LA ENSALADA Y SU ALIÑO EN LA HISTORIA, por José Manuel Mójica Legarre, Señor de los fogones

LA ENSALADA Y SU ALIÑO EN LA HISTORIA

José Manuel Mójica Legarre



Ensalada moderna

Por definición la ensalada es un plato de vegetales, acompañados o no de otros alimentos, que deben asociarse con una

salsa fría; al menos esa es la definición que da el "Larousse gastronomique" para este tipo de recetas pero, como los tiempos cambian que es una barbaridad, las ensaladas tibias, o aderezadas con salsas tibias, hoy en día forman parte del menú de cualquier restaurante.

Sabemos que los griegos y los romanos consumían platos de vegetales crudos aliñados con sal, a los que pronto se añadió el aceite y más tarde el vinagre. El hecho de que el condimento principal de estas recetas fuese la sal, hizo que en principio se conocieran como "insalare" y más adelante fueran llamadas "herba salata" de donde proviene el nombre de ensalada que les damos hoy día. Las ensaladas se servían al principio de la comida, en la llamada "gustatio", para estimular el apetito de los comensales; la "gustatio" se servía acompañada de "mulsum", un vino endulzado con miel que se ofrecía caliente a los invitados. También conocemos que durante el Renacimiento los vegetales crudos

aliñados eran uno de los entrantes favoritos de las clases pudientes, utilizando incluso el acíbar o el zumo de naranja agria para aderezarlos.



Salmagundi

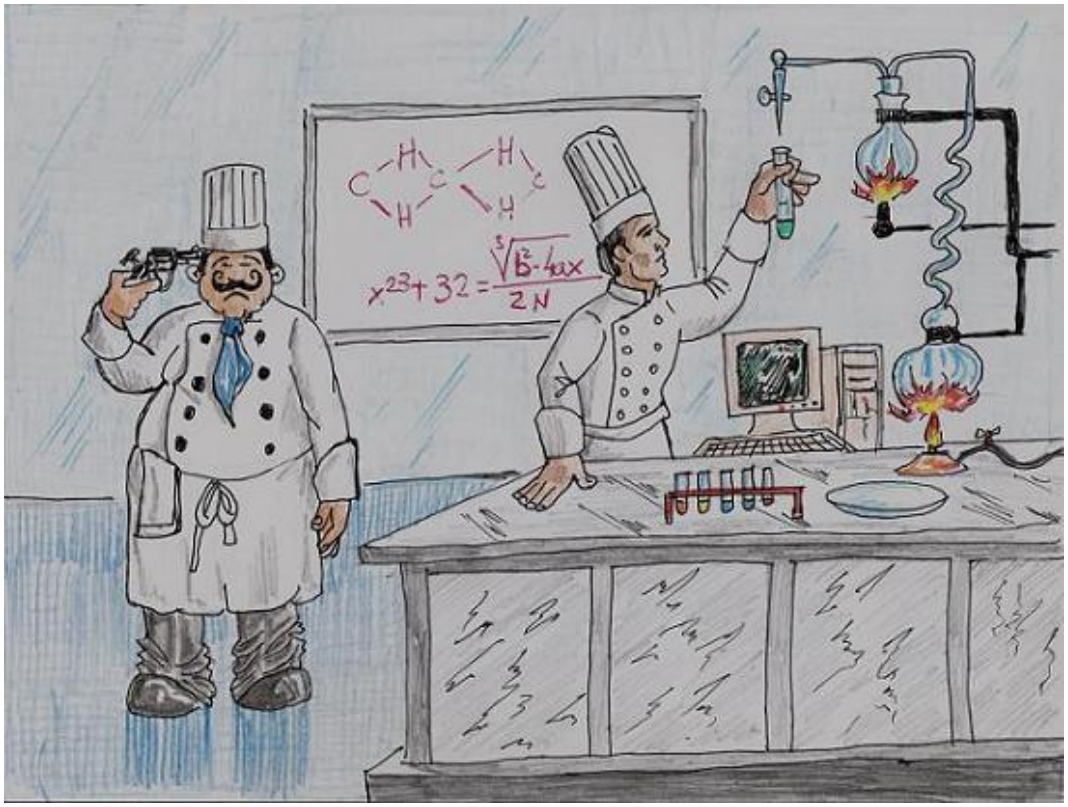
Recordemos que a final del Renacimiento la presentación de los alimentos en las mesas era de lo más rebuscada, llegando a servir las aves asadas dentro de sus propias plumas. Esto lo conseguían despellejando el ave, con cuidado de que la piel conservase sus plumas, asando el animal y, una vez hecho, le colocaban por encima su piel completa. Y, ¿qué tiene que ver esto con las ensaladas?, se preguntarán. Simplemente demostrar que, con aquel concepto de complicar los

