

MARIA NICOLAU

# COCINA O BARBARIE



Prólogo de  
Dabiz Muñoz

**PENÍNSULA**

MARIA NICOLAU

COCINA  
O BARBARIE

Prólogo de Dabiz Muñoz

Traducción de  
Ana Camallonga y Gema Moraleda

 PENÍNSULA

Título original: *Cuina! O barbàrie*

© Maria Nicolau, 2022

© de la edición original, Ara Llibres, 2021

Queda rigurosamente prohibida sin autorización por escrito del editor cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra, que será sometida a las sanciones establecidas por la ley. Pueden dirigirse a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesitan fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com); 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

Todos los derechos reservados.

Primera edición: octubre de 2022

© de la traducción del catalán, Gema Moraleda Díaz y Ana Camallonga Claveria, 2022

Del prólogo: Dabiz Muñoz

Del epílogo: Josep Roca i Fontané

Diseño de la maqueta: © J. Mauricio Restrepo

Diseño de la colección y de la cubierta: Planeta Arte & Diseño

Ilustración de la cubierta : © Helena Hauss

© de esta edición: Edicions 62, S.A., 2022

Ediciones Península,

Diagonal 662-664

08034 Barcelona

[edicionespeninsula@planeta.es](mailto:edicionespeninsula@planeta.es)

[www.edicionespeninsula.com](http://www.edicionespeninsula.com)

MARÍA GARCÍA - fotocomposición

Depósito legal: B. 15.124-2022

ISBN: 978-84-1100-111-3



# ÍNDICE

Prólogo, por Dabiz Muñoz.....	11
Introducción.....	15
La zarzuela.....	21
La crema de verduras.....	35
El bizcocho.....	55
Todo el cordero, menos las costillas a la brasa.....	73
La tortilla francesa.....	93
Pescado de muchos tipos en escabeche de hierbas y hortalizas.....	97
El fricandó.....	109
Romescos, gazpachos y curris tailandeses.....	121
El pan con tomate.....	139
La escudella (primera parte).....	147
La escudella (segunda parte).....	163
Las lionesas.....	175
Las patatas fritas.....	193

Los fideos a la cazuela de caballa sin caballa.....	211
La butifarra.....	231
... con alubias.....	245
La escalivada.....	261
El estofado de carne de caza.....	267
El mantel, la sobremesa, la siesta.....	281
Epílogo. Carta de amor de Josep Roca.....	287
Agradecimientos.....	291
Bibliografía.....	293
Índice temático.....	295

## LA ZARZUELA

**H**ay una gran diferencia entre saber el nombre de una cosa y conocerla. Lo dijo Richard Feynman, premio Nobel de Física en 1965. Podemos saber que el *Erithacus rubecula* en castellano se llama petirrojo, en catalán *pit-roig*, en portugués *pisco-de-peito-ruivo* y en alemán *Rotkehlchen*, pero, al final, esa información nos dice más de cómo piensan acerca del pájaro en otros lugares del mundo y de cómo funcionan sus idiomas que del pájaro en sí y cómo es, qué forma tiene, cómo vive, cómo se relaciona con el entorno, si vuela rápido, si tiene un trino bonito, si come gusanos o semillas, o si se nos posará en la mano si se la acercamos llena de mijo.

Con las recetas, y sobre todo con recetas como la de la zarzuela, pasa algo similar a lo que pasa con el petirrojo: nos aportan información descriptiva sobre los ingredientes que la forman y nos indican los pasos que hay que seguir para que se unan y poder decir, al final, que tenemos, por ejemplo, una zarzuela, y no un desparrame de ingredientes calentados de cualquier manera unos encima de otros. En cierto modo, ya es un poco más de lo que

el nombre del pájaro nos dice de él. Se acercaría al contenido de un manual de biología descriptiva, pero, en cuanto a información relevante sobre la zarzuela, en cuanto a conocimiento, de eso la receta no nos da nada.

