

PRESENTACIÓN

Altamar

Módulo transversal

Ofertas gastronómicas

Mireia Planas | Mercè López





UNIDAD DIDACTICA 1

INTRODUCCIÓN A LA GASTRONOMÍA

Cocina y gastronomía

El concepto de cocina

- *Cocina y gastronomía* son dos términos que no significan lo mismo.

La **cocina** es el conjunto de prácticas que tienen como objetivo la preparación y cocción de alimentos con el fin de ser consumidos por el ser humano.

- Se ha llevado a cabo en cualquier fase histórica y cualquier sociedad.
- Responde a una **necesidad básica** para la subsistencia.

Cocina y gastronomía

De la cocina a la gastronomía

La **gastronomía** es una manifestación cultural que tiene como eje la comida.

■ La gastronomía integra aspectos:

- Culturales.
- Placenteros.
- Estéticos.
- De relación social.
- De estilo de vida.
- Artísticos.
- Científicos.

Según la Real Academia Española puede significar:

- El **arte** de preparar una buena comida.
- La **afición** a comer regaladamente.

■ Está vinculada a:

- La relación de las personas con el medio.
- Las costumbres culinarias de un espacio geográfico determinado.

Historia de la cocina y de la gastronomía

La prehistoria

- En el paleolítico se consumían los alimentos tal como se encontraban en la naturaleza:
 - Los alimentos eran muy difíciles de masticar, digerir y conservar.
- Con el **fuego**, nace la cocina:
 - Permite modificar las propiedades de los alimentos:
 - Tiene una gran influencia en la dieta.
 - Se fabrican nuevos utensilios.
- Con el **sedentarismo** (5.000-7.000 aC):
 - Espacio específico para la cocina.
 - Almacenamiento de alimentos.
 - Nuevas técnicas de cocinado.
 - Nuevos materiales y utensilios.

En la prehistoria se comía por instinto de supervivencia, mientras que hoy en día se suman otros factores. Hay una gran similitud entre esta diferenciación y entre los conceptos de *cocina* y *gastronomía*.

Historia de la cocina y de la gastronomía

La Edad Antigua

El pueblo egipcio

- La alimentación era un signo de distinción social:
 - Las **clases privilegiadas** comían carne de manera abundante.
 - Las **clases populares** comían legumbres, hortalizas y cereales.
- Egipto era rico en producción agrícola (especialmente de cereales).
- Eran consumidores de vino.
- Su dieta incluía frutos variados (dátiles, higos, uvas, melones, sandías...).
- Comían separados hombres de mujeres.
- Ya utilizaban **cucharas y tenedores** de madera o metal.
- Cuando moría un faraón lo momificaban y lo abastecían con todo tipo de alimentos como ofrenda.

Historia de la cocina y de la gastronomía

La Edad Antigua

La antigua Grecia

- Fue pionera en el arte culinario y sentó las **bases de la cocina occidental**.
- Se consumían prácticamente todas las **carnes** que hoy conocemos.
- También formaba parte de su dieta el **pescado**.
- Fueron los primeros en usar **condimentos** para aderezar las comidas.
- Es el origen de la **tríada de la cocina mediterránea**:
 - El pan.
 - El aceite de oliva.
 - El vino.

La gastronomía griega tiene su referencia en los denominados siete cocineros legendarios:

- Egis, de Rodas.
- Nereo, de Chios.
- Chariades, de Atenas.
- Lampria.
- Apctonete.
- Euthyno.
- Ariston.

Historia de la cocina y de la gastronomía

La Edad Antigua

La Roma imperial

- En la **alta sociedad**:
 - Se celebraban grandes banquetes.
 - Comían tumbados.
- El **pueblo**:
 - Se alimentaba básicamente de cereales, legumbres, frutas, verduras y de sus derivados (cerveza, aceite o pan).
 - Comía sentado o de pie.
- El dominio del Mediterráneo y el comercio propiciaron el abastecimiento de productos extranjeros: se inició la **cocina internacional**.
- El **oficio de cocinero** era una especialidad buscada y bien retribuida.



