



# [comer]

AL DÍA / OPINIÓN / SITIOS / TENDENCIAS / MATERIA PRIMA / RECETAS / BEBER / SUSCRÍBETE

**Directo Tokio 2020 | Toda la jornada olímpica, en directo**



**Toni Massanés**

## OPINIÓN

# Un emoji para las lentejas, por favor



25/07/2021 08:00

El futuro será, sí o sí, menos competir y más Compartir, no hay otra. Sobre todo, si hablamos de comer. Aunque sea de comer para Disfrutar. Me refiero a los llamados restaurantes gastronómicos. De hecho, es sabido que fue clave para el éxito de las dos últimas revoluciones culinarias de alcance global -esto es, la Nouvelle Cuisine y la Nueva Nouvelle Cuisine- el compañerismo entre sus protagonistas. La idea de grupo -celebrar los triunfos del otro como propios- y el buenrollismo franco -más aún que la empatía, la simpatía por el parson la mejor técnica de innovación. Chefs, camareros, artesanos, industria agroalimentaria y productores locales de alimentos de calidad, solo saldremos de esta unidos y coordinados para ser más fuertes.

Pero ¿He dicho Compartir? ¿He dicho, Disfrutar? Sí, lo he hecho, y las dos veces con mayúscula para contarles que he vuelto a saborear lo que hacen mis queridos Castro, Xatruch y Casañas con su gran equipo de cocina y sala. A estas alturas de la película ya saben cuánto admiro a este trío Calaveras de la restauración creativa. En la Guía Comer La Vanguardia de los 100 restaurantes imprescindibles que apareció poco antes del confinamiento hablo de “magia potagia, productos imposibles, platos imposibles que parecen sacados de la chistera” refiriéndome a sus propuestas. He vuelto a Disfrutar(las) casi dos años después y continúa siendo, como no, una cita imprescindible para sorprenderse, saborear, jugar y emocionarse.

Puesto que emocionarse es una cosa personal e intransferible que depende tanto del objeto estimulante como del sujeto sensible, les comento que entre lo mucho y bueno comido o bebido en esta ocasión (sus deliciosas versiones del *vitello tonnato* y el lemon pie, por ejemplo) a mí me llegaron especialmente dos detalles que seguro pasarían desapercibidos a otros comensales: el primero, un brote de pino en tempura al microondas. Imaginé como si en el árbol anidara una procesionaria virtuosa que, en lugar de una dolorosa urticaria, provocara placer palatal. Pero el boscoso bocado me gustó más precisamente por el uso del **microondas**. Un servidor es pro, que conste, porque mirando hacia el futuro de la alimentación, preferiré siempre la tecnología inclusiva a la exclusiva. Porque la

---

## Al Minuto

---

Liberados dos hermanos menores f...  
a prostituirse y mendigar en Barcelo

---

Jorge Javier hace una emocionante  
confesión sobre cómo se maquillaba  
pequeño

---

El juez envía a prisión a dos de los a...  
que participaron en la paliza de Los  
Hermanos Koala

---

Registrado un terremoto de magnitud...  
en el mar de Alborán

---

Familiares y amigos de Samuel retir...  
altar de flores al joven: "Hay que pas...  
página"

---

inclusiva, la socializada, la democrática, puede ayudarnos a comer mejor, y aunque no he venido a hablar de mi libro, ya les anuncio que de eso va precisamente el de *Cocina con microondas, sana, segura y sostenible* de la Fundación Alícia.



Las lentejas son ricas en fibra y aportan proteínas de gran calidad (Getty Images/iStockphoto)

El otro detalle que me llegó, el que más me llegó, se lo prometo, fue la copita de caldo de cocer alubias que acompañaba una reinterpretación de la tradicional ensalada de legumbres, hortalizas y bacalao salado, remojado y desmigado, que aquí llamamos *empedrat*. El sorbo de caldito me gustó por gustoso, por la textura y transparencia perfectas en su simplicidad, también porque es un ejemplo de economía circular con el que antes se hacían sopas y ahora mayonesas y merengues veganos llamándolo aquafaba. Todas esas cosas a uno como que le excitan y resuenan en sus conexiones sensibles, pero sobre todo me gustó porque hace años que milito en la cruzada de la valoración de las legumbres y sé que lo único que necesita esta prodigiosa fuente de proteína sostenible para convencernos de su bondad es que se nos caiga la venda de palurdos gastronómicos y encontremos tan sexis a los garbanzos, judías y lentejas como merecen, pues de otra manera nos será difícil continuar alimentándonos



Horario y dónde ver: España - Costa de Marfil

El Barça se planta por Ilaix

en un planeta que cada día compartimos más seres humanos con ganas de comer. Y sé que, para conseguirlo, deben estar más presentes en los restaurantes de prestigio para que reaprendamos a valorarlos. Y no he venido a hablar de mi libro, insisto, pero por eso *La Cocina de las legumbres* de la Fundación Alicia ya incluye un capítulo con recetas dedicadas a las leguminosas de autoridades de la talla de Apicio, Escoffier, Bocuse, Adrià, Roca, Bottura, Paniego, Morán, Santamaria o Aduriz.

Y por eso ruego respetuosamente a las personalidades influyentes del papeo que asuman el compromiso y tengan en cuenta a la hora de diseñar sus cartas y menús degustación esta misión compartida.

Y voy más allá en mi reivindicación y denuncio que entre los emojis de mi móvil no encuentro más legumbres que el cacahuete, que siendo una legumbre-fruto seco -*peanut*- me encanta, pero no es suficiente.

Y lanzo ya desde aquí la campaña para reclamar emojis chulos de lentejas, **garbanzos**, judías, guisantes y habas para bombardear con ellos las redes sociales. Y mientras tanto les animo a inundar Internet con sus fotografías de *empedrats*, ensaladas de lentejas a la menta, guisantes negros salteados con ajo y perejil, *falafeles*, *dhals*, tacos de frijoles, *hummus* y otras recetas refrescantes para un verano que les deseo feliz.

### Lee también



#### Creatividad es copiar

TONI SEGARRA



#### Jordi Vilà, Premi Nacional de Gastronomia

CRISTINA JOLONCH

---

### Últimos Vídeos

---

Bárbara Sanfilippo, la quinta genera salazoneros de Santoña

---

José Luis Domínguez y su parrilla co diseño a medida

---

Anselmo Pérez, el productor de Ibér pionero en el arte del corte

---

Juan Ángel Rodríguez, maestro técnica bean-to-bar

---

Nacho Gomara y el protagonismo d verduras en sus platos

---