

MUJER CHEF SOLO TU ERES Capaz

by Cristian Carrera Villarreal

De construirte y generar un impulso capaz de transformar los lados oscuros de tu vida en la más candente luz con la finalidad de encender los grandes fogones que alimentan la pasión por la gastronomía.

De vencer el temor para conquistar tus metas y demostrarte que eres invencible, porque el lado débil de una mujer se convierte en tu fortaleza cuando dejas atrás la que fuiste y conoces a la que hoy eres.

De rendirte ante la duda, pero únicamente para mostrarte a ti misma que puedes lograrlo todo si en ti existe la convicción de alimentar tu ser, tu profesión, tu camino al éxito, tu familia más no tu ego.

De acariciar el silencio para transformarlo en acciones que promuevan el surgimiento de un pensamiento, de un sentimiento, de una acción y de un ser mejor que tu mayor adversario divisado siempre en tu propio reflejo.

De alimentar tu mente con conocimiento y sabiduría que generan una apoteosis cuando algo adverso quiere atacar lo que ya has construido, porque una mujer gastronómica es una mujer de carácter, pasión y vida.

De pasar más tiempo con Dios y entender el propósito de su amor, para que empieces a amar la vida, porque la vida lo es "TODO".

De reconocer tus errores y enmendarlos, para que en esa cirugía en la que se cierran las heridas del pasado no dejen cicatriz alguna.

De madurar profesionalmente y reconocer tu importancia como líder pero al mismo tiempo de ser capaz de reconocer y darles la importancia que se merecen a quienes están a tu lado.



De transformar el tiempo en tu mejor aliado, no para olvidar el pasado sino para reconstruir sobre él un presente, que te permita vivir como una heroína sin súper poderes pero si con una gran mente y un gran corazón.

De amarte y sentir desbordar la pasión por ti, por lo que haces, por lo que dices, por lo que piensas, por lo que expresas, por lo que sientes, por lo que cocinas, pero sobre todo por lo que das al mundo.

De ti aprendo y comprendo el significado de la vida porque tu presencia deja huella cuando tu ausencia empieza a hacerse presente en el reloj del mundo.

De rendirte ante la duda, pero únicamente para mostrarte a ti misma que puedes lograrlo todo si en ti existe la convicción de alimentar tu ser, tu profesión, tu camino al éxito, tu familia más no tu ego.

Como Mujer, eres capaz de todo, porque sólo tu alma logró enamorar a Dios para convertirtte en Madre de la Humanidad, en

Gestora de la Libertad y en Promotora de la Verdad.

Ya quisiera el HOMBRE haber sido creado de la costilla de una MUJER, para conquistar el mundo a través de los sabores mágicos que toda mujer chef deposita sobre los lienzos comestibles.

Nunca decaigas, levanta tu frente en alto porque el título más importante que tienes en la vida es ser MUJER, ser COCINERA y ser CHEF.

Gracias por trabajar, amar, pensar, crear y luchar incansablemente demostrándonos que no son el sexo débil sino esa fortaleza que hace que el mundo se mueva.

Ostra, pasta de trigo y coco

[mpprecipe-recipe:25]

Unas jornadas reivindican el papel de las mujeres en la gastronomía canaria

Durante el mes de septiembre se sucederán charlas, ponencias, exhibiciones y la presentación de un libro que pondrán en valor el trabajo de diferentes mujeres profesionales de este sector

La Consejería de Agricultura, Ganadería, Pesca y Aguas del Gobierno de Canarias, a través del Instituto Canario de

Calidad Agroalimentaria y la empresa pública Gestión del Medio Rural, la Asociación de Empresarios y profesionales de la Gastronomía y el Sector Primario Cielo, Mar & Tierra, y el Cabildo de Tenerife celebran en septiembre el 'mes de la mujer en la gastronomía', un encuentro para reflexionar sobre el rol de la mujer en este ámbito. Esta cita, de carácter anual y a la que se sumarán el año próximo diferentes comunidades españolas, servirá para reivindicar la riqueza del producto de la isla, la sostenibilidad y el desarrollo del papel de las mujeres dentro de la gastronomía.

Con este fin, esta actuación que ha planificado la Asociación Cielo Mar & Tierra aporta la visión de 14 mujeres del sector gastronomía. A través de diferentes actividades que se desarrollarán en septiembre, las protagonistas ofrecerán una perspectiva variada y diversa, que pone en valor su trabajo.



Durante la presentación en rueda de prensa de esta iniciativa, el consejero de Agricultura del Ejecutivo canario, Narvay Quintero, comentó que se trata de una acción “muy necesaria que viene a poner en valor el papel relevante pero no siempre reconocido ni visibilizado de la mujer en la gastronomía, hilo conductor para promocionar nuestras producciones; productos frescos, de gran calidad, y de kilómetro cero”.

La presidenta de la [Asociación Cielo, Mar & Tierra](#), Leonor Mederos, señaló que a través de esta propuesta “se busca que empecemos a poner rostro a estas mujeres y trabajemos en un panorama de más igualdad, no desde la superioridad de la mujer sobre el hombre si no en un espacio de homenaje a ellas en el

que cocineros y cocineras puedan trabajar juntos”, y destacó el protagonismo del producto local y del recetario tradicional “como la base del trabajo de todo cocinero”.