Historia de la cocina y de la gastronomía

La Edad Media

El mundo musulmán

- Se introducen en la Península Ibérica nuevos alimentos, nuevas técnicas, nuevos cultivos y nuevas mejoras.
- Han perdurado hasta nuestros días muchos elementos:
 - Los cocidos, en los que se mezclan verduras carnes y legumbres.
 - Las albóndigas y empanadas.
 - Los escabechados con vinagres y plantas aromáticas.
 - Las salazones.
 - Los fritos (de carne y de pescado).
 - El uso generalizado de los condimentos.
 - La mezcla de sabores dulces en platos salados.



Historia de la cocina y de la gastronomía

La Edad Media

El mundo medieval

- Época caracterizada por **grandes hambrunas**.
- Decrece la atención a los temas culinarios.
- Retroceso a causa de la disminución de la actividad comercial.
- Las clases populares cocinan productos locales y con poca variedad: legumbres, hortalizas y carne.
- La comida no se considera como una actividad placentera o deleitante (acorde con la moral cristiana de la época).
- El desarrollo de los **gremios** produce:
 - Una primera **especialización** en la elaboración de alimentos.
 - Avances esenciales en los **métodos de elaboración**.

Historia de la cocina y de la gastronomía

El Renacimiento

- Regreso a los planteamientos gastronómicos de la Grecia clásica.
- Preocupación por todas las áreas del saber. En el ámbito de la cocina:
 - Ingredientes.
 - Preparación.
 - Servicio en la mesa.
 - Comportamiento de los comensales.
- Legumbres, verduras y cereales entran en la alta sociedad.
- Aparecen en la dieta la pasta, la leche, la mantequilla, la nata o el queso.
- Las carnes se servirán cortadas, bien cocinadas y presentadas.
- Elaboración de tratados.
- Italia, y concretamente Florencia, marca la pauta en la comida.
- Llegan nuevos productos de África, Asia y, sobre todo, de América.

Historia de la cocina y de la gastronomía

Del Barroco a la Revolución Francesa

- En el Barroco, el exceso, la desproporción y la ostentación sustituyen a la racionalidad y el comedimiento renacentista.
- Los productos procedentes de América pasan a formar parte de la dieta.
- Francia va desplazando a Italia como centro de referencia en la cocina.
- Se consolidan las bases de:
 - Las **salsas** más prestigiosas.
 - Las **cocciones** clásicas.
 - La **decoración** de los platos.
- Se dan los primeros **maridajes** entre platos y vinos.
- Los utensilios de mesa son refinados y lujosos.



Historia de la cocina y de la gastronomía

La época de las revoluciones

- Con la Revolución Francesa la cocina pasa del palacio a la calle.
- Los cocineros se establecen por su cuenta.
- París se convirtió en la capital del mundo gastronómico.
- Las campañas militares estimulan avances en la **conservación** de los alimentos:
 - Invención de la conserva.
 - Industrialización del azúcar.
- Con la primera revolución industrial la dieta se ajusta a lo básico.
- A finales del siglo XIX nace el turismo tal como lo conocemos hoy día.
- Se abre la primera Escuela de Hostelería y se publican los primeros tratados de hostelería.

Historia de la cocina y de la gastronomía

El siglo xx

- Periodo de la *Belle Époque*: grandes chefs, *maîtres* y prestigiosos restaurantes.
- Tras la recuperación de la segunda guerra mundial se sientan las bases de la actual gastronomía.
- La consolidación de la **clase media** crea una gran masa de población con necesidades gastronómicas.
- Se desarrolla la **industria alimentaria**:
 - Conservas.
 - Platos preparados.
- Proliferan los **establecimientos de restauración**.
- Francia continúa siendo la referencia para los grandes cocineros.
- Aparición de la *Nouvelle Cuisine*, punto de partida de los nuevos movimientos culinarios.

Los movimientos culinarios

Los **movimientos culinarios** son las tendencias gastronómicas que parten de propuestas novedosas e innovadoras que se consolidan y crean escuela.

