

# COCINA VASCA

La FISICO-QUIMICA de cuatro de sus fórmulas

Por JOSE MARIA BUSCA ISUSI

No es la primera vez y quiera Dios que no sea la última, de mi dedicación al estudio de lo que se ha dado en llamar Cocina vasca.

Por esta vez, dejaremos al lado el aspecto etnográfico y casi el gastronómico, para tratar la cuestión, desde un punto de vista físico-químico, aspecto éste, que no creemos haya sido estudiado con anterioridad.

Como pauta del presente trabajo, servirán las normas que E. de Pomiane, da en su magnífico libro, "La physique de la cuisine et son art".

Hace ya algún tiempo, mi amigo el Doctor Román Aramburu, gran conocedor de temas culinarios, me regaló el citado libro, después de una agradable conversación gastronómica.

La lectura del mencionado texto, aun para el menos versado en cocina, no deja de ser apasionante. Pomiane, con esa habilidad didáctica, tan frecuente en autores franceses, nos expone en forma técnica, pero muy asequible y amena, los diferentes procesos físico-químicos que van sufriendo los alimentos, durante su preparación culinaria. Es un libro placentero y que se lee con el mayor agrado e instrucción.

Además del tema principal, trata de las relaciones de la culinaria con las ciencias, las letras, el arte y, muy francés, dedica cuatro páginas "a la cuisine et l'amour".

La lectura de este libro, me ha hecho ver, cuán virgen está de trabajos parecidos nuestra cocina.

Al prurito natural de trabajar en campo nuevo, se ha añadido, el de rectificar un poco a Pomiane, cuando roza algo relacionado con nuestra cocina.

Bien quisiera, que las líneas que siguen, sirvieran de acicate a personas que con más preparación que la mía, estudiaran estos atrayentes aspectos de la Cocina Vasca.

Antes de entrar de lleno en la cuestión, quiero hacer una advertencia al lector.

Al hacer el estudio de las cuatro salsas, me limitaré a tratar de su preparación básica o por lo menos, lo que yo entiendo como tal.

Ya sabemos, que cada cocinero o cocinera, se cree en posesión de la fórmula legítima y única.

En cuanto a la posesión de "la verdadera fórmula", sólo me cabe decir, que en publicaciones culinarias, tan acreditadas como las de El Amparo de Bilbao, Nicolasa de San Sebastián, Marquesa de Parabere, Ignacio Domenech, Teodoro Bardaji, Angel Muro, Adriana de Juaristi, Elvira Arias, Viuda de Porset, Ibar-guren, etc., etc., se suelen encontrar fórmulas de un mismo típico plato, que difieren mucho entre sí.

Las fórmulas de salsas que estudio, son las que he considerado como más típicas, después de la lectura de los libros anteriores y teniendo en cuenta mi propia experiencia.

Para este trabajo, he seleccionado las siguientes salsas: Salsa ligada al perejil o salsa verde, La salsa Vasco Bearnesa, La salsa Roja del Bacalao a la Vizcaína y la Salsa negra de los Chipirones o Calamares.

### *Salsa Verde*

En nuestro país, todo el mundo sabe lo que es una salsa verde, pero creo, que muy pocos podrían definirle.

Técnicamente, es una emulsión de aceite de oliva con los jugos que suelta la carne del pescado durante su preparación. El agente que facilita la emulsión o emulgente, es el ajo, y lo que colorea y perfuma la salsa, es el perejil.

En esta emulsión, la fase dispersa está constituida por el aceite, la fase continua por el jugo de pescado y el principio emulgente lo proporciona, como hemos dicho antes, el ajo.

Cuando esta salsa está bien hecha, no debe de diferenciarse a ninguno de sus componentes, debe ser una emulsión perfecta y se le puede aplicar lo que el profesor de la Sorbona, Albert Dastre, decía de una perfecta emulsión: "parfait ménage a trois".

Pero esta salsa, tiene una particularidad que la distingue de todas las demás salsas emulsionadas.

Esta particularidad, consiste en que la fase continua se obtiene del producto que va a constituir la base del plato y precisamente mientras se va cocinando.

No puede pedirse ingenio mayor para que un plato tenga una integración total de los sabores de sus componentes. En este plato, nada se pierde, todo queda dentro de la cazuela.

El ingenio de los cocineros vascos, ha superado el "menage" de Dastre, puesto que un plato de pescado en salsa verde a la vasca, es un "parfait ménage a quatre".