Por su parte, el consejero de Agricultura, Ganadería y Pesca del Cabildo de Tenerife, Jesús Morales, se refirió a las acciones desarrolladas por la corporación insular para hacer más visible a la mujer rural y comentó que estas jornadas cuentan con “un programa muy completo que viene a poner en valor el trabajo de las mujeres en el ámbito de la gastronomía, desde la mesa hasta el campo”.

La cocinera Sibila García, dijo que se trata de una iniciativa “bonita y divertida” para lograr mayor visibilidad y poner en valor el producto canario desde una perspectiva femenina. “Las mujeres siempre hemos estado ahí pero quizás más escondidas”, agregó.

El mes cerrará con la presentación del libro ‘Sabe a Territorio’ en el que cada chef defenderá un producto local. El rostro de cada productor y productora se convertirá en el hilo conductor de 200 páginas cargadas de historias, recetas, aspectos vinculados a nuestro territorio y el más rico maridaje con vinos canarios recomendados por la sumiller Priscila Gamonal.

La primera edición contará con la participación especial de Montse Estruch, jefa de cocina y propietaria del restaurante El Cingle, en Vacarisses, Barcelona. En la historia de la gastronomía moderna española, Montse Estruch fue la primera mujer en recibir una estrella Michelin en España.



Chef Montse Estruch

El jueves, 13 de septiembre, se celebrará una “cena magistral” dirigida por Montse Estruch, Ágata Da Costa, Sibia García Peralta y Shaila Chulani, y presentada por Leonor Mederos (Asociación Cielo Mar & Tierra).

El viernes, 14 de septiembre, en la Finca La Vizcaína, se llevará a cabo una *Ponencia Show Cooking* a cargo de Montse Estruch ‘La huella de la mujer en la gastronomía’, espacio en el que la chef resaltará la importancia del producto de cercanía en la alta cocina.

Las charlas coloquio ‘La Gastronomía y el sector primario’ y ‘La Gastronomía y el Turismo’, se celebrarán los días 17 y 18 de septiembre, respectivamente, y ofrecerán una visión más profunda de tres de los subsectores más importante para el desarrollo económico de Canarias. En ellas intervienen, tanto las mujeres que representan a cada sector, como jefes de sala, cocineros y sumilleres.

El Show Cooking 'Jardines Comestibles' pondrá en valor al pequeño productor y se llevará a cabo en 'La cocina de aquí' del Mercadillo de Tegueste, el domingo 23 de septiembre. Correrá a cargo de Ágata Da Costa, Shaila Chulani y Sibia García Peralta.

Las actividades culminan el viernes 28 de septiembre con la celebración de un cóctel de clausura en la Casa del Vino de Tenerife y la presentación en ese mismo escenario del libro 'Sabe a Territorio'. Todas las actividades se retransmitirá en directo desde la cuenta de Instagram de la Asociación Cielo Mar & Tierra.

SILVIA FACAL a Mundiña



Chef **SILVIA FACAL**

Galicia

Jefa de cocina de A Mundiña, restaurante en el que recientemente, cumplió once años de vida, es natural de Pazos, Ponteceso.

FOTOS: LUIS CARRÉ REVISTA GUSTO GALLEGO

almejas lame-lame

Se lavan bien cien almejas de regular tamaño, se ponen en una cacerola sin más agua que la que ellas suelten y se hacen abrir sobre el fuego.

Cuando el agua que suelta empieza a hervir se les añade una cucharada de perejil bien picado. En una sartén se ponen como tres onzas de aceite, y una vez sin rancio se hacen freír en él dos cucharadas de cebolla bien picada y una cucharada no muy llena de pimentón.

Se vuelca el contenido de la sartén en la cazuela en dónde están las almejas, se les añade una cucharada de ralladuras de pan y se hace hervir todo unos minutos antes de servir las.



MARIDAJE

Pazo Baion 2014

MAR

Fusión marinera. Su estupenda estructura acompaña la elaboración de este plato típico con molusco gallego, consiguiendo una complejidad en sus aromas y paladar difícilmente igualable.

TEMPERATURA DE SERVICIO: 10 °C - 12 °C TIEMPO DE OXIGENACIÓN: 5' DECANTACIÓN: no

MARIDAJE DEL SUMMILLER:

Santiago Diéguez, director de sala y sumiller del restaurante

coruñés "Alborada", una estrella en la guía Michelin.

El Quindío Bajo la mirada retrospectiva de la Chef Luz Adriana Martínez



Chef Luz Adriana Martínez
Colombia
Restaurante Naxos

Su principal actividad es el cultivo del café, como también plátano, cítricos y yuca.

Quindío, con un clima promedio de 24o C, es un departamento que está ubicado en la región andina colombiana, limitando al norte con Risaralda, al este con Tolima y al oeste con el Valle del Cauca. El segundo departamento menos extenso, con 1845 km2, catalogado como uno de los más bellos de Colombia.

