

Buen provecho



A los chavales les encanta probar cosas nuevas y darle gusto a los sentidos, pero, lamentablemente, en este país no faltan padres que, en los restaurantes, piden canelones para el niño, mientras ellos se apuntan a una tarrina de foie. Tienen la idea de que tratarlos como tontos es lo más apropiado...», se queja Antonio Ferrer, cocinero de La Odissea del Ampurdán (Gerona), además de gran amigo de Manuel Vázquez Montalbán e icono gastronómico de su personaje Pepe Carvalho.

Cultivar esa inclinación natural es el propósito del libro *¿Qué comemos hoy?* (Editorial Belacqua), escrito por el restaurador Quim Marqués y la doctora Montse Folch, directora de la Unidad de Nutrición y Dietética del Instituto Vila-Rovira de Barcelona. La publicación entra en harina desde el prólogo, que recoge las opiniones retozonas y empapadas de sentido común de Paula Marqués, una pequeña *gourmet* de seis años. Un ejemplo: «Ser comedora o no es algo de nacimiento, como la simpatía». Y otro: «Cuando ayudamos a mami, comemos más a gusto, aunque no tenga el mismo aspecto y el mismo sabor que cuando lo prepara ella». Conclusión: hay que adentrar a los chiquillos en el universo gastronómico, sin olvidar que cada uno responde a una ley de la gravedad diferente. De ahí que no todos leviten ante unas succulentas judías.

Proyectando la personalidad
Esta disparidad, al final, es una ventaja, porque obliga a los progenitores a exhumar un arsenal que raras veces despliegan en su vida diaria: la imaginación. «La rutina, el pan de cada día de los adultos, es puro veneno para los críos», advierte con convicción el padre de Paula. Pero seguir los dictados de las musas requiere nadar contracorriente. «Claro que supone muchas dificultades. Es más: hoy por hoy –confiesa Folch–, tienes que limitar la creatividad al fin de semana. Los demás días, ¿de dónde sacas el tiempo?». La nutricionista recomienda, de todas maneras, recurrir a «apaños sencillos, que siempre permiten salir del paso».

¿Qué comemos hoy? aporta un amplio surtido de recetas. Entre ellas, destacan dos propuestas destinadas a cultivar, en edades tiernas, el arte que más aprovecha: postres con fruta –trocear cautiva a los niños– y calamares con harina y huevo. «Que ellos se encarguen de enharinar y pasar por el huevo,



■ «Seducir a los niños no es tan difícil, sólo hay que recurrir a la originalidad», dice la gastronoma Inés Ortega

iles fascina!». Ante el frente abierto contra la invasión de la comida rápida y contingentes afines –catering y bollería industrial–, es preciso enrolosarlos en la causa, «atribuyéndoles el protagonismo necesario para motivarlos».

«Participar en la elaboración de los platos les permite proyectar su personalidad en el producto que se sirve en la mesa; y esta impresión es un estímulo muy potente, porque se sienten necesarios», razona la pedagoga Tarín Oliver, que suma a su experiencia profesional en la granja-campamento Can Ribas de Montbui (Barcelona) –foco de atracción anual de más de 15.000 menores– una debilidad genética por las bondades culinarias.

Como miembro de una saga de cocineros que se remonta a 1780, es lógico que presentara el perfil ideal para marcar las pautas educativas de *Patacuchi*, un taller de cocina –abierto a alumnos de entre cuatro y diez años– que su tía Ada Parellada decidió inaugurar, a las puertas del nuevo milenio, en *Coses de Menjar*, uno de los tres restaurantes que regenta en la ciudad condal.

A sus nueve años, Santiago Alegre, el hijo mayor de Parellada, tiene muy claro dónde se encuentra el atractivo de meter las manos en la masa: «Puedo hacer lo que quiero, y luego me lo como». De modo que la utopía de muchos es un juego de niños. Sus pasiones –«las galletas y modelar»– encuentran el cauce ideal para ir a parar a su estómago. «Les doy la forma que más me gusta –algo que quiere ser un pokémon», acota su ma-



Clase en el taller de cocina del restaurante barcelonés 'Coses del Menjar'. A la derecha, un

dre-, y después...», deja en el aire con tono de satisfacción.

Una madrileña se hace oír entre las voces catalanas: «Si queremos que valoren algo, antes que nada, hay que seducirlos. Y no es tan difícil; sólo es necesario recurrir a la originalidad. ¿Ejemplos? Muchos... Darles patatas fritas con la forma de su nombre, o convencerles de que la coliflor es el cerebro de Frankenstein...», expone Inés Ortega Klein, catedrática de Lengua Francesa, gastronoma e hija de Simone Ortega, autora de *1.080 recetas de cocina* (Alianza Editorial). La nieta de Ortega y Gasset confiesa que su madre «no ejercía en casa de maestra de los fogones. Pero, como los chavales imitan todo lo que ven, no tardamos en disfrutar de la comida». Esta temprana y sana inclinación acabó en fervor, y ya ha dado dos frutos para abrir boca en la infancia: *Cocinar y jugar* (Alianza Editorial) y *Quiero más* (Temas de Hoy).

La responsabilidad de dar ejemplo pesa en todo lo que vale. «Somos nosotros quienes les forjamos el instrumental necesario

«La rutina, el pan de cada día de los adultos, es puro veneno para los chiquillos», advierte el cocinero Quim Marqués

para explorar el mundo», explica Parellada. Y dentro de esa batería, la gastronomía ofrece una funcionalidad llamativa. «Gracias a ella, se les despierta el amor por el trabajo bien hecho –reflexiona Oliver–. Descubren que el rigor, la paciencia, la división de tareas y el ingenio son las cuatro patas que sustentan la buena mesa».

Marqués y Folch reivindican un golpe de timón ante «la vorágine del progreso». Apuestan por llevar a las novísimas generaciones hasta el puerto donde «se cruzan opiniones, historias y platos al ritmo de las ganas de cada uno». De esta manera, se suministra una ración condensada e «insusti-