

El chef del AOVE Daniel García

Daniel García Peinado, chef ejecutivo del gourmet de la selección española de fútbol “LA ROJA” y delegado nacional de la selección española de cocina profesional.

Comenzó en un obrador de panadería familiar hace 23 años en Málaga.

El AOVE, Daniel García su chef. Cinco años de bagaje profesional me sirvieron para avanzar en su formación: La Escuela de Hostelería de Málaga La Cónsula.

Allí aprendió la cocina tradicional española y donde se formó como cocinero.

Sus inquietudes y ganas de seguir creciendo, pronto le llevaron a descubrir otras cocinas.

Pasando por Inglaterra, mi primer viaje al extranjero o por estrellas Michelin *** como Martín Berasategui en Lasarte, formando parte de uno de los mejores [restaurantes](#) de España.

□En todos ellos siguió completando su formación junto a estudios de Turismo y Nutrición y Dietética, pudiendo desarrollar un estilo propio, teniendo como referente el Aceite de Oliva Virgen Extra como eje de la Dieta Mediterránea.

Para conocer un poco más de su trayectoria y de sus logros profesionales, hemos mantenido con él una entrevista en la que nos ha dado pelos y señales de la importancia del AOVE.

La Entrevista

Ángel Marqués Ávila. – ¿Qué tiene el aceite de oliva virgen extra que no encuentra en otros ingredientes? ¿Cómo llegó a entender de la importancia del AOVE en la cocina?

Daniel García. – El AOVE es una grasa por excelencia e interviene en muchos procesos metabólicos del cuerpo, aparte de ser la mejor grasa para cocinar dentro de la biodisponibilidad del organismo, aporta numerosos beneficios que otros ingredientes no tienen.

Si nos fijamos bien en la pirámide nutricional de la Dieta Mediterránea, el Aceite de oliva virgen extra está justo en el medio, fuente desde donde emanan los demás ingredientes de nuestra despensa. Esto me hizo decidirme por el producto estrella español.

El mundo del AOVE

Gracias a instituciones internacionales como la Sociedad del Oleocanthal, a científicos como Gary Beauchamp o Médicos como José Antonio Amérigo o Paco Lorenzo Tapia, conseguí adentrarme en el mundo del aove, traduciendo el lenguaje científico al lenguaje culinario, base imprescindible, junto al patrimonio oleícola y la cata.



Daniel García el chef del AOVE

Ángel Marqués Ávila. -¿Qué opinas sobre actualizar el recetario español con la nueva generación o paleta de

colores de vírgenes extra?

Daniel García. – Pienso que, desde el punto de vista del cocinero, se han dejado del lado la cocina tradicional y por ende el aceite de oliva.

Antaño nuestras abuelas solo cocinaban con lo que había, y créeme, que teníamos y tenemos muchísimo aceite de oliva con el cual cocinaban guisos tradicionales.

Hoy en día estamos recuperando nuestras tradiciones y la vanguardia están dando paso a una cocina consciente, de productos de cercanía y que respeta la temporalidad, para garantizar nuestra salud.

La nutrición y el conocimiento de ésta en la dieta, se ha vuelto importantísimo para el comensal, ya no salimos a cualquier sitio, sino que por “culpa” de la pandemia, somos más selectivos a la hora de elegir sitio, nos hemos culturizado más en lo que aporta o no la comida a nuestro ser, en la especialización y la salud, está el futuro gastronómico de este país.

Es por ello que llevo más de 12 años analizando, estudiando y actualizando el recetario español con los nuevos AOVES que han salido y está armonizando nuestro paladar.

Tenemos una asignatura pendiente como chefs y es que, las almazaras han crecido, modernizado sus instalaciones haciendo mejor producto y por ende mejorando la salud del ciudadano, ¿por qué entonces no dirigir la mirada como cocinero a respetar sus propiedades?

¿Por qué llamamos “caro” a un producto tan saludable y que nos da más rendimiento que otras grasas de semillas? ¿nos hemos actualizado en productos de globalización y hemos dejado de lado al AOVE?

Esta dinámica debe cambiar, ilas universidades como la del País Vascos o el instituto de la Grasa de Sevilla han demostrado que es la mejor [opción](#) para freír pescados por su complementación de omegas con estos o incluso la aportación de nutrientes a nivel celular...y seguimos empeñándonos en freír con aceites de semillas!!!



AOVE

Hacer conciencia

Debemos despertar la conciencia del consumidor y del cocinero para que utilicen la paleta de 270 aceitunas aproximadamente que nos da el territorio y verdaderamente usar producto de Km0 empezando por la grasa más cercana y su variedad.

Ángel Marqués Ávila. –¿Qué importancia tiene para ti en tu cocina los AOVES?

Daniel García. – Para mí cocinar con aove es lo más importante, la esencia de mi cocina y por la cual me baso para

elaborar recetas.

Utilizo en frío su parte de cata, análisis organoléptico, para crear recetas que armonicen con sabores afines a sus cualidades, picantes, frutados y amargos, y en caliente, preservar los polifenoles posibles aportan al finalizar la receta o refrescando con el mismo aove, para que, sean los más equilibrados posibles.

Ángel Marqués Ávila. –¿Qué es lo más importante a la hora de elegir un AOVE?

Daniel García. – No creo en el encasillamiento de ciertos aoves para ciertas elaboraciones, podemos elegir a razón de nuestros gustos, como los colores, lo más importante es dejarse llevar por las hojas de cata que nos transmite el productor o aprender a catar como hemos aprendido a diferenciar verduras, hortalizas u otros productos, debido a la repetición de uso en las cocinas.

Pero si tengo que elegir aoves siempre buscaré los que se complementen en la cocina mejor, donde haya equilibrio entre sus atributos positivos y los ingredientes de mi receta, además de ver si van en frío o en caliente.