Patrimonio Cultural de la humanidad Su principal actividad es el cultivo del café, como también plátano, cítricos y yuca. El

25 de junio de 2011 fue declarado por la Unesco como Patrimonio Cultural de la Humanidad, el Paisaje Cultural Cafetero, y el Quindío, como parte de él, con el fin de comprometer al estado colombiano, la comunidad internacional y local su protección, pero a su vez se convirtió en una oportunidad para que sus habitantes y visitantes conozcan el paisaje y participen en su preservación, esto llevó al departamento a convertirse por tanto en uno de los principales destinos turísticos de Colombia.



Por sus condiciones geográficas y de “localización, esta región presenta un elevado número de hábitats de interés estratégico para la conservación de la diversidad biológica”. Cuenta con una gran presencia de bosques nativos y corredores biológicos considerados indispensables para la conservación de la biodiversidad mundial.

El valle de Cocora, ubicado en el municipio de Salento, Quindío y refugio de la palma de cera Árbol Nacional de Colombia, la palma más alta del mundo con más de 70 metros de altura. Y en segundo lugar y dada la condición geográfica y ambiental, refugio para la trucha arcoíris que encuentra allí las condiciones óptimas para su desarrollo, tierra alta y con temperaturas bajas, convirtiéndose en una de las principales fuentes de alimentación en la región desde los años 70.



La trucha arcoíris llega a Colombia de Estados Unidos en fase de “ojos visibles”, es un pequeño huevo de color naranja con un par de puntos negros, y es plantada en agua que debe estar

aproximadamente a 12 grados centígrados, con suficiente movimiento y una oxigenación de 9 partes por millón para que estos huevos puedan sobrevivir, además de empezar un proceso de incubación que requiere que se encuentren perfectamente esterilizados y con manejo de temperaturas exactas.

Estos tres ingredientes hacen parte de la propuesta gastronómica de la Chef Luz Adriana Martínez y su equipo de trabajo del Restaurante Naxos; donde se sirve una trucha cocida en cítricos (naranja, mandarina y limón) de la región, acompañada de crocantes de plátano verde y salsa picante de café, adornado con las más bellas flores de la región, ingredientes que también caracteriza a El Quindío ante el mundo.

Los huevos eclosionan a los 7 días y son arrojados a los estanques, donde permanecerán hasta su edad adulta, listas para ser consumidas en diversas preparaciones. Al lado de este producto y aún más importante, se encuentra el café, el cual es 100% denominación arábigo y catalogado como uno de los cafés más suaves y de mejor aroma del mundo, características que han hecho que se incorpore en la preparación de variadas e importantes recetas, tanto de sal como de dulce. En el departamento del Quindío se cultiva café en los doce municipios que lo conforman, y cada uno, posee en su producción características organolépticas distintas que hacen particular un café de otro y encontrando perfecto maridaje con las cocinas. Finalmente, y de gran importancia también encontramos el plátano, de variedad dominico hartón, alimento fundamental en las cocinas de la región cafetera y cuya calidad y sabor es apetecido en las gastronomías locales y mundiales.



Es un cultivo asociado al café, ya que se produce en las mismas condiciones ambientales y su planta sirve como barrera protectora en los cafetales.

Gracias a sus 19 variedades Colombia es considerada como la capital mundial en cuanto a producción de plátano se refiere y es aquí donde se encuentran gran variedad de sabores y texturas tan apetecidas en la preparación de platos.

Abigail Mendoza, sabor y talento indígena

“Abigail aprendió a preparar la molienda para el metate, piedra rectangular sobre la que con otra piedra en forma alargada se muelen especias”.

Si algo caracteriza al pueblo oaxaqueño es su profunda religiosidad, así como sus costumbres fuertemente arraigadas. Esto se manifiesta en las cocinas oaxaqueñas, donde recetas traídas de España y preparaciones indígenas son preparadas diariamente y transmitidas de generación en generación.

En este sabroso contexto cargado de historia, a 25 minutos de la ciudad de Oaxaca, en la vecina población de Teotitlán del Valle; se levanta orgulloso uno de los sitios más auténticos, pintorescos e importantes de México: Tlamanalli, que quiere decir “víveres en abundancia o dios de la comida”.

Tlamanalli, que cuenta con una gran importancia como acervo gastronómico capaz de transmitir cultura gastronómica, es el único restaurante de auténtica cocina zapoteca del país en el que se estudian y elaboran recetas transmitidas por generaciones que datan desde tiempos de la conquista y la colonia.

Sin grandes lujos, consta de un comedor pulcro ornamentado con detalles artesanales de la región. La enorme cocina desnuda, deja ver los anafres, las estufas, las mesas de trabajo y las ollas ya gastadas.

Los barroes y las piedras volcánicas sobre-salen en la escena que se compone de mosaicos de colores amarillos y azules. Las mujeres con vestimentas lustrosas y tocados de largas trenzas cocidos con gruesos listones coloridos, se mueven agitadas con el calor dibujado en sus rostros al arribo de la clientela.



Lo primero es un mezcal que escurre de una anforita de barro forrada de yute. Se va a sorprender porque la oferta del día, y de todos los días, no alcanza a llenar el pizarrón en donde se concentra toda, escrita con letra rápida y sin seguir el renglón.

Tlamanalli pertenece a las hermanas Mendoza. La mayor de todas ellas es Abigail quien es reconocida casi como un tesoro nacional y ha recorrido medio mundo pre-sumiendo esta cocina.

