

La cocina de los ahumados

Primera edición: febrero del 2021

© de los textos: herederos de Joan Jofre Español

© de las fotografías de las recetas: Marta Parés Mulet

© 9 Grupo Editorial Lectio Ediciones C/ Mallorca, 314, 1r B • 08037 Barcelona Tel. 977 60 25 91 − 93 363 08 23 www.lectio.es lectio@lectio.es

Impresión: Formes Gràfiques Valls, SA

ISBN: 978-84-16918-86-7

DL T 7-2021

La cocina de los ahumados

250 recetas

Joan Jofre

Fotografías de Marta Parés



La edición de este libro se ha terminado en el mes de febrero de 2021, justo en el vigesimoquinto aniversario del grupo editorial al que pertenece Lectio Ediciones. Joan Jofre Español (Alió, 1950–2019) fue, junto a su amigo de la infancia Agustí Garcia Carrion (Alió, 1949–2019), coautor del libro *La cuina del calçot* (Cossetània, invierno de 1996-1997), el primer libro de cocina del sello editorial y su primera publicación de éxito, con cinco ediciones. Estas líneas quieren servir para homenajear a Joan y Agustí, y *La cocina de los ahumados* se incorpora al legado que nos dejaron.



EL FORASTERO





No descubro ningún secreto ni echo abajo ningún mito si digo que el ahumado no es una técnica propia de nuestra cocina tradicional y que los ahumados son unos productos ajenos a ella que, lentamente y como fruto de la globalización del mercado, se le han ido incorporando. Primero como fruto del comercio y después como resultado de la importación de la técnica para conseguir nuevos recursos, sabores o atractivos. Lo demuestran las 119 recetas de salmón ahumado (todavía hoy básicamente nórdico) y las 50 de bacalao ahumado (también llegado de las aguas frías) del libro que tenéis en las manos, frente a las 35 de trucha ahumada que apuntan la capacidad de modernizar un producto autóctono de nuestra montaña pirenaica imitando lo que se hace en otros sitios.

Porque las demás variantes que aparecen, las veinte y pocas recetas de arenque ahumado i las otras tantas de atún ahumado, muestran cómo estos productos lejanos o próximos, antiguos o modernos, no han alcanzado todavía un grado de aceptación y consumo masivo, a pesar de superar bastante la presencia del emperador (o pez espada) ahumado, con tres recetas en el libro, y la ausencia del esturión ahumado.

En resumidas cuentas, tiene una cierta lógica. Porque el ahumado, allá donde se practica, no deja de ser una de las técnicas con las que el hombre afrontó, desde los tiempos prehistóricos, una de sus necesidades básicas que yo me atrevo a calificar como "la necesidad básica". Tener a mano alimentos de forma continuada en un entorno como el nuestro, variable y, por lo tanto, de disponibilidad más o menos estacional.

Los vegetales le permitían cubrir parte de esta necesidad gracias a su biología, que incluye períodos de inactividad en forma de semillas y otras estructuras de reserva (bulbos, tubérculos, etc.) que el hombre aprendió a buscar, recoger y guardar una vez espontáneamente secados. No así los animales, con su aportación básica e importante de lípidos y proteínas. Porque la presencia en ellos de las grasas y del agua en general facilitaban la putrefacción y, por consiguiente, impedían la conservación espontánea para un consumo a plazos.

Afortunadamente, primero el simple calor de las zonas más cálidas y después la compañía reconfortante del fuego ayudaron a resolver el problema, diferenciado claramente dos áreas: la situada más al sur, donde el calor del sol era suficiente para secar la carne o el pescado dejados al aire libre, y la más nórdica, que necesitaba la ayuda del calor del fuego para conseguir el mismo objetivo.

En ambos casos, el resultado final difería cuando se pretendía conservar pescado o carne. El primero, generalmente marino —y por lo tanto salado— y poco graso, daba un producto ya sabroso i suficientemente estable, mientras que el segundo resultaba más insípido y, al ser graso, tendía a saber a rancio.

De ahí que, mientras en las zonas más cálidas el proceso se limitaba a poner al sol el producto debidamente cortado para garantizar un secado regular y suficiente, en las más frías este proceso se alargaba colgando el producto en el interior de los habitáculos calientes para conseguir completar el secado que el sol justo iniciaba. Y mientras en el norte se producían el pejepalo y las carnes secas de los indios americanos, en el sur mediterráneo se creaban el morcón de atún y el jamón. Una tendencia que la aparición de la ganadería en las zonas húmedas de nuestra casa cortó de raíz en el

campo del consumo de animales terrestres, siempre más o menos disponibles, y en cambio se mantuvo en el de los acuáticos, sobre todo los marinos.

No está de más recordar que, en este sur mediterráneo que citaba, había una técnica que competía en la conservación del producto marino: el salazón. Tradicionalmente, mediante una salmuera que permitía mantener la pieza de pescado sumergida y, por consiguiente, lejos de los peligros de la putrefacción. Solo más adelante algunas piezas combinaron ambas técnicas —salazón y secado— para crear un producto seco y de fácil transporte. Iban desde el humilde y "cocinable" morcón de atún hasta la selecta y apreciada mojama.