Lo que obtenemos siguiendo recetas se parece a lo que conseguíamos cuando, en el parvulario, la maestra nos hacía unir con el lápiz y en orden unos puntos numerados sobre un papel en blanco. Cuantos más puntos había, más complejo, detallado y vistoso era el dibujo final. Aun así, al cabo de una hora podías encontrarte mirando con cara de idiota una cosa muy bien hecha sin tener la más remota idea de qué representaba. Como el que monta la miniatura de un velero dentro de una botella de cristal, pero no ha visto nunca una barca en el mar.

Una receta, como un manual de instrucciones, puede hacerlo mejor o peor a la hora de desgranar los ingredientes y las cantidades de un plato, de detallar los pasos y los tiempos para conseguir un resultado más o menos bueno de forma más o menos fiable. ¡Una receta puede ser una fórmula magnífica! ¡Estar muy bien hecha! ¡Ser eficaz! Siguiendo con decisión las indicaciones bajo el título de «Zarzuela», podríamos llegar a pensar que lo que estamos haciendo es un estofado de pescado y marisco, cosa que, para empezar, sería ya un poco un drama, pero ¿sabríamos algo de la zarzuela, después de hacerla? ¿O solo podríamos decir de nosotros mismos que no se nos da mal obedecer?

Afirmar que como tengo un buen fondo de armario de recetas de zarzuela que funcionan sé cocinar zarzuela equivaldría a afirmar que como se me da bien seguir indicaciones soy un buen cocinero, cuando más bien estaría diciendo que soy un esclavo eficaz, siempre a merced de las instrucciones de otro, a la intemperie en cuanto a autonomía o saber.

Niki Segnit, en su maravilloso *La enciclopedia de los sabores*,<sup>1</sup> dice algo parecido, y aborda el tema desde el punto de vista sensorial de los aromas y los sabores. En este caso, ya que no tenemos la intención de confiar en nuestros sentidos y experiencia para inventar una receta nueva ni para resolver cómo combinar unos ingredientes que ya tenemos, sino que queremos conocer un plato que ya existe: ¿a qué fuente de conocimientos se supone que tenemos que recurrir? Llegados a este punto, puede que más de uno haya fruncido el ceño y lleve un rato preguntándose: si las recetas no valen para conocer un plato, para entenderlo de verdad, entonces, Maria, ¿qué nos queda?, ¿a qué puerta llamamos?

Para empezar, a la de los eruditos y estudiosos de la gastronomía. A los que ya han hablado sobre el tema. A ver qué nos dicen.

En cuanto al origen de la zarzuela, los duchos en la materia han trazado unos márgenes claros que delimitan la época en que apareció, aunque no acaban de ponerse de acuerdo en la fecha concreta. Una buena parte de los historiadores y gastrónomos reputados han dado su opinión: que si a finales del siglo XIX en la Costa Dorada, que si en los restaurantes de Barcelona en aquel momento ya se ofrecía, que si a principios del siglo XX en el barrio de la Barceloneta... Con lo de los orígenes de los platos ocurre algo curioso. A veces

---

1. «No me había dado cuenta de lo profunda que era mi dependencia de los libros de cocina hasta que me fijé en que mi ejemplar de *Cocina provincial francesa*, de Elizabeth David, tenía marcas de uñas subrayando las recetas. Era una prueba palpable de mi falta de audacia, de la insistencia en aferrarme a un conjunto de instrucciones, como a un pasamanos en la oscuridad, cuando lo cierto era que, después de cocinar durante veinte años, tendría que estar lo bastante versada en los principios básicos como para dejarme llevar y confiar en mis instintos. ¿De verdad había aprendido a cocinar? ¿O solo era razonablemente adepta a seguir instrucciones?»

es como si los buscáramos, esos orígenes, mirando a través de un monóculo del siglo XVIII, con espíritu archivista, como queriendo atravesar un nombre y una fecha con una chincheta para quedarnos a gusto habiendo resuelto lo que consideramos que es importante.