Abigail Mendoza Ruiz, a quien ya es común ver en congresos gastronómicos como San Sebastián Gastronomika, nació en Teotitlan del Valle (Oaxaca). En 1990 funda junto a sus hermanas su restaurante "Tlamanalli" donde pone de manifiesto las recetas pre-hispánicas zapotecas. En 1993 se publica en The New York Times como uno de los 10 mejores restaurantes del mundo por Molly O'Neill.

En el año 2002 fue sido galardonada por el Banco Mundial de México. En el 2004 por el gobierno local por su trayectoria

dentro de la gastronomía prehispánica. Ha sido mencionada de manera honorífica por Diana Kennedy, investigadora internacional sobre la gastronomía prehispánica y antigua del mundo, en su libro El Arte Culinario de México, como la mejor representante de la cocina prehispánica en México.

En septiembre de 2005 viaja a París para apoyar la candidatura de la cocina tradicional mexicana a integrarse en la lista del patrimonio oral e inmaterial de la Unesco.

En abril del 2011 se publica su libro con el nombre en zapoteco “Dishdaa’w”, que quiere decir la palabra se entreteje en la comida infinita. En 2013 recibe el premio “Quién 50”, los personajes que transforman a México.

En su niñez, Abigail aprendió a preparar la molienda para el metate, piedra rectangular sobre la que con otra piedra en forma alargada se muelen especias. A los siete años ya podía moler el maíz para hacer las tortillas a mano, y como a los 12 ya las hacía bien. “Me salían grandes, bonitas”, recuerda. Subió de categoría cuando supo preparar el tejate, las tlayudas, las memelitas de lengüita, y las tortillas de chocolate.

Pasado el tiempo se interesó en las comidas más complejas, como los moles, los tamales de mole amarillo que se ofrecen el Día de Muertos, el mole zapoteco, la segueta, el organillo de nopal grueso, y las sopas de frijol, de ejote y elote.



En 2005 Abigail llevó a París el chocolate atole, bebida prehispánica hecha a base de maíz, trigo o arroz y sus combinaciones, además de canela, endulzante, cacao negro y cacao blanco pataxtle que se compra en Chiapas. Ella lo bautizó como “capuchino oaxaqueño” durante un congreso gastronómico en Monterrey.

La preparación del atole consiste en hervir el maíz y dejarlo reposar toda la noche. Al día siguiente se muele en un metate para hacer la masa que luego se diluye con agua y se cuela con tela. A este líquido se agrega la espuma lograda con la pasta de chocolate movida con un molinillo.

Abigail presume que en Oaxaca existen 7 moles, y que sus platos requieren un punto de preparación al momento. “Sí porque el sabor es único, porque esta es una cocina de mucha preparación y si se come después hay sabores que se amargan y ya no sabe igual”.

La comida zapoteca se define en moles, tamales amarillos. El

mole amarillo y la sopa de sequeza o sopa de chepiles, son típicos de Teotitlán. Abigail abre el restaurante de 13:00 a 17:00 solamente, y cuando llegues, seguro verás a una de sus hermanas moliendo el maíz a rodilla, con el metate. Y más vale que lleves tiempo porque la coci-na tarda y te lo advierten. Así que no hay de otra más que empinar el codo con el mezcal y vivir un México que desconoces, a sus tiempos.

Shaila Chulani, nuevos valores CMT

Tengo el gran honor de dar inicio con este “[YoLoProbé](#)”, a septiembre “**Mes de La Mujer en la Gastronomía**”, actividad que da comienzo a lo que será, a partir de este año, una cita anual, llena de rostros, pasiones, diferentes personalidades, vivencias, experiencias y mucho más, donde el protagonismo será de uno de los más importantes actores de la gastronomía mundial y, en la historia de la humanidad... la mujer.



Creo que con esta antesala no se da cabida a ningún tipo de discusión, ni polémica; el papel de la mujer es y ha sido, de máxima importancia en todo su recorrido por la historia de la humanidad, y si vamos a analizarlo desde la cocina, entonces deténganse a pensar que es la razón de que muchos -o la gran

mayoría de cocineros- hayan decidido tomar la cocina como profesión..

*“La excelencia está en la **diversidad** y el modo de progresar es conocer y comparar las diversidades de productos, culturas y técnicas” Alain Ducasse*

Ha sido la primera escuela y orientadora en la mayoría de los grandes chefs de la actualidad, y este evento anual, no tiene otro propósito que poner en valor, lograr el respeto y reconocimiento en un sentido de total igualdad entre profesionales, dicho esto, nuestra primera cocinera será Shaila Chulani, una joven que desde hace ya un buen rato está dando todo para ser parte de este contingente importante de cocineros de Canarias.

Pero no se diga más, Shaila tiene sus raíces en India y hemos tenido una sesión privada con ella, su cocina y sus orígenes.

En todo el menú, como era lógico, voy a llevarle los sabores muy reconocidos de una cocina y sus raíces, de una cocina y su entorno, de una cocina y el ímpetu de una joven que sabe lo que quiere y además, cocina de mil maravillas.

