



COMER

EN BUSCA DE LA SALSA PERDIDA

ES UNO DE LOS CONDIMENTOS MÁS CÉLEBRES DE LA HISTORIA GRACIAS AL USO QUE LE DIERON LOS ROMANOS Y DESAPARECIÓ TRAS LAS INVASIONES BÁRBARAS. HOY EL GÁRUM SE EMPIEZA A RECUPERAR EN LA COCINA



DOS PEBROTS (BARCELONA)

Hace más de 18 siglos se hacía en la Península una de las salsas más célebres de la Historia. De enorme fama en el Imperio Romano, su elaboración dio lugar a una intensa actividad económica en el Mare Nostrum, sobre todo en Hispania. Hablamos

del mítico gárum, que desapareció con las invasiones bárbaras y que ahora se empieza a recuperar en la cocina.

Conocido a través del uso que le dieron los romanos, su origen se sitúa en Grecia en el siglo IV a.C. Básicamente era el

líquido resultante de la fermentación de pescados pequeños enteros con sus vísceras, a los que se añadían sal, especias y hierbas y se ponían a macerar en piletas durante meses hasta convertirse en una especie de pasta. Esta se filtraba y daba lugar a una solución potente y aromática, el *liquamen*, caro y muy apreciado, sólo accesible a las clases altas. Con el resto, el denominado *allic* —un puré denso, fuerte y, al parecer, maloliente—, se preparaban salsas de calidad inferior, no por ello menos populares. Todas se usaban para potenciar el sabor de las comidas, como una soja marina.

El conocido gastrónomo Apicio da cuenta de él en su obra *De re coquinaria* (entre el siglo I y III d. C.), en la que habla sobre la salsa de pescado, sola o mezclada (como el *oenogarum*, gárum con vino, o el *oxygarum*, con vinagre). Pero los descubrimientos más interesantes son recientes. Y es que un equipo interdisciplinar de la Universidad de Cádiz (UCA) lleva varios años investigando en torno a las ruinas de Baelo Claudia (Bolonia, Cádiz), uno de los yacimientos arqueológicos más importantes del Mediterráneo occidental. Las excavaciones han permitido conocer la existencia de factorías pesqueras donde se hacían salazones y piscinas en las que reposaba el gárum que luego ya en ánforas se exportaba a todo el territorio romano.

No era el único centro productor. Fuera de la Península se hacía en Bizancio y Pompeya, aunque la reputación por la calidad de su salsa la tenía Hispania gracias a Carthago Nova (Cartagena, importante enclave pesquero y portuario), Malacca (donde hoy se asienta Málaga) y las gaditanas ■■■▶



FLOR DE GÁRUM. DE BODEGA EL HAUJELO.

SALMUERA DE ANCHOA MADE IN SPAIN

Umami marino, sustituto de la sal, aliño universal... Ergo, salmuera de anchoas curadas, el líquido resultante de la maduración de anchoas en sal durante más de año y medio, similar a la colatura di alici italiana. Pero ya no hay que recurrir a los productores de la costa amalfitana para conseguirla, porque este elixir se elabora también en España. Y llega de la mano



de dos conocidos chefs: (1) el cántabro Sergio Bastard (La Casona del Judío, Santander) sacó hace un año Salmuria, en colaboración con la conservera de Santoña El Capricho (20 €/100 ml), con formatos especiales para hostelería. Se vende en tiendas gourmet y en www.elcapricho.es. Hace cuatro meses, (2) Ricard

Camarena decidió —tras trabajar con colatura desde 2009— lanzar su propia marca, con el apoyo del maestro anchoero Rafael López. El resultado es Letern, que se vende en <http://ricardcamarenalab.com> (25 €/250 ml) y en sus restaurantes valencianos Ricard Camarena, Habitual, Central Bar y Canalla Bistro (éste también en Madrid). En ambos casos, son botellas de cristal que



parecen contener un brandy, por el diseño y el color, aunque encierran una esencia «que permanece y estimula las papilas gustativas», aclara el chef valenciano. Un potenciador del sabor que, según Bastard, «alarga la vida útil, cambia la textura del alimento y sirve como aliño».



L'ESCALETA (COCENTAINA, ALICANTE)



LA BIEN APARECIDA (MADRID)

■ ■ ■ ▶ Baelo Claudia y Cartea (en San Roque). De estas ciudades procedía el gárum *sociorum*, la *crème de la crème*.

En cualquier caso, cada uno era diferente según el pescado empleado —propio de la costa en que se pescara— y las hierbas y especias que se le añadieran. Boquerones y sardinas (sobre todo), pero también caballas, jureles o atunes y siempre con sus vísceras. Víctor Palacios, profesor de Tecnología de los Alimentos de la UCA, matiza: «Sin éstas no se puede hacer, ya que poseen unas enzimas que disuelven, licúan el músculo. Incluso hemos visto que se agregaban restos del ronqueo del atún».

Fruto de los ocho años de investigación se ha llegado a una fórmula, desarrollada por el equipo de Palacios y que se ha llevado al ámbito industrial con el nombre de Flor de gárum. Producida en la bodega El Majuelo, intervienen boquerones y sardinas macerados con sal casi dos meses. Con gran éxito en Japón y EEUU, en España también se vende (25 €/100 ml), además de un paté de alicc (5 €/200 g), ambos en www.productosmajuelo.com.