- Los planteamientos novedosos afectan a diferentes aspectos:
 - Ingredientes.
 - Fusión o combinación entre gustos y texturas.
 - Técnicas de elaboración.
 - Presentación de los productos.
- Destacan tres movimientos relevantes:
 - *Nouvelle Cuisine* o *Cocina moderna*.
 - *Cocina de vanguardia*.
 - *Cocina tecnoemocional*.

Los movimientos culinarios

La *Nouvelle Cuisine*

- Años 70 - Revolución en los planteamientos gastronómicos con la *Nouvelle Cuisine* (*Cocina moderna*):
 - Se **aligeran** los platos.
 - Se **simplifican** las técnicas.
 - Se busca la **esencia del sabor** y el **punto de cocción** adecuado a cada alimento.
 - Se tiene en cuenta el **valor nutricional** de las elaboraciones.
 - Se **disminuye** la ración.
 - Se le da mucha importancia a la **presentación** del plato.
 - Se **aligera** el contenido de la carta y se adapta a los **productos de mercado**.
 - Se aplican **nuevas tecnologías** y se renuevan las **técnicas de cocción**.
 - Pierde protagonismo el servicio de mesa en la preparación de alimentos.
- Uno de los mayores valores es la **creatividad del cocinero**.

Los movimientos culinarios

La cocina de vanguardia

La **cocina de vanguardia** es un movimiento que nace en la década de los 90 y que apuesta por la creatividad en la cocina, utilizando productos de alta calidad y una tecnología avanzada.

- Supone un cambio del centro de referencia de Francia hacia España.
- Sus primeros exponentes los encontramos en la **nueva cocina vasca**.
- Se han incorporado a esta corriente la mayoría de nombres con prestigio en la restauración española actual.

La globalización ha permitido que se supriman barreras y sea posible el intercambio entre países, complementando conocimientos y abriendo un abanico de opciones infinitas.

Los movimientos culinarios

La cocina de vanguardia

- Entre sus principios destacan:
 - Una **cocina creativa**.
 - El **producto** sigue siendo lo importante: debe ser de máxima calidad, pero no necesariamente caro ni lujoso.
 - Una **cocina personal** (cocina de autor).
 - Una **cocina de fusión** (mezclan culturas y técnicas).
 - Una **cocina tecnológica**: los instrumentos de cocina se han multiplicado y sofisticado.
 - El **servicio en la mesa**:
 - La sorpresa y el divertimento se trasladan hasta el servicio en la mesa.
 - El personal de sala explica al comensal el producto que le sirve, cómo está elaborado y cómo debe comerlo.
 - En ocasiones, los últimos retoques se realizan en la mesa.

Los movimientos culinarios

La cocina tecnoemocional

La **cocina tecnoemocional** persigue emocionar al comensal aprovechando la tecnología y la ciencia para abrir nuevos caminos.

- Se concreta en un *menú gastronómico* formado por una amplia variedad de elaboraciones:
 - Relacionadas.
 - Ordenadas de manera intencionada.
- Su objetivo es estimular todos los **sentidos** (no solo el gusto y el olfato).
- Algunos de los medios utilizados son:
 - La **deconstrucción**: separación de todos los ingredientes y reagrupación de manera diferente.
 - La **cocina molecular**: introduce elementos químicos (nitrógeno líquido).
- Ha contribuido al acercamiento de la cocina con las universidades, al intercambio de conocimientos y a la colaboración conjunta.

Cocinas territoriales españolas

- España goza de una gran diversidad:
 - Geográfica.
 - Climatológica.
 - Cultural.
- Se traduce en una muy **rica y variada** oferta gastronómica, fruto de:
 - Tradiciones bien arraigadas.
 - Características propias de cada territorio.

Los diversos productos de origen agroalimentario de nuestro país están reconocidos mediante sistemas o distintivos de origen y calidad:

- Las denominaciones de origen Protegidas (DOP).
- Las indicaciones Geográficas Protegidas (IGP).
- Las denominaciones de origen de vinos (DO).

