



Alquimia en la cocina: El manual de Aris y Vesper

By Eduardo Lucero Müller



Aris entra a la cocina con hambre voraz y una bolsa de carne. —¡Vesper, hoy cocino yo! —exclama, mientras intenta arrojar un filete a una sartén que ni siquiera ha encendido. Vesper lo detiene suavemente con una mano. —Paciencia, Aris. El primer error es el afán. Si la sartén no está bien caliente, la carne se pegará y se cocerá al vapor en sus propios jugos en lugar de sellarse. El calor previo es el primer mandamiento de una costra perfecta.

Una vez que la sartén humea
ligeramente, Aris intenta meter cuatro
piezas de carne a la vez. —¡Espera! —
advierte Vesper—. No sobrecargues la
sartén. Si llenas todo el espacio, la
temperatura bajará drásticamente. En
lugar de dorarse, los alimentos soltarán
agua y terminarás con un guiso pálido.
Cocina en tandas; dales a tus
ingredientes el espacio que necesitan
para respirar y brillar.



Aris comienza a mover la carne frenéticamente con una espátula. —¿Ya está? ¿Le doy la vuelta ahora? — pregunta ansioso. Vesper se ríe. —Ese es el error de la impaciencia. Deja que la reacción de Maillard ocurra. Si intentas despegar la carne y ofrece resistencia, es que no está lista. El dorado real ocurre cuando dejas que el fuego haga su magia sin interrumpirlo. La paciencia es el ingrediente más difícil de conseguir, pero el más necesario.



Mientras la carne se dora, Aris saca el salero justo antes de servir. Vesper sacude la cabeza. —Sazonar solo al final es un error común, Aris. El sabor se construye por capas. Debes sazonar desde el principio y en cada etapa del proceso para que la sal penetre en las fibras y realce los sabores naturales de los ingredientes, no que solo se quede en la superficie como un golpe de sodio.



Aris pica ajo y lo lanza a la sartén junto con la cebolla cruda. Vesper reacciona rápido. —¡Cuidado con el tiempo del ajo! —dice—. El ajo se quema en segundos y se vuelve amargo, arruinando todo el plato. Agrégalo siempre al final, cuando los demás vegetales ya estén tiernos, o asegúrate de que haya suficiente líquido o grasa para protegerlo. El ajo es un invitado delicado que llega tarde a la fiesta.



La carne finalmente parece lista y Aris la saca de la sartén, cuchillo en mano. — ¡A comer! —grita. Vesper lo interrumpe de nuevo. —¡Ni se te ocurra cortarla todavía! El reposo de la carne es vital. Si la cortas ahora mismo, todos los jugos internos se escaparán por la tabla y te quedarás con una fibra seca. Dale cinco o diez minutos para que los jugos se redistribuyan y se queden donde pertenecen: dentro del corte.

Aris observa cómo el filete reposa bajo el aluminio, impaciente. —Vesper, ¿de verdad esto hace la diferencia? — pregunta. Ella asiente con seguridad. — Absolutamente. Imagina que las fibras de la carne están bajo presión por el calor. El reposo permite que se relajen. Un buen cocinero sabe que el fuego termina el trabajo, pero el descanso perfecciona la obra. Es la diferencia entre una comida decente y una experiencia religiosa.



Aris prueba un bocado y frunce el ceño. —Sabe bien, pero... le falta algo. No sé qué es —admite. Vesper sonríe y saca un limón de la canasta. —Te falta el toque de acidez. A menudo pensamos que falta sal cuando lo que el plato pide es un ácido. Unas gotas de limón o un chorrito de vinagre pueden "despertar" los sabores pesados y darles brillo. La acidez es como subir el volumen de la música.



Finalmente, ambos se sientan a la mesa con sus platos servidos. Aris mira a Vesper con respeto. —He aprendido más hoy que en años de intentar cocinar solo —dice él. Vesper levanta su vaso. —La cocina es un diálogo constante, Aris. Entre tú y el fuego, entre tú y los ingredientes. Ahora, disfrutemos del resultado de nuestra paciencia y técnica. ¡Buen provecho!