evidente en las redes sociales y sitios de reseñas, donde las experiencias de los comensales con la fermentación extrema pueden oscilar entre el entusiasmo exuberante y la franca aversión.

Por lo tanto, la fermentación extrema no solo está redefiniendo los límites del sabor, sino que también está probando los límites de lo que los comensales están dispuestos a aceptar y apreciar. Este diálogo en curso entre los defensores de la innovación y los defensores de la tradición, sigue enriqueciendo el debate, señalando que la evolución de la cocina siempre será un terreno de exploración y, a veces, de controversia.