Creo que todos los que trabajamos en el periodismo gastronómico, para dar una opinión, un punto de vista en cuanto a la gastronomía y fogones se refiere, lo primero que comenzamos a valorar es la sazón. Parecerá mentira o leyenda urbana, pero he podido comer cocinas que, aunque sus recetas estaban más que correctas, en porciones, cantidades de aliños, cocciones, etc. Los sabores no llegan a ser del todo bueno ¿cuál es la sazón? Si nos vamos al diccionario es: “tiempo de madurez de las cosas” la palabra proviene del latín: Satio que significa plantación o siembra, pero todos sabemos que se terminó aplicando a la cocina y al buen hacer en los fogones.

Pero para mí la sazón, es esa magia que tienen algunas personas para que una receta destaque de manera sublime en el

paladar y, esa magia la tiene Shaila.



“Crujientes tikkis con chutney de cilantro al tamarindo”

Comenzamos con los “Crujientes tikkis con chutney de cilantro al tamarindo”. Este conocido aperitivo del norte de la India hecho de patata cocida y especias variadas, en la versión de Shaila estuvo muy bien, nos lo presentó tipo croqueta y no aplastado, como normalmente es. El chutney de cilantro y tamarindo estuvo delicioso, lo ácido del tamarindo al combinarse con el frescor del cilantro, lo crocante y la suavidad interna de los tikkis y los sabores de nuestras papas, nos dieron el primer regocijo gastronómico de la noche, así que esto promete sacarnos de nuestra zona de confort.



“Mini-rolls de huevo rellenos de cebolla al limón”

El segundo entrante de la noche no se hizo esperar “Mini-rolls de huevo rellenos de cebolla al limón” estos rollos elaborados con harina, como la mayoría de los crepés, tortitas etc. Nos pareció bien, no hay mucho que decir, estuvo más que correcto, pero si debo decir un detalle del relleno; en el macerado de la cebolla no hubiera repetido el cilantro, porque veníamos de un chutney bastante potente con cilantro, este detalle le ha pasado a muchos cocineros a los que nos ha tocado probar algunos platos, ¿por qué? se debe dejar por lo menos, un plato intermedio de uno a otro, nunca debe dejar un hilo conductor que repita sabores y aromas, debe siempre haber una brecha en sabores y aromas de los platos.



“Gambones sobre brotes salteados, mango y cebolla caramelizada al comino”

Con el siguiente plato si se va a notar una diferencia y, además muy rica, “Gambones sobre brotes salteados, mango y cebolla caramelizada al comino” en este plato me gustó la combinación de géneros y especies, vale la pena aclarar que Shaila nos trajo su versión con mucho menos picante en todas las recetas, cosa que se agradece, aunque yo soy fanático del picante. Eso está muy bien, siempre digo que el paladar lleva tiempo en adaptarse a las cocinas de otras regiones, razón por la que no creo al 100% en esos gurús que hacen paseos rasantes por el planeta y zúas! Ya saben calibrar todo lo bueno y malo de una región.

Pero volviendo a los manteles, la cebolla caramelizada, con la manga y el comino es una combinación del 10, llena de contrastes y buenos sabores, pero para mí gusto, hubiese

quedado mucho mejor con un mango menos dulce o en punto más verde, y otro detalle, los brotes, hay una gama de brotes que seguro hubieran terminado de brindarle al plato más matices, pero estos detalles son cuestión de paladar, porque estuvo muy bueno y muy rico en boca.



“Dados de pollo en salsa estilo jalfrezi con esencia de coco”



Arroz basmati aromatizado con cardamomo

¡Ya! último plato, antes del postre, “Dados de pollo en salsa estilo jalfrezi con esencia de coco” una de las combinaciones más exóticas para mí y que me gusta muchísimo en la cocina hindú, son las recetas que llevan coco o leche de coco y curry, es una combinación en nuestro día a día inusual, razón que hace que, cada vez que la pruebe quede muy agradado, sobre todo si está tan bien preparada como esta.

Este plato viene acompañado de un aromático y al dente arroz basmati aromatizado con cardamomo...mejor imposible!.

La salsa jalfrezi es un curry hecho con mezclas de verduras o de carnes para luego secarlos, así que, a estos riquísimos dados de pollo, muy suaves en boca, impregnados en la preparación de la esencia de coco, hay que sumarle la exquisita salsa jalfrezi ¿buen final? Esperen que les hable del postre.

Normalmente el postre es algo que me salto en mis crónicas, a veces porque la mayoría recurren a un buen chocolate y con un buen chocolate, cualquier postre es bueno.



“Kulfi de manga con crocante de pistacho”

Pero este no fue el caso de Chulani, no, ella fue a por más en el postre “Kulfi de manga con crocante de pistacho” este postre hindú (lácteo congelado) para hacer un poco de historia, se servía en bodas, eventos especiales, banquetes etc. Así que, me voy a tomar el mismo sentido de importancia que se le da en India, esta ha sido una ocasión importante y por cierto, es el segundo mejor postre que pruebo en lo que va de año, y ambos hechos por una talentosa joven. Lamentablemente no puedo invitarlos a probar esta maravilla de cena llena de raíces hindúes con productos de nuestro entorno, ya que Shaila se desarrolla profesionalmente en los fogones del [Mesón El Drago](#), no tiene restaurante, pero ella estará como responsable uno de los puntos de alimentación ofreciendo su cocina en el próximo [Festival del Cochino Negro, Quesos y Vinos de Tenerife](#) en la plaza del Cristo, 19, 20 y 21 de octubre, les recomiendo no dejen de ir a probar sus dos tapas.