Pero, en nuestro entorno, la ventaja era clara. Una noche en remojo de la salazón, frente a los dos o tres días de remojo del producto seco y amojamado, decantaría y mantendría el consumo en la banda de los salazones en líquido. Sería años más tarde cuando la conjunción portuguesa y vasca de los procesos de salazón y secado con el que se obtenía el bacalao, ahora tradicional, marcaría el lento declive de los salazones, hoy casi exclusivos del atún y las anchoas. Y añadamos la comodidad del transporte, bajando por el valle del Ebro, de los bacalaos secos en hatos que, con su invasión, fueron dejando el incómodo pescado salado —transportado en barricas con el jugo— confinado en la zona costera.

Mientras tanto, en las frías costas del norte, la tecnología de conservación también había hecho sus progresos. Gran Bretaña con el bacalao, los países nórdicos con el salmón, Rusia con el esturión y Alemania y Holanda con el arenque. La imposibilidad de disponer de salinas costeras para obtener el ingrediente salador se vio compensada por la explotación de las minas y el comercio con el sur. Esto permitió un salado superficial previo que aportaba al producto final una ventaja importante. Al margen de eliminar posibles bacterias, la sal provocaba la salida a la superficie de algunas

proteínas musculares (básicamente miosina) que, al secarse, formaban una película superficial brillante que en mejoraba el aspecto, favorecía la conservación y oscurecía ligeramente la superficie mientras se secaba esperando el momento definitivo del ahumado. Un ahumado que arrancaba a baja temperatura (alrededor de los 30 °C) para no secar demasiado la superficie y permitir una cierta deshidratación sin llegar a la cocción. Cuando se conseguía el punto conveniente, el ahumado se continuaba durante más o menos tiempo y a una temperatura adecuada al objetivo que se buscaba. Si se desea conservar la textura del pescado crudo, se deberá mantener la temperatura baja que ya tenía. En la medida que la subamos hasta los 65-70 °C del ahumado en caliente, la textura final del pescado será más seca y compacta. Su tiempo de aplicación también juega un papel importante, especialmente en la conservación. A más duración del ahumado, que oscila entre las 5 y las 36 horas, más tiempo de conservación.

Naturalmente, el ahumado no solo aporta calor. Las sustancias aromáticas de las maderas y hierbas seleccionadas que se quemen aportarán su toque de sabor diferencial. Curiosamente, de forma más intensa si el ahumado se hace (como el inicial) a baja temperatura y si la madera que quema está hecha de serrín. De ahí que muchas instalaciones de ahumado tengan en cámaras separadas el proceso de combustión de las maderas y el de contacto entre el pescado preparado y el humo, convenientemente enfriado.

Las ventajas de cualquiera de estos productos eran muy evidentes: la facilidad de conservación sin tenerlo que sumergir en salmuera o líquidos conservantes; la disponibilidad inmediata, que permitía un consumo también inmediato y que no necesitaba pasar por los fogones, y la oferta creciente que se generó durante el siglo pasado en toda Europa a través de la restauración de un cierto nivel que la burguesía hizo suya. Todos estos factores supusieron la incorporación de los ahumados en nuestras despensas y recetarios, especialmente en el campo de los entrantes y las comidas informales.

Hoy, con las técnicas más depuradas y los productos mejor preparados, los ahumados se han convertido en un elemento imprescindible de nuestras gastronomías. Este libro lo demuestra. Pero conviene tener claro, com también evidencia el libro, que los ahumados no son polivalentes. No sirven para todo. De ahí que la mayoría de recetas que el libro presenta sean entrantes, ensaladas o tapas. Para hacer una sopa, un segundo plato de pescado o un plato caliente, la despensa ofrece suficientes alternativas como para no tener que recurrir a un alimento pensado para soportar las épocas de carestía de producto fresco.

No os encontráis, por tanto, ante un tratado genérico sino ante una monografía. Una retahíla de recetas que esperan abriros el apetito y poner en el lugar que le corresponde una técnica previa que no por ajena nos tendría que resultar extraña. Si el mundo se globaliza, la cocina también lo debe hacer, ¿no?

Pero no por eso tenemos que recurrir a fórmulas extravagantes o preparaciones contra natura. Por esto os decía que estáis ante una monografía a la que yo, modestamente, he querido aportar un toque informativo para que nadie confunda el ahumado con aquella barbacoa que humea quemando la grasa que sueltan las costillas que cocemos o aquella cocina en la que una pizza termina de quemarse en el horno. Aunque, probablemente, vosotros también seáis de aquellos que, cuando preparan unas costillas a la brasa en la barbacoa, tiran unos brotes de tomillo seco en las llamas para hacer, sin ser demasiado conscientes, un ahumado como los que Joan Jofre Español usaba en sus recetas. Las que recoge este libro.

