

Gastronomía erótica: entre el mito, el placer y la sugestión

Gastronomía y el erotismo han estado entrelazados desde tiempos inmemoriales. **Comer y desear** son dos impulsos fundamentales de la **naturaleza humana**, ambos regidos por la necesidad y el placer. A lo largo de la historia, distintas culturas han atribuido propiedades afrodisíacas a ciertos alimentos, mientras que la **sensualidad** en la mesa ha sido explorada en rituales, banquetes y literatura.

Pero, ¿**realmente existen alimentos capaces de despertar el deseo**? ¿O es el contexto, la actitud y la sugestión lo que convierte una cena en un preludio de la pasión?

Historia y mitología de la gastronomía erótica

El concepto de **gastronomía erótica** se remonta a civilizaciones antiguas. En Egipto, la **miel** era utilizada en pociones de amor; en la [Grecia](#) clásica, los **higos** representaban la fertilidad y el deseo, mientras que en la China imperial se valoraban las especias como **el jengibre** y **la canela** por su capacidad de “**encender el fuego interno**”.

Los romanos llevaban la conexión entre **comida y placer** al extremo, organizando fastuosos banquetes donde el **exceso y la lujuria** iban de la mano. Durante el Renacimiento, los manuales de erotismo recomendaban la ingesta de ciertos alimentos para mejorar el rendimiento sexual, como **las ostras y los espárragos**.



Incluso en la literatura, **la gastronomía** ha sido un símbolo de deseo. Desde **“Las mil y una noches”** hasta el **“Kāma Sūtra”**, se mencionan alimentos específicos como potenciadores del erotismo. En la actualidad, la idea de una **cena romántica** con velas, vino y texturas sedosas sigue evocando un ambiente de seducción.

La psicología del deseo: más allá de los alimentos

Si bien la ciencia ha desmentido que **los alimentos** tengan un **efecto afrodisíaco** directo en el organismo, la relación entre **gastronomía y erotismo** persiste. La clave está en la experiencia sensorial y el contexto:

Tacto, gusto y olfato: Comer es un acto que involucra múltiples sentidos. La textura sedosa del chocolate, la frescura de una fresa, el aroma embriagador de una copa de vino, todo ello contribuye a estimular el placer.

Simbolismo: Algunos alimentos evocan la sensualidad por su forma o consistencia. **Las ostras**, con su textura delicada, o los higos, con su interior carnoso y dulce, han sido asociados al erotismo.



Plato by Chef Raúl Torres. Rest. Donde Mario. Foto: José Garavito

Actitud y ambiente: Una cena erótica no se trata solo de lo que se come, sino de cómo se disfruta. La iluminación tenue, la música adecuada y una actitud relajada pueden convertir una comida en una experiencia inolvidable.

Alimentos eróticos: mitos y realidades

A lo largo del tiempo, numerosos alimentos han sido considerados afrodisíacos. Sin embargo, su efectividad depende más de la percepción que de un efecto fisiológico real:

Chocolate: Asociado con el amor y el placer, contiene feniletilamina, una sustancia que el cerebro libera cuando nos sentimos enamorados.

Ostras: Ricas en zinc, un mineral necesario para la producción de testosterona, aunque su efecto afrodisíaco es más simbólico que real.

Miel: Históricamente vinculada con la fertilidad, su dulzura y viscosidad la convierten en un ingrediente sugerente.





Higos y fresas: Su apariencia jugosa y textura carnosa los han convertido en símbolos de sensualidad.

Vino tinto: Su capacidad para relajar y desinhibir lo hace un aliado perfecto en una cena romántica.

A pesar de estos mitos, los estudios científicos concluyen que el deseo sexual es mucho más complejo y no depende exclusivamente de lo que se come. La sugestión y la expectativa juegan un papel crucial en la percepción de un alimento como erótico.

Cómo crear una experiencia gastronómica erótica

La clave de una **cena erótica** no está en los ingredientes en sí, sino en la atmósfera y el ritual. Para convertir una comida en una **experiencia sensual**, hay que considerar:

Selección del menú: Optar por platos ligeros pero

sofisticados, evitando comidas pesadas que puedan generar somnolencia.

Texturas y contrastes: Combinar crujiente y cremoso, caliente y frío, dulce y salado, para estimular los sentidos.

Bebidas adecuadas: Un buen vino o un cóctel con especias puede potenciar la experiencia.

Presentación y colores: Los platos bien decorados, con colores vibrantes, despiertan el apetito visual y aumentan la anticipación.

Comer con las manos: Introducir elementos que permitan el contacto directo con los **alimentos**, como frutas o **chocolates**, genera una sensación de intimidad.

El ambiente: Velas, luces cálidas, música suave y aromas agradables pueden hacer la diferencia.

Gastronomía erótica y fetichismo

La **gastronomía erótica** también se relaciona con el **fetichismo**, ya que en muchos casos el placer se encuentra en la **interacción sensorial** con los **alimentos**. La combinación de **sabores, olores y texturas** puede formar parte de juegos de exploración y deseo, donde el acto de **alimentar** o ser **alimentado** adquiere una **dimensión erótica**. Esta práctica es común en diversas culturas y está presente en muchas representaciones artísticas y literarias.

Wine & Sex: el erotismo gastronómico en Tenerife

En Tenerife, la propuesta de **gastronomía erótica** toma una forma única con el evento **Wine & Sex**, organizado por **Bodegas Monje** y creador **Felipe Monje**. Este encuentro fusiona la sensualidad del vino con el erotismo en una experiencia

sensorial completa. A través de catas, performances artísticas y juegos interactivos, los asistentes se sumergen en un ambiente donde el placer del paladar se entrelaza con la seducción.





Felipe Monje



La propuesta de [Wine & Sex](#) va más allá de la degustación de vinos. Con una ambientación sugerente y un enfoque lúdico, el evento se convierte en un espacio donde los sentidos son los protagonistas. Esta iniciativa ha ganado popularidad en la isla y refuerza la idea de que la [gastronomía erótica](#) es una experiencia subjetiva, donde el deseo y la imaginación juegan un papel fundamental.

El placer gastronómico y el deseo están profundamente conectados. Aunque los alimentos por sí solos no despiertan la pasión, el ritual, la complicidad y el juego en la mesa pueden transformar una simple cena en una experiencia inolvidable. En definitiva, la verdadera chispa del erotismo está en la mente y en la manera en que se vive el momento.