En el siglo XVIII, el filósofo William Paley pensaba que la complejidad del mundo requería y demostraba por sí misma la existencia de Dios. En otras palabras: que todo era tan complicado y estaba tan lleno de piezas difíciles de hacer encajar que necesariamente tenía que haber detrás una inteligencia ordenadora que, como un relojero, después de mucho meditar, hubiera diseñado un plan magnífico y hubiese puesto en funcionamiento los engranajes que hacen del mundo lo que es hoy en día.

En 1986, Richard Dawkins, un científico británico, publicó *El relojero ciego*, en alusión a la metáfora de Paley. En este libro, Dawkins refutaba el argumento del filósofo y volvía a situar a Darwin y la selección natural en el centro del debate: la complejidad no la causaba un poder sobrenatural con una intención concreta, sino un proceso natural, orgánico, no deliberado e incapaz de anticipar las propias consecuencias. Un proceso sin visión de futuro, que no planifica. Por tanto, si hay un relojero en la naturaleza, necesariamente es un relojero ciego.

Vuelvo a la zarzuela. Como la mayoría de los platos antiguos, la zarzuela no fue diseñada ni planificada deliberadamente por ningún chef de ningún restaurante barcelonés de principios del siglo XX que quisiera añadir un plato refinado a su carta, ni por ningún pescador de la Costa Dorada harto de hacer *suquet* de pescado para aprovechar el que no se vendía. Si alguien hubiera tenido esta idea cincuenta años antes, no habría funcionado; cincuenta años después, tampoco. Aquí quizá empezamos a barruntar un poco qué es o, aún mejor, qué no es lo importante.

Saber quién fue el primero que puso las instrucciones de la zarzuela por escrito me dice tanto de la zarzuela como lo que de una persona me dicen su nombre y apellidos, o lo que de un año me dice la cifra que le corresponde. No hubo premeditación, intención creativa consciente ni autoría individual certificable. Sí sabemos el dónde y el cuándo exactos de la primera vez que encontramos escrita la palabra *zarzuela* referida a un plato, seguida de unas instrucciones para cocinarla. También conocemos el quién: lo plasmó Ignasi Domènech en su libro de cocina *La teca*, de 1924. Es documentación histórica y no está mal que la conozcamos, pero que el afán archivista no nos embauque: no hubo relojero.

La zarzuela, como tantos otros platos de otros lugares y otros tiempos, estalló de forma necesaria, como el hongo rizado que prolifera en un caldo de cultivo, impulsada por el flujo natural de los acontecimientos, síntoma de un instante de salud concreto, como una catarsis de un espacio y un colectivo de personas que vibraban con un ritmo y una frecuencia determinados.

Floreció exuberante y espléndida como una peonía en el corazón de una Barcelona bulliciosa, impulsada por la llegada de los grandes vapores de la Revolución industrial, la remodelación urbanística del plan Cerdà y el retorno de quienes se habían marchado a hacer las Américas y que ahora, después del desastre del 98 y de la pérdida de las últimas colonias, desembarcaban en el puerto cargados de riquezas, envueltos de un aura de modernidad y con el ferviente deseo de cambiar las cosas.

Después de ser la sede de la Exposición Universal en el año 1888, Barcelona se había descubierto capaz de replanteárselo todo. Crecía incorporando y asimilando pueblos vecinos, co-siéndolos a puntadas de líneas de ferrocarril que se cruzaban en las nuevas estaciones de tren, mientras veía nacer y crecer los

mercados municipales, importantes e imponentes, todos ellos ladrillo rojo, estructura de hierro, vidrio, mosaico y brillo modernista: centros neurálgicos —colmenas, secuoyas— de un comercio efervescente y pujante, nutrido por una burguesía nueva, joven y poderosa que lucía músculo para consumir y hacer negocios.

