

• **GASTRONOMÍA** • UNA FORMA DE VIDA MÁS SALUDABLE INSPIRADA EN LA COCINA TRADICIONAL



Ferrán Adriá participó en la entrega de distintivos Kilómetro 0 a restaurantes acogidos al movimiento Slow Food. Aragónpress

Slow Food busca recuperar los alimentos tradicionales y el uso de productos locales

Un restaurante de Alloza forma parte de la iniciativa y cuenta con el distintivo Kilómetro 0

Aragónpress
Zaragoza

El tiempo es un bien muy preciado en la sociedad actual, y la vida se ha vuelto mucho más rápida. Aún con todo, cada vez son más personas las que desafían a las agujas del reloj e invierten su tiempo en una forma de alimentación mucho más saludable, ecológica y "lenta". En contra de la Fast Food y la Fast Life -comida y vida rápida-, surge Slow Food (comida lenta).

Este movimiento nació en París en el año 1989, aunque fue Italia quien le dio el impulso necesario, como una forma de recuperar las tradiciones alimentarias locales, luchar contra la pérdida de interés por los alimentos de la región y demostrar que las decisiones en materia alimenticia influyen en el mundo. La idea central del movimiento, como reza su página web oficial en Aragón (<http://www.slowfoodaragon.es/>), es que los productos deben ser "limpios, justos y sabrosos".

En España, el movimiento se consagró en el año 2003, en el Centro de Historias de Zaragoza. Desde entonces, han surgido cuatro núcleos, también llamados convivium, fundamentales en Aragón: Zaragoza, Huesca, Teruel y Ribagorza. El presidente de la Asociación Slow Food Aragón, Jorge Hernández, explicó

que "Slow Food se centra en el alimento y la tradición, pero sobre todo está basada en la ecogastronomía, una gastronomía asociada a sus gentes, a su clima, y a tratar de evitar que el mundo actual sea un mundo homogéneo desde el punto de vista gastronómico".

La alimentación es una de las necesidades fundamentales del ser humano y, según Hernández, "el sistema moderno ha estado basado en tratar de abaratar costes de la alimentación para dejarlos más margen de renta que dedicar a coches o pisos". La filosofía Slow Food cuestiona, a nivel

mundial, si "esta reducción de costes en la alimentación ha favorecido a nuestra relación con la salud y el medio ambiente", indicó Hernández. Slow Food tiene como intención recuperar la calidad de la alimentación "y nuestra relación con el medio ambiente, sin importar tanto el dinero que estas dos cosas valgan", matizó Hernández.

Aragón es una zona con unas características climáticas concretas y un suelo concreto, por lo que desde Slow Food defienden que "cultivar aquí soja transgénica no tiene sentido, ya que las tierras de Aragón no dan de forma natural soja. Aquí lo que se cultiva es alfalfa, cebolla, tomate, frutos de la huerta, cereal o trigo".

Slow Food Aragón ha llevado a cabo numerosas actividades, como ferias, excursiones al medio rural para conocer a los productores "e incluso queremos hacer ahora una muestra de cine y gastronomía", explicó Hernández.

El festival Birragoza, unas jornadas para poner en valor los cereales y el lúpulo que se está produciendo en Aragón, serán el próximo atractivo los días 23 y 24 de agosto, en el Centro de Historias de Zaragoza. Cervezas artesanas y ecológicas serán las protagonistas durante esos dos días. El presidente de Slow Food Ara-

gón aseguró que "la cerveza artesana está sirviendo para aglutinar toda la creatividad de los jóvenes, ya que la cerveza tiene gran éxito entre la juventud, y nos gusta que los jóvenes hagan cosas diferentes".

La asociación Slow Food pretende también llevar su filosofía de alimentación sana y con productos regionales a las aulas: Queremos divulgar el conocimiento alimentario y de la comida en hospitales, escuelas y comedores sociales. Es decir, volver un poquito a las bases", dijo Hernández. No se trata de una propuesta novedosa, ya que en In-

glatera "700.000 niños ya viajan en su periodo escolar a las granjas, donde ven las producciones de su entorno y están proponiendo que la educación alimentaria sea una asignatura obligatoria".

