



LA COCINA AROMÁTICA

Toda la ciencia de los aromas
para cocinar en casa

FRANÇOIS CHARTIER

PLANETA
GASTRO

Gracias por adquirir este eBook

Visita [Planetadelibros.com](https://planetadelibros.com) y descubre
una
nueva forma de disfrutar de la lectura

**¡Regístrate y accede a contenidos ex-
clusivos!**

Primeros capítulos
Fragmentos de próximas publicaciones
Clubs de lectura con los autores
Concursos, sorteos y promociones
Participa en presentaciones de libros

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:



Explora

Descubre

Comparte

LA COCINA AROMÁTI- CA

Toda la ciencia de los aromas para cocinar en casa

FRANÇOIS CHARTIER



Non cogitat qui non experitur.

No hay pensamiento sin experimentación.

MARGUERITE YOURCENAR

Esta frase de la famosa autora franco-belga-estadounidense me confirma, una vez más, que, en ciencia, al igual que en los placeres de la mesa, la experimentación abre la puerta al pensamiento que conduce a la creatividad y, por tanto, a acrecentar los placeres gastronómicos.

Las partituras lo dicen todo excepto lo esencial.

GUSTAV MAHLER

En cocina, al maridar vinos y platos, es exactamente lo mismo. Solo la entrega del cocinero o del sumiller hará que un maridaje o un plato se recuerden durante mucho tiempo.

A Juli Soler, 1949-2015

Fundador y copropietario del restaurante elBulli y presidente honorífico de la Fundación elBulli.

Descansa en paz, querido amigo Juli. Gracias por haberme abierto las puertas de elBulli, así como las de Barcelona, Cataluña, España y tu mundo.

«I know... It's only rock'n roll...»

FRANÇOIS



SOBRE EL AUTOR

El quebequés François Chartier, *créateur d'harmonies*, goza de reconocimiento internacional por sus trabajos de investigación en el campo de la creación de recetas y armonías de vinos y platos. **Robert M. Parker**, el crítico de vinos de fama internacional, lo calificó como «*pure genius*», y **Ferran Adrià** y **Juli Soler**, del restaurante **elBulli** (mejor restaurante del mundo en cinco ocasiones), lo calificaron como «el experto número uno en sabores». Desde su elección como mejor sumiller del mundo en vinos franceses y espirituosos (Grand Prix Sopexa, 1994, París) no ha parado de investigar y reinventarse; sus primeros hallazgos en el campo de los maridajes y la sumillería moleculares, una disciplina que fundó en 2004, se publicaron en su libro *Papilas y moléculas* (Planeta Gastro), galardonado como mejor libro de cocina del mundo en la categoría innovación, en la edición 2010 de los Gourmand World CookBook Awards de París.

Como asesor de algunos de los mejores chefs del mundo – entre otros, Ferran Adrià, del célebre restaurante elBulli, con quien colaboró en la creación de numerosos platos de los menús de 2008 a 2010–, la ciencia aromática de Chartier no ha dejado de causar sensación en todo el mundo. Creó y presentó, con su fiel colaborador **Stéphane Modat**,

chef de los restaurantes del Fairmont Le Château Frontenac (Quebec), la serie *Papilles*, doce programas culinarios emitidos en 2012 en Télé-Québec y TV5 Monde, en más de 125 países de la francofonía. En 2011 publicó el libro *Les Recettes de Papilles et Molécules* y repitió en 2012 con la colección *Papilles pour tous!*, un compendio de 800 recetas aromáticas divididas en las cuatro estaciones. En febrero de 2013, en París, dicha colección recibió el prestigioso premio al Mejor libro de armonías de vinos y platos en los Gourmand World CookBook Awards.

En octubre de 2013, el creador de armonías lanzó su primera gama de vinos europeos en la Sociedad de los Alcoholes de Quebec (SAQ), diseñada «por y para la mesa». Desde que aterrizaron en el mercado han gozado de un gran éxito tanto en valoración como en ventas: sus seis primeros vinos se posicionaron rápidamente entre las mejores ventas de la temporada 2013/2014 en cada una de sus categorías, y su éxito continuó en el espacio *Bodega* de la SAQ. Además, su gama Chartier Créateur d'harmonies, disponible en la SAQ, también hizo una notable entrada en el oeste de Canadá en mayo de 2015, donde, tras solo seis meses de ventas, sus vinos ocuparon el primer lugar en la clasificación de vinos de Francia.