A la zarzuela se llega desde todos los rincones posibles de esa Barcelona. Se llega desde los restaurantes, lugares de reunión de esa nueva clase social emergente que se reivindica alejada del ruralismo polvoriento, y que exige y puede pagar platos de calidad y sin patata, por favor, que ya basta de miserias y de engañar al estómago. ¡Que no falte de *na'*! ¡Gambas, almejas, cigalas! ¡Y que no me encuentre yo una espina! ¡Ya está bien de apurar! ¡Rodajas gruesas y carnosas de muchos tipos y una salsa bien ligada: enharinada, sí, pero con sofrito y picada, no como el *suquet* de los pescadores de manos callosas, sino como tiene que ser! ¡Basta de hervidos! ¡Bienvenida, modernidad!

En los pisos principales del Ensanche, las criadas de la nueva clase privilegiada son muchachas de provincias, jovencitas que han aprendido a cocinar en su casa, en el pueblo, y que aplican el saber tradicional de la cocina de su madre, de su tía o de su abuela a los nuevos usos, ingredientes y gustos de los señores.

En los mercados se encuentran todos los productos exóticos que entran en Barcelona por el puerto, por la carretera de Sants al sudoeste y por la de Gràcia en el noreste. Por las mañanas, las criadas de todas las casas van a comprar y coinciden en la cola de la pescadería. Charlan e intercambian chismes, y la zarzuela viaja de boca en boca. Por la tarde, las señoras meriendan en las cafeterías y se explican cómo les va con la nueva chica del servicio y, de nuevo, la zarzuela corre y salta de taza en taza de chocolate caliente.

Y tenía que llamarse zarzuela, claro está. Como el género de teatro musical riquísimo y ligero, popular y divertido. La llamada hermana pequeña de la ópera vivía entonces una segunda época dorada, su renacimiento, gracias al estreno de títulos que supieron conectar con el espíritu de los nuevos tiempos. El esplendor de esta segunda ola no se quedó en Madrid, sino que Barcelona asistió al estreno absoluto de algunos de los grandes títulos del género, como *Trafalgar*, de Gerónimo Giménez, en 1890, en el Teatro Principal, o *La alsaciana*, de Jacinto Guerrero, en 1921, en el Tívoli, con los palcos abarrotados de un público vestido de punta en blanco.

A menudo, las cosas suceden de la manera en que nos resulta más natural imaginarlas. No sabemos en realidad cómo fue, pero es fácil pensar en la broma afortunada, en la analogía que surge entre amigos en un comedor o un restaurante, sobre este plato delicioso, regado con un buen vino, que combina pescado y marisco, igual que la zarzuela combina partes cantadas con partes habladas y «ay, qué ocurrente» y «ay, buenísimo» y uno se lo cuenta al otro y este al de más allá y, así, casi sin darnos cuenta, ya tenemos el plato bautizado.

Yo amo la zarzuela. Amo ese momento histórico apasionante, y me entristece profundamente lo que vino después, guerra y posguerra, cuando «las cosas eran bonitas, la vida no demasiado», como escribió Rodoreda.

En mi entorno cercano, quien cocinaba zarzuelas era la tía María. Estaba casada con un hermano de mi abuelo y, de pequeñas, mi hermana y yo íbamos a jugar a su casa los sábados por la mañana. La tía María detestaba cocinar, pero lo hacía, cuando y como tocaba, vestida —amurallada—, como la mayoría de las mujeres de su generación, con una bata de señora.

Ella había sido una de esas criadas enviadas a servir en las casas de los burgueses de Barcelona, en su caso después de la guerra. Yo su zarzuela no la llegué a probar jamás —la hacía para su marido—, pero su aroma llegaba hasta la salita desde donde nosotras, que teníamos prohibida la entrada a la cocina, la veíamos, embobadas, ir de un lado a otro canturreando así como canturrean las abuelas, estirando la garganta, con el cuello de gallina y achinando los ojos. Siempre Concha Piquer.

