



La gastronomía es el arte de preparar una buena comida. El conjunto de conocimientos especializados sobre la forma de preparación de los alimentos para conseguir platos exquisitos, y la afición a su degustación. Su origen responde al deseo humano de transformar el hecho de alimentarse en un arte con el que deleitar los sentidos del gusto, del olfato y de la vista.

La consecución de una perfecta experiencia gastronómica depende de la equilibrada

conjunción de una serie de factores que contribuyen a satisfacer los sentidos que intervienen en ella. Así, aparte de la atención que debe prestarse a la composición de un menú, ingrediente fundamental de una comida, mediante el establecimiento de una serie armónica de platos, correctamente elaborados, y a base de productos de calidad, es necesario tener en cuenta otros aspectos complementarios que son el complemento final de un banquete...

La introducción es una parte enciclopédica que, la mayoría de nuestras abuelas no entendería. Porque la cocina de hoy nada tiene que ver con la de hace cuarenta, cincuenta o sesenta años, cuando en nuestros pueblos se preparaban platos consistentes, y abundantes, destinados a procurar darle al cuerpo aquella que necesitaba, a mayor desgaste, mayor abundancia sobre la mesa.

Hoy la cocina, incluso la de pueblo, ha experimentado un considerable cambio, no obstante, al igual que se comienza a recuperar la historia y una parte de tradiciones que se fueron perdiendo, también es justo recuperar aquellos platos que formaron parte de la cocina tradicional.

No todo debe de ser cocina moderna y minimalista, también hay otra cocina, la de pueblo.

Dividida, claro está, en las cuatro estaciones del año, la cocina de invierno, de verano, de primavera y de otoño. En cada una de ellas se empleaban aquellos productos correspondientes a la estación, y claro está, en cada una de las estaciones se daba al cuerpo las grasas, o calorías, que la estación, o el trabajo, requería.

La cocina de invierno se componía, principalmente, de platos fuertes y sustanciosos, en los que las legumbres y las carnes del cerdo tenían papel principal, platos consistentes como las judías, los garbanzos, los cocidos o, como no podía ser menos, los callos, de todo lo cual, y tras esta breve introducción, hablaré en próximos números.



Fotos: Atienza de los Juglares.