En marzo de 2014, la *brasserie* Glutenberg, estrella de las microcervecías de Montreal, lanzó un nuevo proyecto en colaboración con Chartier Créateur d'harmonies: la serie «Gastronomie». Un concepto de varias cervezas gastronómicas y de temporada inspiradas y elaboradas para la me-

sa, basadas en los principios de las armonías aromáticas de Chartier. Finalmente, en noviembre de 2015, se publicó la edición original de este libro, *L'essentiel de Chartier: L'ABC des harmonies aromatiques à table et en cuisine*, verdadera continuación de *Papilas y moléculas*, su libro vigésimosexto desde 1996.

DÓNDE SEGUIRLO:

Twitter: [@PapillesetM](#)

Facebook: facebook.com/francoischartier.ca

Instagram: [@francoischartier](#)

Web: www.francoischartier.ca

DE PAPILAS Y MOLÉCULAS A
LA COCINA AROMÁTICA

Me complace presentar *La cocina aromática*. Se trata de una verdadera continuación de mi superventas, *Papilas y moléculas* (mejor libro de cocina del mundo, en la categoría innovación, en los Gourmand World CookBook Awards 2010, París), esta obra es una exhaustiva recopilación de las investigaciones que he realizado desde 2002 en el campo de las armonías y sumillería moleculares, rebautizada como «armonías y sumillería aromáticas».

Este libro pretende ser una biblia exhaustiva, un trabajo práctico y una herramienta para poner al alcance de la mano todas mis armonías aromáticas para crear recetas culinarias y maridar adecuadamente vinos (y otras bebidas) y platos. A lo largo de estas páginas se abordan alimentos, variedades de uva, vinos, espirituosos, cócteles, té y otras bebidas, desde **a**guacate hasta **z**infandel.

Con *Papilas y moléculas* ofrecí el manual de instrucciones de mi nueva ciencia de las armonías y sumillería aromáticas y describí el camino que me llevó, a través de las moléculas aromáticas, a cada una de las armonías. Me pareció esencial explicar, de forma científica, el trasfondo de las creaciones culinarias, el encuentro entre aromas y reacciones aro-

máticas que conducen a la armonía entre vinos y platos. Como reza el subtítulo, este libro va directo al grano. Sin teorías científicas ni moléculas aromáticas, solamente se presentan los resultados prácticos de mi investigación, en forma de fichas que se pueden consultar de un vistazo, tal y como se haría con una aplicación en un teléfono o tableta, mientras se hace la compra en el supermercado o frente a un expositor de botellas de vino. He reunido los principales alimentos y bebidas de la vida cotidiana, además de muchos ingredientes que están de moda o que recién han sido descubiertos. Asimismo, propongo un centenar de recetas simplificadas para explorar los placeres del plato y la copa.

LA CIENCIA DE LAS ARMONÍAS Y SUMILLERÍA AROMÁTICAS

Los primeros resultados de mi investigación se publicaron en algunas de mis columnas del diario *La Presse*, donde escribí entre 2002 y 2013. Pero la verdadera piedra angular de este edificio se remonta a 2009 con la publicación de *Papilas y moléculas. La ciencia aromática de los alimentos y el vino*.

Tras casi treinta años de intensa experimentación e investigación en sumillería, de estudio de la cocina mundial y de lecturas exhaustivas sobre la ciencia de la alimentación, enología y viticultura, la investigación científica que llevé a cabo sobre el tema en 2002 puede resumirse de la siguiente manera:

Si combinamos ingredientes o líquidos dominados por una o más moléculas aromáticas (aromas) de la misma familia, el resultado es mayor que la suma de las partes.

Por un efecto de sinergia aromática,

$$1 + 1 = 3,$$

Y, a veces, hasta 4.