Con cada *Tatuaje*,<sup>2</sup> sola y con la puerta de la cocina entornada, mi tía exorcizaba un poco el dolor y los muertos insepultos gracias a esa capacidad que tiene la copla, con ese lenguaje universal, amigo de los dobles sentidos, de hacer de canal para llorar por todo lo que ya no está, todo lo que se ha perdido, todo lo que se fue, tanto por los de un bando como por los del otro, y sin importar que no sea por los mismos motivos. La zarzuela teñía la postal de color rojo clavel.

A mí la zarzuela me llegó a través de ella, de la tía Maria. No la receta. No la información. No el olor ni el sabor, sino el espíritu que me inflama cuando, imbuida, la cocino. La exuberancia de la Barcelona modernista, ¡el mosaico!, el trasiego vivo de los mercados, las habladurías de las criadas, los silbidos y vapores de las estaciones de tren, el beso del que vino en un barco de nombre extranjero y después se fue, que es lo único que hace que la zarzuela sea lo que es. Lo demás son instrucciones que, vacías de sentido, no valen ni funcionan como ritual para invocarla.

---

2. Copla de Manuel Quiroga y Rafael de León de 1941, popularizada por Concha Piquer.

De la zarzuela no se pasa la receta. La zarzuela se explica, se vibra, se canta y se añora. Y después se cocina.

## La zarzuela que haría yo

Compraría tres tipos de pescado, bueno, fresco, de carne firme, del que vale para cortar en rodajas: rape, merluza, dorada, lubina, bejel, congrio, raya, mero, sargo, anguila... Cabeza incluida, y con los hígados.

### Elegiré:

Una merluza no muy grande  
Un rape pequeño  
Una anguila  
Calamares en rodajas (3 o 4 rodajas para cada uno)  
Gambas y cigalas (un par de cada por barba)  
Un puñado de almejas  
Un puñado de mejillones  
Un puñado de chirlas

### Para el sofrito:

Una cebolla grande  
Tomate bien maduro  
Un par de dientes de ajo  
Un vasito de coñac o de vino blanco

### Para la picada:

Dos dientes de ajo escalivados o fritos enteros  
en el mismo momento de hacer el sofrito

Una rebanada de pan duro frito  
Un puñado de hojas de perejil fresco  
Un puñado de almendras tostadas  
El hígado del rape frito (por eso yo siempre  
incluiría rape al hacer zarzuela, porque este  
hígado es amor)

Y además:

Harina  
Sal  
Pimienta  
Aceite de oliva virgen extra suave

Para empezar, como habré comprado el pescado con las cabezas, las separaré de los cuerpos y, tras quitarles las branquias, que amargan, las doraré en el fondo de una olla. Después las cubriré de agua hasta el punto justo —ni se os ocurra llenarme la olla hasta arriba y aguármelo todo— y dejaré que hierva 20 minutos hasta conseguir un buen *fumet*. Esto puede ir tirando por su cuenta mientras procedemos con la escena principal.

Echaré un buen chorro de aceite en una cazuela y usaré la cabeza, en este caso la mía. Tengo la sensación de que el elemento más raro de esta receta es el calamar. Su tiempo de cocción y su forma de comportarse al cocinarlo son completamente distintos de los del resto de los ingredientes, de modo que les daré una cocción previa más larga y así me quitaré el problema de encima.

Freiré, por lo tanto, los calamares cortados a rodajas en aceite y esperaré a que suelten toda el agua y luego la reabsorban hasta quedar bien tiernos. A continuación los rescataré y los reservaré. Muchas de las recetas de zarzuela que he consultado no empiezan

por aquí, sino que añaden el calamar frito a la cazuela con el resto del pescado, pero yo no me fío.

A partir de ahora, todo lo que cocinemos lo haremos en la misma cazuela.