La técnica para lograr esta perfección, es muy sencilla, una vez de sabida. Se empieza calentando ajos finamente picados, en un buen aceite de oliva, hasta que adquieren un color rubio y sobrenaden en el aceite. En este momento, es cuando el ajo parece tener su máximo poder emulgente, mucho mayor que en crudo. En este punto, se colocan las tajadas de pescado en el aceite y naturalmente la temperatura de éste sufre un brusco descenso.

Sobre un fuego suave, se procura que el aceite vaya subiendo de temperatura al propio tiempo que la cazuela es continuamente agitada por un movimiento de vaivén. A medida que el calor va penetrando suavemente en el pescado, empieza a salir cantidad de jugo celular y gelatinas de la piel que son las que emulsionan al aceite en presencia del ajo. Emulsión que se ve favorecida por la continua agitación de la cazuela.

Al poco rato, tendremos una salsa, que una vez de aromatizada con perejil, es espesa, untuosa y que fija el sabor de pescado en todas las partes sensibles de nuestra boca.

A veces, hemos podido cometer algún error y la salsa liga mal. Entonces, recurriremos a ajos a medio freír que machacados y desleídos en un poco de agua, remediarán el deterioro al incorporarles a la alterada salsa.

Generalmente, el pescado tiene demasiada agua en sus músculos y conviene deshidratarlo ligeramente. Esto se consigue, espolvoreándolo con sal fina. En el punto donde cae la sal, se produce una solución hipertónica, que reclama el plasma hipotónico del interior.

Si ponemos las tajadas en limpios paños, éstos recogerán el exceso de agua. La carne queda así más tersa y no correremos el peligro de que la salsa nos quede aguada.

Gran número de pescados, permiten esta preparación. Citaremos sólo dos, por considerarlos de características extremas.

El rodaballo, sin necesidad de deshidratación, produce una salsa espesísima, mientras que el shapua o rapé produce salsas muy aguadas y su deshidratación es imperiosa.

Sobre esta salsa base, existen muchas variantes y añadidos de aromas y complementos que suelen constituir "el secreto de los cocineros". Todo puede ir bien con tal de no desvirtuar la esencia de la salsa. A menudo se le añade harina para hacer más fácil la emulsión aprovechando el poder emulgente del almidón. Si esta harina se añade en muy pequeña cantidad puede pasar desapercibida, de lo contrario habremos adulterado la salsa.

### *Salsa Vasco Bearnesa*

Aunque universalmente se la denomina bearnesa, no creo cometer ningún acto de imperialismo culinario al denominarla vasco bearnesa. Un gran cocinero catalán, Ignacio Domenech, también lo entiende así y en su libro "La Cocina Vasca "Laurak Bat", la denomina Bearne'tar Kutsu Euskalduna.

Por otra parte, la convivencia secular de los vascos y bearneses hace que esta salsa sea corriente en las zonas fronterizas.

En esta salsa, se da el hecho paradójico que siendo la más universal de las salsas de nuestra cocina, apenas es conocida por los vascos de aquende de los Pirineos. Estoy seguro que por muchos guipuzcoanos que presumen y gastan en comidas, sería esta salsa considerada como exótica.

Yo creo, que en esta ignorancia, más culpa que los comensales, tienen los cocineros que no gustan de hacerla, pues su confección, es un tanto delicada y prefieren servir a sus adinerados clientes salsas de frasco.

Y como reparación a esta olvidada salsa, le dedicaremos unas líneas explicando el proceso de su elaboración, confiando que sirvan para su divulgación por nuestras tierras.

Esta salsa, también es una emulsión, en la que la fase dispersa está constituida por mantequilla fundida, la fase continua por una decocción acética de escaloñas y yemas de huevo. En esta fase continua va implicada la acción emulgente, pues tal poder tienen las escaloñas y la lecitina de la yema de huevo. Clásicamente, el perfume es a base de estragón.

La bearnesa típica, de nuestra tierra, tiene más elementos que los que corrientemente aparecen en los libros de cocina, incluso en el de Pomiane, pues llevan además buen vino blanco seco, el estragón no en hojas sino en zumo, ñoras en polvo, zumo de limón y perejil o perifollo.

Lo delicado de la preparación de esta salsa, reside en que la

emulsión tiene que producirse en temperaturas comprendidas entre la de fusión de la mantequilla 45 grados centígrados y la del comienzo de la coagulación de la yema de huevo, 65° C.