El resultado es una nueva matemática del sabor, que explica el porqué del maridaje de vinos y platos, así como la creación y acierto de cientos de miles de recetas que han nutrido el patrimonio gastronómico mundial desde tiempos inmemoriales.

Para usar una metáfora musical, es exactamente como cuando un acorde (conjunto de notas) se logra agrupando notas del mismo tono, el resultado (el sonido) es grato al oído. Se dice que el acorde es tonal. Sin embargo, cuando las notas del acorde no van juntas, la *belleza* no aparece por ningún lado. El acorde es, en ese caso, atonal.

El fenómeno es el mismo en el caso de mi principio de armonías y sumillería aromáticas, que crea lo *hermoso*, es decir, lo sabroso, cuando se cocinan juntos o maridan ingredientes o líquidos que comparten aromas dominantes (notas) de la misma familia.

Para entenderlo mejor, veamos el caso del clavo, por ejemplo. Entre los varios centenares de moléculas aromáticas que lo componen, solo una predomina sobre las demás y, por tanto, marca su perfil aromático. Es, digámoslo así, su ADN aromático. Esa molécula, el eugenol, también se en-

cuentra en la albahaca tailandesa, la remolacha roja y la mozzarella al cocinarla, así como en los vinos criados en barrica de roble, especialmente los de España elaborados con uvas tempranillo, procedentes de las denominaciones Ribera del Duero, Toro y Rioja.

Por tanto, si se cocina un plato con remolacha roja y albahaca tailandesa o clavo, se obtiene el deseado efecto de sinergia aromática; es decir, se crea una perfecta armonía de sabores y, a su vez, se ensalza el sabor generado por ese dúo (o trío) de alimentos al juntarse con las moléculas dominantes de la misma familia. Y si se sirve un vino envejecido en barrica de roble, también aparece la sinergia aromática entre el plato y el vino. Se alcanzará así la armonía entre el plato y el vino, lo que conducirá a una perfecta zona de confort armónico.

Una nueva matemática del sabor en acción:

$$1 + 1 = 3.$$

EL OLOR Y LOS AROMAS

La importancia fundamental de los aromas en el acto de comer y beber

El aroma es el aspecto que nos da más placer y satisfacción en la alimentación. Sin olfato, cuando se tiene un resfriado, decimos aquello que lo que comemos no nos sabe a nada. Sin embargo, lo que está congestionado no son ni las papilas ni la boca, sino la nariz. Los aromas son la cara menos conocida de los alimentos y las bebidas.

Biológicamente, en lo que respecta a rendimiento olfativo estamos muy lejos de los tiburones, que, a pesar de no ver tres en un burro, pueden oler sus presas a más de 10 kilómetros de distancia. Desde el punto de vista cultural, cuando somos pequeños nos enseñan a hablar y movernos, luego a leer, escuchar y reconocer sonidos, a mirar y analizar rostros, imágenes y paisajes, pero no se nos enseña prácticamente nada sobre el olfato, aunque estemos inmersos en un mundo de olores todo el día.

Afortunadamente, estamos más abiertos que nunca a nuevos alimentos, nuevos sabores y aromas. Incluso diría que los países occidentales, en concreto Quebec y América del Norte, están en el centro de un poderoso despertar sensorial. El camino recorrido desde el final de la Segunda Guerra Mundial es enorme. Y como los olores tienen el poder invisible de penetrar en el inconsciente, sin nosotros saberlo y para nuestro gran placer, nos ofrecen un nuevo mundo aromático. Los aromas del vino, la cerveza o los licores, por ejemplo, son sin duda los que fascinan y atraen a más consumidores, tanto a los neófitos como a los conocedores o descubridores. Los taninos y la astringencia de los vinos son nociones más complejas de entender. Los perfumes son más sensuales, agradables, joviales, sugerentes, cautivadores e intrigantes.

La magdalena de Proust... poderosa memoria olfativa

No hay nada más poderoso que un recuerdo olfativo. ¿Recuerda el olor de su casa al volver del colegio cuando su madre se había pasado toda la mañana cocinando? Un día