A continuación, en el mismo aceite y poco a poco, doraré las gambas y las cigalas y las iré retirando. Solo quiero que cojan un poco de color y aromatizar este aceite sin que se me quemé.

Salaré y enharinaré las rodajas de todos los tipos de pescado que he elegido y las freiré en el aceite que tenemos a medias. Una vez marcadas, reservaré aparte todas las piezas.

Y ahora me encuentro con una cazuela con restos de harina tostados, trozos de calamar agarrados al fondo y sabores de pescado, gamba y cigala. El punto perfecto para arrancar un sofrito.

Caramelizamos en este aceite la cebolla cortada bien pequeña, hasta que quede doradita. Ni demasiado negra ni blanca, y translúcida. No podemos gastarnos un dineral en pescado y marisco fresco si no estamos dispuestos a hacer un sofrito como Dios manda, que es que no hay derecho, y es precisamente aquí donde fallan la mayoría de las zarzuelas que he probado. Echadle el tiempo que haga falta.

Cuando la cebolla llegue a ese punto bueno en el que tiene un tono dorado y ya no se está hirviendo en su propia agua, añadiremos un par de dientes de ajo cortados en rodajas y el tomate maduro rallado. Y no lo daremos por bueno hasta que, de nuevo, desaparezca el agua y todo sea de un color uniforme que empiece a tirar a marrón. Ahora viene el vasito de coñac, que añadiremos y dejaremos que se evapore. Del coñac queremos los aromas y el azúcar, que nos ayuda a acabar de tostar el sofrito (¡no el agua!). Os quiero tozudos y perseverantes.

A lo largo del proceso de sofreír, en un ladito de la misma cazuela, podéis aprovechar para freír ese hígado de rape que teníamos aparte y esos dos dientes de ajo enteros pelados que serán para la picada. Los ponéis, los freís, los retiráis y el sofrito que vaya haciéndose.

¡Ahora sí que diremos que está listo! Con una espátula flexible, recogeremos hasta la última gota de sustancia del fondo de la cazuela y lo trituraremos todo en el vaso de la batidora. Añadiremos un cazo del *fumet* que hemos preparado y lo pasaremos todo por un colador chino (por eso me he permitido el lujo de no quitarle las semillas al tomate). Por último, lo echaremos todo de nuevo en la cazuela, ahora sí bien limpio.

Volvemos a encender el fuego y, sobre esta pastita caliente, ponemos las rodajas de pescado fritas, los calamares, las gambas, las cigalas y todos los moluscos, bien limpios, que hemos comprado. Un festival que remojarémos con más *fumet* para que quede caldoso (¡jojo, que no es una sopa!). Lo dejaremos a fuego lento 5 minutos.

Es el momento de añadir la picada. Pero no es el momento de ponerse a hacerla, porque llegaríais tarde. La picada la habréis preparado mientras se iba haciendo el sofrito y ahora ya estará lista: la rebanada de pan, los dos dientes de ajo y el hígado de rape fritos, el puñado de hojas de perejil, las almendras tostadas peladas, todo machacado en el mortero o triturado con la batidora, remojado con un poco del jugo de la cazuela o con un cazo de *fumet*, y ya puede añadirse al conjunto principal. Meneamos bien la cazuela para que quede bien repartida.

Lo cocinaremos unos minutos más hasta que los moluscos se abran del todo y se unifique y ligue el conjunto. A mí me gusta acabarla en el horno: me encanta esa capita fina que se forma sobre la cazuela, como un filtro de fotografía tostado y rojizo.

ROSA

¡Vaya una mañana larga!

PACA

Como que hemos agotao el repertorio de coplas.

JACINTA

Y vamos a tener que liarnos con *Rigoletto*.<sup>3</sup>

---

3. Coro de obreras en *Los claveles*, zarzuela estrenada en el Teatro Fontalba de Madrid en 1929 con música de José Serrano y libreto de Luis Fernández de Sevilla y Anselmo C. Carreño.