FRANCESC MURGADAS

Gastrónomo



ENSALADA DE LANGOSTA CON SALMÓN AHUMADO

Ingredientes para 4 personas 1 langosta de 1 kg; 1 lechuga cortada en trozos; 1 escarola cortada en trozos; berros; 1 cebolla; 1 achicoria; perifollo; 12 filetes de salmón ahumado cortado en juliana

Para aliñar Aceite de oliva; vinagre de sidra; sal y pimienta

Para La salsa rosa Salsa Perrins; mayonesa; kétchup; zumo de naranja; nata líquida; 2 yemas de huevo duro; 2 gotas de tabasco Cortamos la lechuga y la escarola a trozos. Añadimos los berros deshojados y la cebolla cortada en juliana y lo dejamos en un bol. Cocemos la langosta con agua, sal y laurel. Cuando empiece a hervir, la dejamos unos 15 minutos. Lo dejamos enfriar. Partimos la langosta por la mitad y sacamos la carne de la cabeza y de la cola. Fileteamos la cola en rodajas. Desmenuzamos la parte de la cabeza y lo reservamos. Preparamos la salsa rosa y la reservamos. Aliñamos la lechuga, la escarola, la achicoria, los berros y la cebolla con el aceite, el vinagre, la sal y la pimienta. Juntamos el salmón ahumado cortado en juliana. Con todo eso, hacemos una montaña y, a su alrededor, ponemos la langosta. Lo servimos con la salsa aparte. Lo decoramos al gusto y lo servimos.

ENSALADA DE SALMÓN AHUMADO Y ANGULAS



Ingredientes para 4 personas 400 g de angulas; 16 lonchas de salmón ahumado cortado en juliana; apio blanco cortado en juliana; 2 zanahorias cortadas en juliana; 1 lechuga cortada en juliana

Para La VINAGRETA
Perejil picado; 1 trufa picada y su jugo; aceite y vinagre agridulce; sal y pimienta

Lavamos las verduras. Las cortamos en juliana y las dejamos en un bol. Después añadimos el salmón ahumado cortado en juliana y las angulas. Lo aliñamos con la vinagreta, lo mezclamos bien y decoramos los platos al gusto. Ya lo podemos servir.



ENSALADA DE ESPINACAS Y ARENQUE AHUMADO

Ingredientes para 4 personas 1 kg de espinacas hechas al vapor; 12 filetes de arenque ahumado; 8 dientes de ajo bien picados; aceite de oliva; 300 g de alubias hervidas

Para La VINAGRETA
3 pepinillos bien picados;
½ cebolla bien picada; perejil
bien picado; aceite de oliva;
mostaza dulce; sal y pimienta

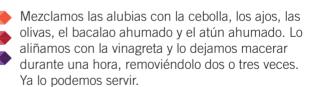
Ponemos una paella con aceite en el fuego.

Añadimos los ajos y, a continuación, las espinacas y las alubias. Lo salteamos bien y lo reservamos. Ponemos las espinacas y las alubias en los platos. Después lo aliñamos con la vinagreta y, encima, colocamos los filetes de arenque. Lo servimos con tostadas de pan con tomate.

ENSALADA DE ATÚN Y BACALAO AHUMADO

Ingredientes para 6 personas 400 g de alubias cocidas; 12 lonchas de bacalao ahumado cortado en trozos; 12 lonchas de atún ahumado cortado en trozos; 1 cebolla picada; 4 dientes de ajo picados; 50 g de olivas rellenas picadas

Para La VINAGRETA
Aceite de oliva; vinagre de
manzana; sal y pimienta; perejil
picado



ENSALADA DE HABAS CON SALMÓN AHUMADO

Ingredientes para 4 personas 1 kg de habas desgranadas, pequeñas o en conserva; 1 rama de menta; 200 g de jamón serrano cortado en juliana; 2 cogollos cortados en juliana; 16 lonchas de salmón ahumado cortado en trozos finos

Para ALIÑAR
Mostaza de Dijon; aceite de oliva;
vinagre agridulce; menta bien
picada; perejil bien picado;
10 olivas rellenas picadas

Cocemos al punto las habas con sal y menta. Las dejamos enfriar. Aparte, cortamos los cogollos, el jamón serrano cortado en juliana y el salmón ahumado cortado en trozos finos. Repartimos por encima los platos los cogollos, el jamón y el salmón ahumado. Encima ponemos las habas. Lo aliñamos con la salsa y lo servimos.

ENSALADA DE BACALAO Y ANCHOAS CON AJO FRITO

Ingredientes para 4 personas 1 escarola cortada en trozos; 12 filetes de anchoas de L'Escala; 12 lonchas de bacalao ahumado enrollado; 1 dl de aceite de oliva; 8 dientes de ajo laminados; unas gotas de vinagre de cava; perejil picado Ponemos la escarola a lavar bajo el grifo. Cuando esté limpia, la escurrimos, la troceamos y la colocamos en los platos o en una fuente. Aparte, ponemos el aceite en la paella y freímos los ajos cortados. Cuando estén dorados, los echamos por encima de la escarola. Previamente añadimos el vinagre y la sal. Por su alrededor, ponemos las anchoas y el bacalao ahumado enrollado. Lo empolvamos con el perejil picado y lo servimos.