El cocinero debe de trabajar entre estos dos límites y para evitar molestias, sin necesidad de termómetro.

Para ello, se sirve del conocimiento empírico de una sencilla ley física.

Mientras dura la fusión de la mantequilla, la temperatura permanece invariable. La temperatura no pasará de 45° C. mientras haya mantequilla sin fundir. Se debe de batir constantemente no solamente para facilitar la emulsión, sino que también para unificar las temperaturas de las zonas alejadas de los trozos de mantequilla.

Para lograr una regularización de calor, es conveniente preparar la salsa en baño maría en el que no es preciso ni conveniente llegar a la ebullición. El resultado será una salsa amarillo-rojiza, espesa, brillante, sabrosa como la que más, un gran florón de nuestra cocina.

El extracto de escaloñas se obtiene cociendo en una parte de vinagre y dos de vino seco, escaloñas, finamente picadas. Se reduce por cocción el líquido por lo menos a 1/6 del volumen inicial y una vez enfriado y colado se deslien en él las yemas completamente desprovistas de clara. Tenemos ya la fase continua.

Alguno se preguntará cómo es que siendo la lecitina una grasa, va a emulsionar a otra grasa. La compleja molécula de la lecitina tiene grupos hidrófilos y lipófilos. Tenemos a la deliciosa yema de huevo jugando un doble papel. La parte hidrófila, se orienta hacia el extracto de escaloñas mientras que la lipófila contribuye a la emulsión de la mantequilla. En el caso de la bearnesa, la acción emulgente de la lecitina se ve reforzada por la de las escaloñas.

Esta salsa es la gran compañera de los asados. Si son emparillados mejor y va tan bien con los pescados como con las carnes.

Una pena que tan deliciosa salsa, sea poco menos que desconocida por nuestros gulusmeros.

### *Salsa roja del bacalao a la vizcaína*

Hablar del bacalao, es hablar de la gran Epopeya de nuestros hombres de mar. Epopeya que sigue en nuestros días. Epopeya que todavía no ha tenido su Ercilla.

¡Cuántos marinos vascos habrán sido tragados por los fríos mares nórdicos, durante los siglos que han durado las pesquerías de bacalao!

Héroes verdaderamente anónimos, ya que incluso nosotros, sus paisanos, desconocemos la mayor parte de sus hazañas y aventuras. Ellos han provisto y siguen proveyendo de alimento bueno y barato a un país tradicionalmente corto en recursos alimenticios. Hoy mismo, en relación con el contenido alimenticio, el bacalao juntamente con la leche, son los productos más baratos que tenemos.

Aquí en nuestra tierra, el pez cecial, el alimento despreciado en todo el mundo, ha sido condimentado con el cariño que correspondía a las penalidades que costaba su captura y se han logrado con él fórmulas excelentes y originales.

Fórmulas tan excelentes, que han permitido al bacalao competir en ilustres y lujosas mesas con los mejores manjares.

La fórmula más conocida de su preparación es la llamada "a la vizcaína". Como en todas las fórmulas, en ésta, el bacalao debe de ser sometido a una preparación previa.

En esta fórmula, la preparación consta de dos partes: el desalado y el temple.

La remoción de la sal, se consigue sumergiendo durante 24 horas el bacalao en abundante agua fría. Cuando nuestros ríos eran ríos y no sentinas, el mejor procedimiento consistía en sumergir el bacalao en la cristalina corriente del río. Hoy tenemos que conformarnos en ponerlo en grandes vasijas y cambiar de agua cada cuatro o cinco horas.

Después de esta operación, las plasmolizadas células, ya sin sal, están en condiciones de recuperar parte del agua que perdieron durante las operaciones de secado y curado.

Para la operación del temple, pondremos el bacalao en agua fría y haremos subir su temperatura de manera lenta, cuanto más lenta mejor.

Normalmente, el agua no debe de pasar de 65° C, si bien los buenos bacalaos toleran una mayor temperatura, sin perder la calidad.

Esta operación del temple, es una piedra de toque para conocer la calidad del bacalao.

Si está bien curado con arreglo a la fórmula tradicional, saldrá de esta operación, blanco, gelatinoso y esponjoso. Si en la operación de secado han intervenido aparatos mecánicos será difícil que obtengamos un buen producto.

Si, además, ha habido química por medio para obtener blancura, sólo tendremos una masa fibrosa. En este caso, mejor será no seguir y dar el bacalao al gato.

