ETCÉTERA

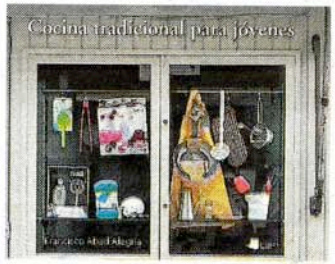
'Cocina tradicional para jóvenes', una guía «contra las falsificaciones e imposturas»

● El médico y estudioso de la gastronomía Francisco Abad Alegría es el autor de este libro, con 66 recetas

ZARAGOZA. «Este no es un recetario al uso y está pensado para jóvenes de entre 15 y 18 años. Pretende recoger lo fundamental de las recetas tradicionales de cocina en España, sin caer en los típicos chovinismos. Si los jóvenes cocinan de acuerdo con programas como 'Masterchef junior', acabarán comiendo solo pasta, salchichas y kétchup». Así define Francisco Abad Alegría, médico y estudioso de la cocina y la gastronomía española, su última obra: 'Cocina tradicional para jóvenes', editada por Pamiela y a la venta desde hace unas semanas.

El que fuera jefe del Servicio de Neurofisiología del Hospital Clínico de Zaragoza hasta su jubilación en 2015 y que colabora habitualmente en el suplemento 'Con Mucho Gusto', ha escrito este libro «pensado en dejarlo como pequeña herencia para mis futuros nietos y, por extensión, para los jóvenes de su generación». «Está hecho con el corazón y también como un intento de trasmitir algo de lo mucho aprovechable de las tradiciones sobre las que se edifica la sociedad futura», añade.

Incluye 66 preparaciones que dan una idea bastante aproximada de la cocina de las diferentes regiones, agrupadas según las estaciones, sin los clásicos apartados de «carnes, pescados, dulces...».



Portada del libro.

«Intento promocionar la estacionalidad, un criterio prácticamente desaparecido de la cocina tradicional, a causa de la fluidez del comercio y las regulaciones del mercado, y se hace una introducción explicativa de cada receta, de modo que el joven lector tenga una idea de su historia y significado, encuadrando el modo de cocinar en el tiempo y la cultura», dice el autor. También se agrupan algunas recetas no estacionales, como los buñuelos, muchos guisos o la tortilla de patatas. Por otro lado, se explican algunas técnicas básicas de cocina y muchos datos sobre la historia de los productos incluidos en las recetas.

Francisco Abad intenta aportar un poco de sensatez frente a «las actuales tendencias culinarias basadas en la desinformación, novedades y falsas cocinas exóticas, porque vivimos tiempos de falsificaciones e imposturas».

«Creo que se está llamando tradición a cosas que no son tradiciones sino que, muchas veces, son vulgarizaciones de cocina casera o de inventos mucho más recientes. He querido contar por qué son como son estos platos y qué es lo que lleva detrás la cultura en la que viven los jóvenes», concluye.

JOSÉ LUIS SOLANILLA