

BASQUE CULINARY CENTER

SIL
VES
TRE

La gastronomía de las plantas



BASQUE CULINARY CENTER

SIL
VES
TRE

La gastronomía de las plantas



No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© Basque Culinary Center

Coautores: Blanca del Noval, Diego Prado, Gorka Menéndez,

Mercedes Herrera y Javier Tardío

Dirección editorial: Sasha Correa y Raúl Nagore

Dirección de arte: © Perlita - Calvario

Diseño: Karen Maza-Madrado

Ilustraciones: Pedro Perles

Coordinación de proyecto: Blanca del Noval

Asistencia de producción: Laura Parellada

Asistencia en trabajo de campo: Andrea Escárcega

© Fotografía documental: Bernat Alberdi

© Fotografía botánica: Javier Tardío, Emilio Laguna, Ramón Morales, Carlos Aedo, José Luis Galiana, María Molina Simón y Joan Vallès Xirau,

El editor no tiene ningún tipo de compromiso ni acuerdo comercial con ninguna de las marcas que aparecen en este libro.

Primera edición: mayo de 2022

© Editorial Planeta, S. A., 2022

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Planeta Gastro es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-25779-0

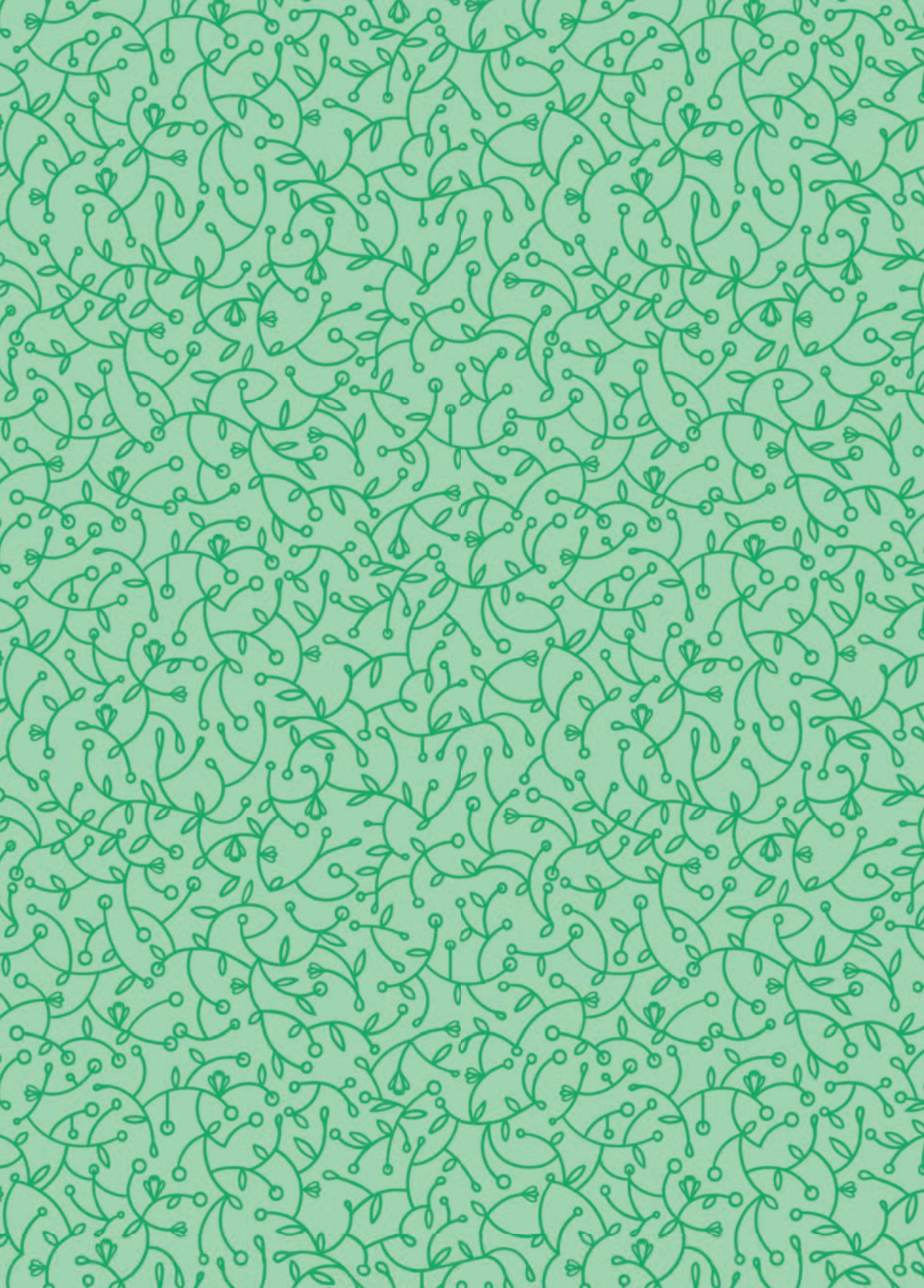
D. L: B. 2.638-2022

Impresión: Egedsa

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

<i>Prólogo: Visiones compartidas, por Joxe Mari Aizega</i>	9
Una nueva cultura, por Miles Irving	15
Son ellas las que mandan, por Leire Etxaide	21
Exploración gastronómica	30
La frágil frontera entre naturaleza y cultura	33
Por partes	40
Aplicaciones	54
Recetario	114
Herbario	144
Coordenadas	396
Consejos de recolección	398
Distribución y hábitats de la flora ibérica	404
Glosario de términos botánicos	408
<i>Bibliografía</i>	432
<i>Índice de plantas</i>	436
<i>Índice de recetas</i>	443
<i>Agradecimientos</i>	445







Visiones compartidas

Si hay dos rasgos que han caracterizado a Basque Culinary Center desde el comienzo de su andadura son su visión integral de la gastronomía, considerada como un ámbito complejo en el que interactúan, se contaminan y enriquecen muy diversas disciplinas, y su conexión constante con la realidad, el hecho de que no trabajamos desde una cueva académica al margen del mundo, sino que no lo perdemos de vista y nos esforzamos no solo por estar al tanto de las tendencias que van pautando el devenir de la gastronomía a nivel mundial, y por ser parte de esa evolución, por promoverla e impulsarla.