EN EL SIGLO XXI. Coincidencia o no, el gárum empieza a formar parte de la culinaria contemporánea de vanguardia... y de la tradicional. Como la que ejecuta Petri Benítez en *Venta Melchor* (Conil, Cádiz). En calidad de cocinera-colaboradora del estudio de la UCA, ha usado la mítica salsa en múltiples recetas, desde la masa de un pan hasta platos de caza o postres en los que «resta dulzor, sean fruta o chocolate», aclara. En el mismo proyecto trabaja Mauro Barreiro (*La Curiosidad de Mauro*, Cádiz), cuyo objetivo es emplearla con la perspectiva de un chef de hoy, de ahí su yema de huevo milenaria, que macera ocho horas y sirve con un guiso de salazones en tomate, o el paté cremoso de hígado de salmón con gárum y alcachofas. Pero ha hecho el aliño de interiores de pulpo o rape. «Cambiamos las especias y los sabores; podemos hacer una *acevichado* o de salmón en amarillón, porque se trata de jugar con el sabor y actualizar la salsa», explica.

Albert Raurich (*Dos Pebrots*, Barcelona)

es todo un especialista. Buca en recetarios ancestrales y ello le ha llevado a preparar un gárum, primero siguiendo recetas ortodoxas y después incorporando la misma enzima que los nipones usan para la soja. «Leímos que antes de la soja los japoneses utilizaban una especie de salsa de pescado. En toda Asia se emplean; en Vietnam el *nuoc man*, en Tailandia el *nam pla*... Japón la tuvo y nosotros la hemos recuperado. El resultado es que nos han salido gárum fantásticos. Son *liquamen* que hemos modificado, perfumándolos», señala el chef. Traducidos al plato arrojan resultados tan apetecibles como la cebolla negra



EL GÁRUM Y LOS IRREDUCTIBLES GALOS. LA SALSA ROMANA ES UNA INVITADA ESPECIAL EN LA ÚLTIMA AVENTURA DEL CÓMIC CREADO POR GOSCINNY Y UDERZO, «ASTERIX EN ITALIA», CON TEXTOS DE JEAN-YVES FERRI Y DIBUJOS DE DIDIER CONRAD (ED. SALVAT).

a la llama; el atún *Poseidón*, crudo, sólo aliñado con gárum de boquerón, o un original gárum de picchón.

Tampoco ha podido sustraerse a la tenta-

ción Kiko Moya (*L'Escaleta*, Cocentaina, Alicante). Él mismo los elabora a partir de los interiores, cabezas, sal, miel y hierbas. «Hemos experimentando con diferentes tipos, de gambas, de salmonetes, de ostras; con maceraciones de al menos seis meses», añade. Y destaca la yema en salazón con gárum, la ventresca de atún a la sal aliñada con gárum, la perdim o el arroz con gárum de salmonetes. Ángel León (*Aponiente*, El Puerto de Santa María, Cádiz) sucumbió años ha a un cefalópodo para alifinar un caldo, base de unas empanadillas de interiores de choco, y hasta Heston Blumenthal se atrevió con uno exprés, hirviendo las tripas de boquerón en salmuera.

«**DERIVADOS.** La *colatura di alici* (jugo de anchoas. Ver recuadro), que algunos consideran un derivado de nuestra mítica salsa, también tiene partidarios. Por ejemplo, Ricardo Camarena, quien firma la cebolla rellena de mantequilla de anchoas aliñada con colatura, como una crema inglesa emulsionada. O Sergio Bastard y su sardina curada en Salmuria y luego ahumada. En Madrid, José Manuel de Dios (*La Bien Aparecida*) la usa en fondos y salsas, «como un *averec* natural». Buena muestra es su gamba aliñada con colatura, ceviche de cardo rojo y leche de tigre con espinacas. Ricardo Sanz (*Kabuki*, Madrid) ha sido pionero en utilizarla (va para 12 años que lo hace) con el pescado crudo, por ejemplo, la sardina curada con *lardo di colonnata*, tomate con colatura, AOVE, soja y pan.

Y, como no puede faltar la cocina italiana, terminamos con el napolitano Nello de Biase (*La Piperna*, Madrid), que ha mamado la colatura desde niño. Sazonando verduras, en ensaladas de tomate o en una vieja receta de Nápoles (pasta metida en salsa de ajo, aceite, anchoas, alcachofas, aceitunas, pasas, piñones y colatura, y acabada en el horno), constata el protagonismo de este aliño profundamente mediterráneo.

«COLATURA DI ALICI», UNA SEÑA DE IDENTIDAD MUY ITALIANA

Producto gourmet donde los haya, es seña de identidad de la gastronomía de la costa amalfitana. Allí, al sur de Nápoles, se halla Cetara, centro de pesca y producción de anchoas en salazón y razón de ser de la célebre *colatura di alici* (jugo de anchoa) que se elabora en la región desde la Edad Media. El agua resultante de los peces

metidos en barriles, eviscerados, cubiertos de sal y con un peso encima para que suelten líquido, se filtra y se introduce en recipientes de vidrio expuestos al sol para que el jugo se concentre. Éste vuelve a echarse sobre las anchoas con objeto de que se impregne aún más del sabor yodado del pescado. Al final, se obtiene un líquido

ambarino, una salsa de sabor intenso, englodada por chefs italianos de la talla de Massimo Bottura, que la define como «generosa y simple. Como encontrar una botella rebosante de sol en un armario oscuro». El precio de un litro ronda los 100 euros. Se encuentra en tiendas especializadas como *Lauricca* (Trafaigal, 5, Madrid, 10 €/100 ml).