Se puede tener el bacalao en agua a unos 65° C durante una hora. Hay otra forma más rápida, pero no mejor, que consiste en calentar el agua hasta que salga una espumilla. Pero hay que tener mucho cuidado en no elevar demasiado su temperatura, porque en este caso se coagulan las células y hay además pérdida de jugos y gelatinas.

Una vez templado el bacalao, se retira del agua y cubierto en limpios paños se deja que escurra y enfríe.

Con estas operaciones, hemos convertido a un bacalao que al principio parecía cuero, en un producto que empieza a excitar nuestros jugos digestivos.

Vayamos con la salsa.

La salsa, es un puré de cebollas y pimientos choriceros. La cocción de las cebollas, se hace con grasa animal, manteca o tocino. Es una operación lenta, que dura unas cinco horas. Debe de ser lenta para evitar que los azúcares que tanto abundan en la cebolla, se caramelicen. Hay que huir a toda costa de la fritura.

Las cebollas, no deben de ser dulces, pues si lo son al no haber pérdida de azúcar por caramelización, toda nos quedará en el puré final.

Los pimientos secos se ponen a remojo en agua fría durante unas horas, se pasan a través de un pasa-purés con un poco de miga de pan. Esta miga de pan, con el almidón que lleva, contribuye al ligado de la salsa.

Es norma clásica poner un choricero por tajada de bacalao. A esta salsa base, se complementa con guindilla, yemas de huevo cocido desleídas en agua y toda la grasa de tocino derretido que pueda incorporar la salsa.

Tiene la particularidad esta fórmula de bacalao, de mejorar por recalentamiento. Mejora, sin duda, porque durante el lapso de tiempo que va entre la preparación y el segundo calentamiento, se produce un intercambio de sabores entre las tajadas y la salsa. En los pescados frescos este intercambio es rápido, pero en el bacalao a pesar del temple, sus células no tienen la agilidad de las células frescas.

En esta salsa, no debe de emplearse el ajo ni mucho menos el tomate. El aceite puede emplearse en la preparación del puré de cebollas, pero no es necesario.

No quiero terminar sin hacer una fuerte objeción al maestro Pomiane.

Su fórmula de bacalao a la vizcaína no puede ser más desgraciada, pues dice que se compone de bacalao cocido arreglado con aceite y perfumado con canela y azafrán.

Tanta equivocación en tan pocas líneas me recuerda aquella definición de cangrejo “pez rojo de río que camina hacia atrás” y sabemos que ni es pez, ni rojo ni camina hacia atrás.

Si algún día viniese Pomiane por estas tierras, encontraría una preparación de “bacalao a la vizcaína” muy diferente de su fórmula y que le dejaría sorprendido.

Al “encontraría”, hay que darle un tono dubitativo, ya que le sería muy difícil encontrar en nuestros restaurantes un genuino bacalao a la vizcaína. En el mejor de los casos, hallaría una salsa de tomate con algo de pimiento choricero. Composición muy alejada del delicioso puré de cebollas y choriceros de la vieja fórmula del restaurante El Amparo de Bilbao.

### *La salsa negra de los chipirones*

Nuestro chipirón o Loligo Vulgaris de los naturalistas, es uno de los más curiosos habitantes de nuestros mares.

Sobre él, se ha volcado la fantasía de pescadores y se habla de gigantescos calamares confundidos con islas y sobre los que incluso, se llegó a decir misa.

En realidad, el calamar alcanza grandes dimensiones sin llegar a las de la fábula. Se han llegado a capturar ejemplares de 12 metros de longitud incluyendo los brazos y con una circunferencia del cuerpo de dos metros.

Para nuestros guisos, nos horrorizarían semejantes ejemplares y preferimos los pequeños, cuanto más pequeños —de bocado— mejor.

Otra particularidad de nuestros chipirones, es que llevan cientos de miles de años navegando a reacción, por un sistema parecido al de los modernos aviones de chorro.

Para nadar, expulsan a gran presión, a través de un órgano en forma de embudo, el agua que tienen en una gran cavidad interna. Este agua choca con la que le rodea al animal y éste puede desplazarse a gran velocidad. La reacción es tan grande, que existen especies de calamares, que pueden dar por este medio, grandes saltos sobre la superficie del mar.



Son seres en los que el mimetismo tiene su máxima representación. El camaleón terrestre, es un simple aprendiz. Su cuerpo, está provisto de miles de cromatóforos que le permiten adaptar su color al del medio rapidísimamente.