Calidad ecológica

Desde hace dos años, Slow Food lleva a cabo un proyecto de concienciación en los restaurantes. La iniciativa Kilómetro 0 premia a los restaurantes que utilizan ingredientes ecológicos y regionales. "Kilómetro 0 tiene como misión convertir al territorio, y a los restaurantes que hay en ese territorio, en una especie de motor de nuevos productos y de unión con aquellas gentes que hay en el medio rural y que no quieren que desaparezcan ciertos productos, como es el caso del azafrán del Jiloca o del trigo Aragón 03", comentó Hernández.

En este proyecto, son los restauradores los que promueven su candidatura como Kilómetro 0 a través del Convivium de Slow Food más cercano. Cada establecimiento hostelero que se presente debe cumplir una serie de requisitos para su incorporación, como adquirir sus productos a productores que se encuentren en un radio de 100 kilómetros del restaurante. Además, en la carta han de incluirse al menos cinco platos considerados Kilómetro 0, es decir, que cuente con un 40%

••• **"Slow Food se centra en el alimento y en la tradición, pero sobre todo en la ecogastronomía, asociada al medio" ...**

••• **Kilómetro 0 persigue convertir el territorio y sus restaurantes en motor de productos como el azafrán del Jiloca ...**

•GASTRONOMÍA• UNA FORMA DE VIDA MÁS SALUDABLE INSPIRADA EN LA COCINA TRADICIONAL

de ingredientes adquiridos a los productores cercanos y el 60% restante han de ser ecológicos. Asimismo, ningún plato podrá tener alimentos transgénicos o animales que hayan comido transgénicos.

Con este proyecto se pretende "contribuir a mantener el tejido económico agroalimentario local, a potenciar a los productores comprometidos con la biodiversidad y a defender la cocina de temporada", aseguró Hernández.

De momento, Aragón cuenta con cuatro restaurantes con el distintivo Kilómetro 0: La Demba, Casa Javier, El Morral de la Ojinegra y Els Caçadors.

En Teruel

El Morral de la Ojinegra, un negocio familiar en Alloza que ahora dirige Belén Soler, es el único completamente ecológico de los cuatro restaurantes y posee el distintivo Kilómetro 0 desde hace dos años. En él, según Soler, "elaboramos una cocina de corte tradicional muy ligada al producto de mercado y ecológico, y lo cocemos todo a la leña".

Soler confesó que se trata "más de un estilo de vida para nosotros y para los que vienen a comer aquí que un negocio. Lo consideramos algo positivo para la salud y para el futuro". Además de utilizar productos de cercanía, variedades autóctonas, fomentar el consumo ecológico y dar a conocer a los productores para promover el comercio justo, El Morral de la Ojinegra organiza talleres y actividades relacionadas con la ecología.

Jusep Cabello es el responsable del restaurante La Demba, que a pesar de llevar apenas un año abierto ya posee el distintivo Kilómetro 0. Cabello ya era consciente antes de inaugurar el restaurante de la importancia de la comida saludable y ecológica, e incluso era socio del movimiento Slow Food. Jusep Cabello aseguró que el movimiento "es más una filosofía de vida, algo que haces porque crees más que por lo que te pueda dar". "Al final, todos los que pertenecemos al Kilómetro 0 estamos haciendo, de alguna manera, un trabajo de campo y un trabajo de difusión de nuestros ideales", añadió.

El 80% de los alimentos que se preparan en La Demba son ecológicos y de cercanías, de menos de 100 kilómetros alrededor del restaurante. "Sobre todo lo que tenemos aquí es mucha huerta, las carnes de productores cercanos y concretos, pero no todos tienen certificado ecológico", Matizó Cabello.

El plato estrella de Els Caçadors, cercano a la frontera de Cataluña con Aragón y poseedor del título Kilómetro 0 desde hace más de un año, son las verduras ecológicas, "procedentes de un productor de Benicarló", aclaró Jaime Edo, jefe de cocina del restaurante, "que acompañamos siempre de un pescado, arroz o carnes ecológicas".

Desde los inicios

La alcaparra Ballobar, la uva vidadillo, la manzanilla monmesa, el trigo Aragón 03 y el azafrán del Jiloca son productos de la zona aragonesa que el movimiento



Imagen del comedor del restaurante de Alloza El Morral de la Ojinegra, el único completamente ecológico de los Kilómetro 0 de Aragón. AP



El único restaurante Kilómetro 0 totalmente ecológico está en Alloza

El Morral de la Ojinegra, un restaurante familiar ubicado en Alloza, es el único completamente ecológico de los cuatro establecimientos que poseen el distintivo Kilómetro 0 en Aragón. Dispone de este certificado desde hace dos años y elabora una cocina de corte tradicional, preparada a la leña y con productos de mercado y ecológicos. Además, organiza talleres y actividades relacionadas con la ecología.