platos, las recetas de ensaladas también se complicaron en la misma medida hasta el punto que, en el siglo XVII los ingleses crearon una ensalada compuesta por carnes cocinadas, mariscos, vegetales, frutas y flores, aliñado todo con aceite, vinagre y especias. Esta receta era conocida como "salmagundi". Pero si en Inglaterra era un plato muy apreciado, no lo fue tanto en Francia donde el vocablo "salmigondis", derivado de una deficiente pronunciación del original inglés, se identifica con un guiso hecho con restos de carnes y pescados y, familiarmente, se utiliza para definir una mezcla confusa y disparatada de cosas.

Dado el protocolo de la época, los vegetales de las ensaladas no podían



presentarse de cualquier manera en los platos de los nobles y, por ende, debían cortarse de un modo concreto para que fuesen fáciles a la hora de ser consumidos; tal era la importancia que le daban a la forma de efectuar los cortes que don Henrique de Aragón, Marqués de Villena, le dedica a este arte todo el capítulo diez de su libro "El arte cisoria", publicado en 1766.



Cocina moderna. Dibujo de José Manuel Mójica

A pesar de que se recomienda el consumo frecuente de ensaladas debido a lo beneficiosas que son para la salud, no todos están de acuerdo con esto. Por poner un ejemplo de esta discrepancia, el famoso escritor francés Alejandro Dumas publicó en 1873 “Le gran dictionnaire de cuisine” en cuya obra, en la página 101 defiende que únicamente los rumiantes han nacido para comer hierba y, por ello, la ensalada no puede ser de ningún modo una comida adecuada para el ser humano por muy omnívoro que este sea ya que, razona

el escritor, el estómago del hombre solo segrega ácidos y no digiere la hierba puesto que esta se deshace con álcalis. ¡Dumas dixit!

Claro que tampoco hoy en día estamos libres en cuestión de desacuerdos con respecto a la ensalada, ya que muchos dicen que esta debe ser poco aceitada y muy avinagrada y otros sostienen lo contrario. Por su parte los gastrónomos tampoco llegan a un consenso sobre si la receta debe ser consumida al principio o al final de la comida pues, mientras unos creen que si se consume al principio el vinagre del aderezo puede estropear nuestro paladar para apreciar el sabor del vino, quienes defienden lo contrario opinan que, al final de la comida, la ensalada no deja distinguir los matices de los postres. Al final, yo le hago caso a mi abuelo que defendía que para los gustos están los colores.



Para terminar con una curiosidad, les diré, aunque todos lo sepan, que en la cocina actual, en la que algunos cocineros parecen empeñados en agrupar en cada plato muchas recetas muy elaboradas, haciendo de una ensalada una especie de degustación de seis variedades de vegetales crudos o cocinados con dos o más aliños que se complementan, acompañados por flores comestibles y otros ingredientes al uso, las raciones tienen que ser muy pequeñas por obligación; nada que ver con la ensalada de lechuga que se elaboró el 10 de noviembre de 2007 en Israel. En la localidad de Sde Warburg confeccionaron una que pesó 10.260 kilogramos y que entró por derecho propio en el libro de

récords de Guinness como la más grande jamás preparada.

Revista la alcazaba 62