Estos cromatóforos, suelen observarse muy bien, en el chipirón recién capturado. Son esos puntos, que unas veces, parece que suben y bajan y otras, que se dilatan y contraen.

El nombre de calamar le viene del calamario o tintero, pues se da la circunstancia de que dentro del cuerpo, tiene la llamada pluma o concha interna de naturaleza córnea, que permite ser cortada para escribir. Lleva además, la bolsa de tinta conocida por todos. No ha podido ciertamente ser mejor elegido su nombre.

Con este decapodo, cruel, mimético, navegante a reacción y proveedor de útiles de escribir, los vascos han hecho una de sus más famosas composiciones culinarias.

Este plato ha afrontado además el problema del color negro en los platos.

No cabe duda, que el color para el comensal vidente tiene una gran importancia y los grandes cocineros tienen la gran preocupación de armonizar los colores en sus preparaciones.

Las tres salsas que hemos visto hasta ahora, tenían colores normales en todas las cocinas del mundo. Esta de los chipirones, es la que tiene un color único.

Pomiane cuando habla del tema dice "Reste le noir: la truffe et l'olive noire sont les rares représentants de cette couleur qui esta la négation de la couleur".

Los alimentos negros que presenta Pomiane no constituyen por sí un plato completo. Dejando a un lado las aceitunas negras por su escasa aplicación en las cocinas, sólo nos queda la deliciosa y cara trufa, que se emplea como complemento de los platos, por su perfume y por su color. El perfume puede llegar a dominar en un plato pero no su color, ya que lo más que hace es resaltar la negrura de sus tajaditas en el fondo de la salsa o la preparación.

Nuestra salsa es negra de un negro absoluto y el contraste que se le busca es el dorado de los panes fritos.

La audacia de nuestros cocineros no se limitó sólo al color. La tinta que colorea la salsa es un producto de secreción anal. Está colocada la glándula que la segrega, en las proximidades de este orificio natural.

Además, la tinta no sólo es negra sino que también ligeramente tóxica en fresco.

No se conoce el mecanismo de su producción, pero si se sabe su composición química. El principio negro de la tinta del chipirón está constituido por el producto llamado "parahidroxifeniltilamina". Esta substancia es derivada de la tirosina. Su composición química tiene parentesco con el veneno de las víboras, la adrenalina y el principio activo de la secreción tiroidea.

De la salsa del chipirón, hemos venido a caer en el complicado mundo de los aminoácidos y de la secreción de productos venenosos.

No cabe duda, que la acción tóxica queda anulada por el calor. Por otra parte su toxicidad para los animales superiores, aun en crudo no parece grande. Los gatos, son muy ávidos de las bolsas de tinta y cuando comen, no tienen perturbaciones aparentes. Parece que su acción se limita a los pequeños seres marinos.

La preparación de este plato digno de los Borgias se debe de hacer solamente con los chipirones y los elementos indispensables para ligar la salsa. El plato tiene aroma suficiente para poder presentarse solo sin el añadido de jamón y otros complementos.

El plato, consiste fundamentalmente en los chipirones limpios y rellenos con sus brazos, con una salsa de cebolla, puré de tomate que es ennegrecida y coloreada por la tinta del chipirón. A esta salsa se le suele añadir perejil, ajo y algo de pimienta. Si el tomate es ácido se añade un poco de azúcar.

El complemento del plato son trozos de pan frito. Sirven para recoger la salsa y dar contraste cromático al plato.

Cada cocinera suele tener también su fórmula secreta en la preparación de este plato.

Para mí, es principal secreto consiste en que sean muy frescos y pescados en lancha.

El chipirón de arrastre, es el mismo que el llamado de anzuelo, pero el diferente trato que sufre desde su captura, le hace inadecuado para las grandes preparaciones.

El de anzuelo, nada más ser enganchado, es puesto con todo cuidado sobre una limpia cesta. La pérdida de tinta es mínima y el cuerpo queda sin magullamientos y roces.

El de arrastre, es volteado en masa informe y macerado. Pierde casi toda la tinta y sufre deterioros y desgarrones.

Cosa parecida a lo que sucede con las angulas, de ser tratadas en pequeñas cantidades a ser cocidas por arrobas.

Este plato, a diferencia de los tres que le han precedido, es generalmente bien condimentado en nuestros restaurantes, principalmente en los próximos al mar.