Estas dos vertientes se alinearon cuando, hace unos seis años, observamos que el mundo de las plantas silvestres había adquirido una gran relevancia dentro de nuestro sector. Una actividad, la de la recolección de plantas para su consumo, que nos había acompañado desde la noche de los tiempos, se estaba convirtiendo en un todo un emblema de la innovación y la vanguardia. El trabajo llevado a cabo en restaurantes como Bras, Mugaritz, Noma, Boragó o Central, entre otros, daba fe de que no se trataba de una corriente localizada en un solo lugar, sino que desde muchos países se estaban utilizando las plantas silvestres como elemento diferenciador de un territorio, de una identidad y de una determinada visión de la gastronomía que tenía en la conexión con el entorno y la sostenibilidad dos de sus pilares más sólidos.

Encontramos que esta filosofía tenía mucho que ver con nuestra propia concepción del desarrollo sostenible, alrededor del cual estábamos ya impulsando algunas iniciativas, y decidimos abrir una línea de trabajo para profundizar en el tema de las plantas silvestres y generar conocimiento en torno a ellas. Nuestros investigadores de BCC Innovation,

el Centro de Investigación e Innovación de Basque Culinary Center, se pusieron manos a la obra, y a lo largo de todos estos años han ido explorando las aplicaciones culinarias de estas plantas y las técnicas más adecuadas para sacar el máximo partido de cada una de ellas, lo que ha desembocado en los contenidos de este libro.

Esa investigación, que sigue abierta actualmente, está dando lugar a un conocimiento que no se queda en el laboratorio, sino que también ha entrado en nuestras aulas y hoy se incluye en la formación que impartimos en nuestro grado y en nuestros másters, convencidos de que la mejor manera de contribuir a la evolución de esta corriente es educar en ella a las futuras generaciones de profesionales de la gastronomía. En esa misma línea de investigación y formación, vinculadas a la sostenibilidad, estamos explorando también el cultivo ecológico en la huerta de Basque Culinary Center., educando a nuestros estudiantes en el esfuerzo y las destrezas que requiere la agricultura respetuosa con el medio ambiente y en el auténtico valor de los alimentos que así se producen.

Este libro aspira a brindar una herramienta útil para todos aquellos que se animen a internarse en el mundo de las plantas silvestres, bien de forma activa, saliendo al monte a recoger hierbas sobre las que poner en práctica los usos y las técnicas que aquí se explican, bien como fuente de información para comprender el verdadero potencial que ofrecen los paisajes que nos rodean, donde se esconde una infinidad de recursos comestibles. En las páginas que siguen nos asomaremos a la naturaleza con el conocimiento que nos aporta la ciencia, pero también con la mirada, la sensibilidad y el espíritu que emanan de la cocina, guiados por la idea de cruzar botánica y gastronomía para multiplicar las posibilidades tanto de experimentación como de disfrute.

Joxe Mari Aizega

Director General

Basque Culinary Center