Así que crean en mi palabra, esta joven Shaila Chulani, es una fuerte promesa en la gastronomía de Canarias.

Atelier Culinaria

Crenn...Poesía

Cocina que deleita el paladar de la misma manera que un poema deleita al oído; cada elemento en el plato se forma y transforma, al igual que una sola línea de la poesía, se encuentra el significado de un poema.

Tal es la cocina en el célebre Atelier Crenn de San Francisco, donde la chef y propietaria Dominique Crenn, la primera mujer en los Estados Unidos en recibir dos estrellas Michelin, ha creado una experiencia gastronómica cautivadora en la que la comida es mejor descrita como arte puro.

En francés la palabra “Atelier” hace referencia al taller de un artista, un espacio para crear, y la cocina modernista de Crenn encarna la idea de que la comida es un medio de expresión artística.

ATELIER CRENN lleva el nombre de un pequeño estudio detrás de mi casa de infancia en el noroeste de Francia, donde mi padre solía pintar cuadros inspirados en el mundo natural que nos rodea en Bretaña, desde paisajes marinos, hasta paisajes de naturalezas muertas de las granjas de nuestra familia. Llamamos a su estudio “Atelier Papa Crenn”, y fue un refugio para mí. Mientras mi padre pintaba, compartía conmigo un amor por el arte que continúa hasta nuestros días, más de quince

años después de su pérdida y que me inspirara a convertirme en artista. Mi padre siempre animó mi pintura, la escritura y la cocina como esfuerzos artísticos igualmente válidos, así que cuando abrí mi primer restaurante en 2011, quería que fuera un testimonio de los valores que me inculcó. Colgué sus pinturas en la pared, escribí mis menús como poemas y dibujé mi inspiración de la naturaleza.



En francés, la palabra “Atelier” solo puede ser utilizada para referirse a un taller de un artista o a un taller de artesanos, y me gusta la forma en que encarna la intersección entre el arte y la artesanía en el mundo culinario. Cuando empecé a cocinar, podría haber sido ridículo para un chef reclamar hacer arte en la cocina, pero en el tiempo actual, hay una conciencia más amplia que la comida puede ser un medio de expresión artístico. En el 2014 se presentó un estudio de tres ensaladas con los mismos aderezos e ingredientes medidos al gramo, cortados de la misma manera; las mismas se emplataron como réplicas exactas de pinturas del pintor de la Bauhaus Wassily Kandinsky, resultaron ser más deliciosas que los mismos ingredientes escogidos al azar y sin armonía ninguna en sus ingredientes. Esto confirmó mi intuición de que el aspecto visual de los alimentos afecta nuestra percepción del gusto. Pero es más profundo que una sencilla cuestión de hacer que la comida se vea bien -después de todo, las composiciones de Kandinsky son desafiantes, modernas,

abstractas e incluso discordantes en el diseño- se trata de crear y comunicar una intención, un sentimiento, un recuerdo o una idea. Puede parecer sentimental hablar de cocinar con amor, pero la verdad es que el alimento puede tocarnos de la misma manera que un poema, una pintura o una canción si nos abrimos a recibir su significado.



De muchas maneras, sin embargo, las artes culinarias se han rezagado detrás de otras formas artísticas y sólo ahora están empezando a ponerse al día. Durante la primera mitad del siglo XX, el modernismo revolucionó la literatura, la música, la

danza, el teatro y las artes visuales, pero la cocina no formó parte de este movimiento. Las exploraciones de la subjetividad, de la perspectiva, de la memoria, de la tecnología, de la improvisación, y de la abstracción florecieron entre las otras artes, pero había poca o ninguna experimentación en el mundo culinario. Cuando la cocina finalmente comenzó a evolucionar en estas direcciones en el siglo XXI, muchas personas lucharon por entender lo que estaba pasando llamando al movimiento “gastronomía molecular”, pero finalmente se tomó una descripción más apropiada: “cocina modernista”.

De la misma manera que las técnicas modernistas abrieron la puerta a una clase totalmente nueva de la literatura, las técnicas culinarias bajo el mismo concepto, ofrecen una ocasión de cocinar en territorio inexplorado. Personalmente, estoy muy inspirada por artistas como Salvador Dalí y Virginia Woolf, cuyo trabajo se centra en la memoria, los sueños, las sensaciones y el tiempo. Cuando los recuerdos gustativos de la infancia se convierten en los placeres refinados de la edad adulta en el Atelier Crenn, la experiencia nos recuerda que nuestras sensaciones no son nunca estáticas, lo cual es una lección central del arte modernista.

Creo que una vez que comencemos a imaginar las posibilidades estéticas de la cocina, el potencial para el significado es infinito. Invito a todos los cocineros del mundo, desde chefs profesionales a cocineros que comienzan a explorar el mundo, a considerar la cocina como un taller “la cocida es arte”.