Cocina de leña de El Morral de la Ojinegra, situado en Alloza. AP

Slow Food intenta recuperar. Muchos de ellos llegaron incluso a desaparecer, durante un corto periodo de tiempo, de la gastronomía aragonesa. Es el caso de la uva vidadillo, una variedad autóctona de Almonacid conocida

en el siglo XII con el nombre de Crespiello, procedente de un viñedo plantado en el año 1900 sobre unos terrenos muy calizos.

"Al principio me tomaron casi por loco por intentar recuperar esta variedad", relató José Gracia

Romero, un aragonés que enseñó a vi el potencial de este tipo de uva, que había dejado de utilizarse para producir vino debido a su fuerte y casi desagradable sabor. "Pero eso les pasaba porque no sabían dónde se tenía que cultivar para que este efecto no se produjera", matizó Gracia, que dirige Bioenos SL, una empresa asesora y consultora de enología.

Fue en 2001 cuando comenzó su aventura. Descubrió que, para que no diera mal sabor, debía cultivarse en suelos calizos, y decidió comprar un viñedo en Cariñena. Como resultado, en 2003 nació Pulchrum Crespiello, un vino hecho con uva vidadillo, sin pesticidas y de forma natural. "No es una especie a la que no tengas que echarle ningún producto", matizó Gracia, "pero sí que es cierto que es una variedad que sin tener que acudir a productos químicos de síntesis, de los considerados no ecológicos, se puede mantener bastante bien. Solo hay que echarle azufre o sulfato de cobre, por ejemplo, contemplados ambos en las prácticas ecológicas".

••• "Hacemos cocina de corte tradicional muy ligada al producto de mercado y ecológico, y lo cocemos todo a la leña ..."

Para Gracia, impulsor de la variedad vidadillo, el distintivo de Slow Food para su creación es evidente: "Estaban dentro del marco del movimiento Slow Food, una lucha por conseguir recuperar una variedad en periodo de extinción, que se ha mantenido en su trece y que ha sido respetuoso con todo a su alrededor. Es una variedad autóctona y que además da un producto original". Bioenos SL, único productor del vino Pulchrum Crespiello, comercializa más de 5.000 botellas actualmente.

El trigo Aragón 03, cosechado

actualmente por Daniel Marcén, es otro de los productos considerados Slow Food y ecológicos. Se trata de una semilla ecotipo de trigo blando, con facilidad para brotar con poca humedad e incluso en situaciones de sequía, resistencia al enconstrado y de vivos colores (rojo, amarillo y naranja). Además, tiene mayor valor nutritivo, ofreciendo un 17% de proteínas frente a las 10% que ofrece el trigo normal.

Cerveza artesana

"Queríamos crear una cerveza aragonesa y artesanal". Con ese propósito nació Lúpulus, una empresa binefarense creada por Sergio Ruiz. Desde hace un año y medio lleva a cabo su sueño y comercializa Pópulus Bacanal. Se trata de una cerveza artesanal, con lo cual se elabora sin filtrar, sin pasteurizar y sin fermentar en una botella. Además, está hecha con materia prima de alta calidad, sin azúcares añadidos y con mucho más aroma, más sabor, más propiedades nutritivas y más saludable", destacó Ruiz.

Actualmente, la empresa Lúpulus comercializa dos tipos de cerveza. Pópulus Bacanal es la más conocida, una cerveza roja, maltosa y lupulada. Su última creación es Pópulus Pale Ale, color ámbar, ligeramente afrutada y amarga y, según su creador, muy aromática. Pópulus Pale Ale, a diferencia de Pópulus Bacanal, todavía no se encuentra a la venta en tiendas, pero se puede encontrar en su página web www.cervezasartesanass.com.

"Ahí hacemos venta directa a todos los particulares y además suministramos a distintos bares y restaurantes que lo requieran. Además, en el Juan Sebastián Bar, donde hay taller todos los miércoles, tienen de continuo nuestra cerveza", matizó Ruiz. Pópulus es solo una de las muchas creaciones aragonesas que pugnan por una forma de vida más saludable para la sociedad, a través de la alimentación ecológica, el respeto al medio ambiente, el comercio justo y, sobre todo, la filosofía Slow Food.