Cocinas territoriales españolas

Andalucía

- Mantiene muchos vestigios de la **presencia árabe**.
- **Condimenta** sus productos para dotarlos de sabor.
- Productos y platos:
 - Gazpachos y sopas frías.
 - Pescado:
 - Frituras (*pescaítos* fritos).
 - Adobos de pescado.
 - Espetos de sardina.
 - Aceite de oliva.
 - Jamón ibérico de Jabugo.

Cocinas territoriales españolas

Aragón

- Materias primas y las técnicas de elaboración **ancestrales**.
- Productos y platos:
 - Legumbres.
 - Verduras:
 - Borrajas.
 - Cardos.
 - Frutas:
 - Melocotones de Calanda.
 - Carne:
 - Cordero: ternasco.
 - Cerdo: curado o en conserva.

Cocinas territoriales españolas

Asturias y Cantabria

- Similitudes con la gastronomía de Galicia.
- **Apertura al mar.**
- **Pastos** (ganadería en libertad).
- Productos y platos:
 - Asturias: fabada con alubias blancas (*fabes*).
 - Cantabria: salazones de anchoa o atún.

Cocinas territoriales españolas

Baleares

- **Insularidad y poca extensión.**
- **Productos y platos:**
 - Pescado y marisco: caldereta de langosta.
 - Carne de cerdo:
 - Embutidos: sobrasada.
 - *Frit mallorquí.*
 - *Arròs brut.*
 - *Ensaimadas.*
 - *Quesos de Mahón.*

Cocinas territoriales españolas

Canarias

- **Situación** particular.
- Constitución **volcánica**.
- Gran **diversidad orográfica**.
- Productos y platos:
 - Carnes:
 - Cerdo.
 - Conejo.
 - Moluscos, pulpos y pescados.
 - *Papas arrugás con mojo picón.*
 - Gofio.

Cocinas territoriales españolas

Castilla la Mancha

- Tierra de **pastores** y de **campo**.
- Productos y platos:
 - Carne:
 - Oveja y cabra.
 - Caza.
 - Gachas.
 - Pescados en salazón: Bacalao con ajo (*ajocarriero*, *atascaburras* o *ajocarretero*).
 - Legumbres y verduras:
 - Pisto manchego.
 - Asadillo manchego.
 - Quesos, vinos y repostería.

Cocinas territoriales españolas

Castilla y León

- Productos y platos:
 - Carnes asadas: lechazo, cabrito y cochinillo.
 - Charcutería y embutidos:
 - Jamón de Salamanca.
 - Cecina.
 - *Botillo*.
 - Morcilla de León.
 - Chorizo de Cantimpalos.
 - Legumbres: alubias, judías, judiones, lentejas o garbanzos.
 - Sopas de ajo.
 - Quesos.
 - Vinos: Ribera del Duero, Rueda o Toro.
 - Repostería tradicional.

Cocinas territoriales españolas

Cataluña

- Cocina muy **variada** basada en la **dieta mediterránea**.
- Tres modalidades de cocina: marinera, de montaña y de interior.
- Productos y platos:
 - Pescados de playa y mariscos: sardinas, gambas, pulpo, boquerones, merluza, etc.
 - Carnes: ternera.
 - *Escudella i carn d'olla*.
 - *Escalivada*.
 - *Samfaina*.
 - *Pa amb tomàquet*.
 - Postres: *mel i mató* y repostería.
 - Vinos: *Priorat*, *Costers del Segre* o *Penedès*.
 - Cavas.

Cocinas territoriales españolas

Extremadura

- Similitudes con los otros territorios de interior y con las provincias colindantes de Andalucía.
- Productos y platos:
 - Carne:
 - Embutidos.
 - Jamón de cerdo de bellota.
 - Cordero: caldereta.
 - Ternera.
 - Caza.
 - Platos pastorales: cocido extremeño, sopas de pan o migas.
 - Quesos: de torta del Casar o de la Vera.
 - Frutas: cerezas del valle del Jerte o frutas de Don Benito.
 - Dulces tradicionales y miel.