Memoria

Mirando hacia atrás puedo ver los ingredientes que forman a un chef en cada etapa de mi vida, pero en el momento, no era obvio. En primer lugar “yo era una chica”. En Francia, en

aquella época, las cocineras eran muy raras.

Me crié en la excelente cocina de mi madre que, tiende a una raíz francesa clásica y específicamente Breton, con especialidades regionales en las que incorpora maravillosamente mariscos y productos frescos. Eso podría haber sido suficiente para inspirarme a cocinar, pero también tuve la suerte de estar expuesta a algunos de los mejores restaurantes del mundo a una edad muy temprana.

El mejor amigo de mi padre fue el crítico gastronómico de Le Télégramme, un periódico importante en Bretaña, y mi padre lo acompañaba a menudo en sus viajes de sabores. A medida que mi pasión por la comida se hizo cada vez más evidente, comenzaron a invitarme a lo largo de sus tertulias gastronómicas, y disfruté de mi primer gran menú degustación cuando tenía ocho o nueve años. Estábamos en Jean-Pierre Crouzil, un restaurante de tres estrellas situado a sólo diez kilómetros de la costa de Bretaña, y mi recuerdo de ese aún lo siento como una revelación, una visión espiritual.

Antes de esa comida, no tenía ni idea de que era posible hacer con los sabores de los productos, y desde entonces, sólo quería saber más. En ese tiempo le dije a mi madre que quería ser un chef (y un policía). A medida que crecí y me convertí en adolescente, mi temperamento parecía inadecuado para la cocina porque estaba tan físicamente inquieta que, tenía poca paciencia para el trabajo lento y constante de la cocina.



Me encantó estar al aire libre, y fue sólo más tarde que me di cuenta de que la naturaleza sería una piedra angular para mí como chef. Todavía amaba la comida, pero también me encantó el fútbol, el judo, el balonmano y el correr. En retrospectiva, me pregunto si el judo me ayudó a agilizar mis movimientos durante el servicio, o si correr me ayudó a llegar hasta el final de cada noche. No estoy segura, pero sé que mi racha competitiva me impulsaría a trabajar más duro, más rápido y más tiempo, sólo para demostrar que podía, a pesar de que yo era una niña.

Cada verano, ayudaba en la granja de mi abuela y pasaba mucho tiempo en el rancho de ganado y porcino de mi tío. Probablemente pasé más días del año en Versalles que en Bretaña, pero cuando la gente me pregunta dónde crecí, instintivamente siento que soy de Bretaña. Ahí es donde absorbí la cultura y la agricultura que me formaron como chef y como persona.

Después de terminar la escuela, viajé por Europa y comí en algunos restaurantes impresionantes, y luego regresé a París para estudiar economía y negocios. En esos años, finalmente me di cuenta de que mi ambición de ser chef era mi verdadera vocación, pero el panorama culinario francés era muy rígido en aquellos días. Como mujer, las únicas posiciones disponibles para mí estaban en casa. Incluso ahora, la cultura de la alta cocina en Francia no es muy acogedora para las mujeres, aunque hemos visto algunas mejoras. Unos récords de dieciséis francesas ganaron estrellas Michelin en el 2014.



En ese momento, convertirme en chef parecía imposible, pero seguía soñando, y seguía comiendo, y seguía leyendo. Devoré todo, desde la filosofía de la gastronomía de Jean-Anthelme Brillat-Savarin, La Fisiología del gusto, hasta las últimas revistas culinarias internacionales. Leí sobre el chef Jeremiah Tower dejando Chez Panisse para iniciar su propio restaurante... Sonaba como lo contrario del sistema de brigada en un restaurante francés, donde un aspirante a cocinero comienza como aprendiz de cocina a los quince años y apenas tiene la oportunidad de expresar una opinión hasta que él (o

muy raramente ella) es de mediana edad. Si sólo Francia fuera como California, me dije a mí misma, entonces podría averiguar si tengo lo que se necesita para ser chef... Sí sólo, sí sólo, sí sólo, me decía a mí misma mientras cocinaba en mi casa y soñaba con restaurantes.

Entonces un día, subí a un avión, como una niña corriendo para unirse al circo...

¿Soy el payaso? ¿Me enviaron a la parrilla mi primer día para entretener a todos los demás? “También recordé a las artistas de los viejos circos. “¿Estoy aquí para ser una cara bonita?” No tuve demasiado tiempo para pensar en ello entre revolver mis ollas y chapar cuatro, cinco, seis, siete platos a la vez. A mi derecha está Sean, el hombre fuerte. Además de asar su lomo de cerdo en el horno de leña, está asando a la parrilla el ojo de costilla y la pechuga de pato. Él está haciendo el trabajo pesado.

Me di cuenta de que cualesquiera que fueran nuestros papeles oficiales, todos éramos trapeceistas, atrapados y liberados a su vez, viéndonos unos a otros para coordinar nuestro tiempo, nuestros vuelos por el aire. Hice el cuscús y se lo pasé a Sean. Lanzamiento. Sean colocó su lomo de cerdo y le dio una cucha-rada a su demi-glaze. Lanzamiento. Otro artista lo recogió y añadió verduras marchitas. Lanzamiento. La gimnasta vino y la llevó al ruido.

Empecé a ver que el maestro de ceremonias tenía un acto propio. De vez en cuando salía de la cocina y flotaba en el suelo del comedor. Caras y brazos se abrieron para él. Las bromas, las reminiscencias y los coqueteos flotaron en su camino. No era sólo un maestro de ceremonias, sino un mago. El hechizo emanaba de él. Él conjuró todo el espectáculo y yo quería que me enseñara cómo hacerlo.



Orígenes

Cuando dibujo con la vista, los sonidos, los gustos, y los recuerdos de mi niñez; incluso mis ideas culinarias más salvajes, llevan una resonancia emocional para mis comensales.

Mientras me preparaba para abrir el Atelier Crenn, quería crear un plato exclusivo que expresara de dónde vengo y dónde estoy ahora.

Tenía sentido entonces, introducir una extensión de misma con un cóctel clásico que, sería servido como una bienvenida.

A partir de ese pensamiento inicial, me di cuenta que tenía que crear mi propia versión del Kir Breton; esa variación regional del Brittany en el Kir Royale.

Cultivamos muchas manzanas en el norte, así que en lugar de mezclar la crema de cassis con champán, utilizamos la sidra de manzana que produce un cóctel un poco más dulce y menos burbujeante.

Me acordé del melocotón-champagne que había probado una vez en El Celler de Can Roca; pero yo quería hacer una esfera por su belleza y sencillez.

Hablé de la idea con mi pastelero in-dispensable, Juan Contreras, quien sugirió cáscaras de manteca de cacao, y decidimos poner la sidra dentro y mantener el sabor del cassis en la parte superior.

Creamos un Kir Breton que divide la diferencia entre un cóctel tradicional y un aperitivo divertido que ofrece un primer bocado que, realmente captu-ra el espíritu de Atelier Crenn. Fue la primera creación del menú, y nunca ha estado fuera de nuestras cartas: cada persona que se ha sentado en nuestras mesas, ha probado mi Kir Breton.



El sabor de la sidra de manzana y la crema de cassis, son sabores que me recuerdan a casa...así veo a nuestro Kir Breton, regalando un poco de la hospitalidad de la cocina de nuestro pasado y ofreciendo al mismo tiempo, una bienvenida a la modernidad. Y en este punto, el plato tiene un nuevo significado para mí, un símbolo de mi amistad bellamente colaborativa con Juan, que fabrica cincuenta Kir Bretons cada día, incluyendo algunos llenos de sidra de manzana no alcohólica para los no bebedores.

Asegúrese de preparar su Kir Breton en un lugar fresco para

minimizar la rotura. Nuestro cóctel esférico debe ser tomado de un solo bocado, explotando en la boca como la bienvenida de júbilo que, recuerda a mi madre saludando a los invitados con una copa de Kir Breton.



Mar

De pequeña mi padre solía llevarme en la mañana al mercado de pescadores en el puerto de Douarnenez de Cornouaille. Lo recuerdo como un momento muy especial porque me dio la oportunidad de estar a solas con mi papá. Sólo tenía unos tres o cuatro años cuando empezamos a ir, así que me sentía terriblemente fuera de lugar en medio del caos de los pescadores con botas amarillas.

Solía retirarme y observar cómo los pescadores se movían tan decididamente por el suelo resbaladizo, e imaginaba sus vidas a partir de las líneas en sus rostros. Y por supuesto, vi a mi padre mientras navegaba por el enorme mercado al aire libre, y aprendí de él cómo detectar *los mejores pescados, cómo hablar con los pescadores y cómo respetar el mar.*

En francés, llamamos a este tipo de mercado comercial “la criée”. La palabra se deriva del “grito” de las voces en una subasta. De niña, fui cautivada por estos antiguos sonidos: durante siglos, los pescadores bretones llevaron sus barcos a este puerto y usaron sus voces para vender sus pescados, exactamente como yo lo veía en los años 70, y “la criée” me transportó a través de la historia de Bretaña y me ayudó a entender por qué nuestra cultura está tan profundamente entrelazada con el mar. Siento decirlo, pero no hay equivalente a “la criée”

en San Francisco. Todo ha sido mediado por los distribuidores y los intermediarios, lo cual es una vergüenza, y sin embargo siento que recupero algo de esa maravilla e inmediatez cada vez que pruebo mariscos frescos, especialmente la langosta y langostinos.

En el Atelier Crenn, sacrificamos trabajar con pescados grandes como el atún a favor de pescados y mariscos más pequeños, pero siempre hay más para aprender sobre mariscos y el mar, por lo que nos esforzamos por mantenernos al día con la ciencia, lo cual puede ser un desafío. Al final, siempre

tratamos de investigar las opciones más sostenibles y deliciosas. Afortunadamente para mí, como Bretaña, las ostras son una opción responsable ya que las granjas de ostras realmente desempeñan un papel muy importante en equilibrio de la ecología oceánica.

No pretendo ser la defensora de los océanos, pero trato de cultivar una apreciación del mar. Nuestros platos de mariscos tratan de capturar algo de mi propio temor cuando contemplo la increíble diversidad y la simplicidad del mar. Los platos de mariscos del Atelier Crenn trabajan amplia y respetuosamente las tradiciones de Bretaña, California y Asia, viajando entre continentes como las corrientes oceánicas que los conectan.