Cocinas territoriales españolas

Galicia

- Paraíso gastronómico con una altísima calidad de sus **materias primas**.
- Platos de gran **sencillez**, con **cocciones suaves**.
- Productos y platos:
 - Mariscos: centollos, percebes, nécoras, almejas, zamburiñas, mejillones, etc.
 - Pescados.
 - *Pulpo a feira*.
 - Carnes: bovino y *lacón* (solo o con *grellos* o *cachelos*).
 - Caldo gallego.
 - Empanada gallega.
 - Postres: tarta de Santiago, *filloas* y *leche frita*
 - Vinos: Albariño, Ribeiro o Godello.
 - Orujo y *queimadas*.

Cocinas territoriales españolas

La Rioja

- **Cruce de caminos** entre el País Vasco, Aragón y Castilla.
- Productos y platos:
 - Vinos (su mayor escaparate gastronómico).
 - Chuletas o costillas de cordero *al sarmiento*.
 - Varias platos «a la riojana»:
 - Patatas.
 - Bacalao.
 - Huevos.
 - Pisto.
 - Pochas.
 - Truchas.
 - Productos de huerta: patatas, pimientos, pochas o alubias.

Cocinas territoriales españolas

Navarra

- Presenta similitudes con la cocina riojana, aragonesa y del País Vasco.
- Productos y platos:
 - Carnes:
 - Asados de cordero, ternera o cerdo: *cochifritos o chilindrones*.
 - Estofados.
 - Caza: perdices, conejo, pichones de Araiz o palomas de Echalar.
 - Productos de huerta: espárragos, cogollos, pimientos del piquillo, alcachofas, habas o pochas.
 - Quesos: Idiazábal o Roncal.

Cocinas territoriales españolas

Madrid

- Recibe **influencias** de todas las otras zonas y de culturas de todo el mundo.
- Productos y platos:
 - Cocido madrileño.
 - Callos a la madrileña.
 - Besugo al horno.
 - Sopas de ajo.
 - Huevos estrellados
 - Gambas (al ajillo o a la gabardina).
 - *Soldaditos de Pavía* (fritura de bacalao rebozado).
 - Calamares a la romana (popularizados en forma de bocadillo).
 - Repostería: rosquillas, roscones, torrijas, buñuelos de viento y *porras* con chocolate.

Cocinas territoriales españolas

Murcia

- Tiene muchas similitudes con la cocina valenciana.
- Productos y platos:
 - Productos de huerta:
 - Frutas: cítricos, melones, melocotones, ciruelas, peras, etc.
 - Verduras: pimientos, tomates, pepinos, berenjenas, acelgas, lechugas, etc.
 - Arroz:
 - Destaca la denominación de origen de Calasparra.
 - Arroz de conejo y caracoles.
 - Pescado: langostino, dorada, salmonete, lubina o mújol.

Cocinas territoriales españolas

El País Vasco

- Considerada como una de las cocinas con un **carácter** más marcado.
- Productos y platos:
 - Carnes y pescados a la brasa.
 - Salsas para el pescado:
 - Verde (merluza).
 - Negra (chipirones).
 - Blanca (*pil-pil*).
 - Roja (a la vizcaína de tomate).
 - Preparados del bacalao, bonito (*marmitako*), anchoas, merluza, etc.
 - Verduras y hortalizas: espárragos, pimientos, alubias, habas, guindillas, etc.
- Presentación de los alimentos en forma de **pinchos**.

Cocinas territoriales españolas

La Comunidad Valenciana

- El plato estrella son los **arroces**:
 - Paella, preparación de arroz con:
 - Productos de la huerta (*bajoqueta, garrofó*, pimiento, alcachofa, etc.).
 - Carne de caza o granja (conejo, pollo o pato).
 - Arroz de pescado.
 - Arroz negro.
 - Arroz de *senyoret*.
- Otros productos y platos:
 - Verduras y hortalizas de la huerta.
 - Anguila: *all i pebre*.
 - Turrónes de Jijona y de Alicante.
 - Horchata de chufas.

Cocinas territoriales españolas

Ceuta y Melilla

- Productos y platos:
 - Pescados azules: atún, caballa o sardina.
 - Pinchos morunos.