



A la venta desde el 26 de abril de 2018



LA COCINA AROMÁTICA

Toda la ciencia de los aromas para aplicar en casa

FRANÇOIS CHARTIER

Con prólogo de Juli Soler y Ferran Adrià, restaurante elBulli

295 alimentos para combinar y acertar con los maridajes perfectos.

¿Sabías que los espárragos verdes a la parrilla quedan de maravilla con chocolate negro? ¿Por qué el jamón cocido funciona tan bien con el clavo y la piña? ¿O por qué son tan buenos los mejillones con patatas fritas? En *La cocina aromática*, François Chartier nos da las claves para acertar con los maridajes aromáticos en casa.

Extraordinariamente fácil de consultar, el libro presenta 295 alimentos, vinos, cervezas, té y licores en forma de prácticas fichas para crear tus propias combinaciones en la cocina, con éxito asegurado. Descubriremos así alimentos y bebidas de la misma familia aromática e ideas novedosas para preparar recetas que estimularán tu creatividad culinaria, y conseguir así platos extraordinarios.

François Chartier es el creador del movimiento de la sumillería molecular y uno de los máximos expertos en el mundo del vino y del maridaje. www.francoischartier.ca

Más de 800 ideas de armonías aromáticas, algunas totalmente sorprendentes.



La cocina aromática es una continuación de su superventas de François Chartier, *Papilas y moléculas* (mejor libro de cocina del mundo, en la categoría innovación, en los Gourmand World Cookbook Awards 2010, París). François Chartier, inventor del movimiento de la sumillería molecular y uno de los máximos expertos en el mundo del vino y del maridaje, se ha dedicado desde hace más de treinta años a investigar con entusiasmo el entendimiento entre los diferentes alimentos y la relación entre los alimentos, los vinos y la gastronomía. Ahora, en *La Cocina aromática* ha realizado una exhaustiva recopilación de las investigaciones que ha realizado desde 2002 en el campo de las armonías y sumillería moleculares, rebautizada como «armonías y sumillería aromáticas».

Este libro pretende ser una biblia exhaustiva, un trabajo práctico y una herramienta para poner al alcance de la mano todas las armonías aromáticas de Chartier para crear recetas culinarias y maridar adecuadamente vinos (y otras bebidas) y platos. A lo largo de estas páginas se abordan alimentos, variedades de uva, vinos, espirituosos, cócteles, té y otras bebidas, desde aguacate hasta zinfandel.

Papilas y moléculas era el manual de instrucciones de la nueva ciencia de las armonías y sumillería aromáticas de Chartier y describía el camino que le llevó, a través de las moléculas aromáticas, a cada una de las armonías. “Me pareció esencial explicar, de forma científica, el trasfondo de las creaciones culinarias, el encuentro entre aromas y reacciones aromáticas que conducen a la armonía entre vinos y platos”.

Este nuevo libro, como reza el subtítulo, va directo al grano. Sin teorías científicas ni moléculas aromáticas, solamente **se presentan los resultados prácticos de su investigación, en forma de fichas que se pueden consultar de un vistazo**, tal y como se haría con una aplicación en un teléfono o tableta, mientras se hace la compra en el supermercado o frente a un expositor de botellas de vino.

Chartier ha reunido **los principales alimentos y bebidas de la vida cotidiana**, además de muchos ingredientes que están de moda o que recién han sido descubiertos. Asimismo, propone **un centenar de recetas simplificadas** para explorar los placeres del plato y la copa”.





Olfato contra gusto: un vocabulario para revisar

El sentido del gusto solo puede detectar, si se trata de acidez o dulzura, una pequeñísima fracción, pero el olfato detecta aromas del orden de una parte por mil millones. No hay comparación posible entre la intensidad y el predominio de los aromas (olfato) frente a los sabores (gusto).

Para llegar a apreciar un alimento es necesaria una armonía de los aromas (nariz y vía retronasal por la boca) y los sabores (boca). Por otra parte, sin la nariz y sin la retroolfacción en la boca (aromas) es imposible reconocer un alimento y sus cualidades. Cuando se está resfriado, no se saborea nada y, sin embargo, la que está congestionada es la nariz, no la boca o las papilas gustativas. ¡La comandante del sabor es la nariz!

LA NUEVA CIENCIA AROMÁTICA

Desde finales de la década de los ochenta, los enólogos han aprovechado los avances científicos de la enología moderna para entender mejor su profesión, que se suele aprender de forma empírica. En todos los rincones del mundo, incluso en zonas donde hace 20 años habría sido impensable plantar vides con éxito, se elaboran ahora los mejores vinos de la historia.

Desde mediados de los noventa, la divulgación de los resultados de la investigación científica en gastronomía molecular (disciplina nacida a principio de los años ochenta), desarrollada en laboratorio y, después, adaptada a la cocina, ha permitido a los cocineros comprender de forma más precisa y científica los gestos heredados de manera empírica de los manuales de cocina de principios del siglo XX.

Solo faltaba un enlace en esa cadena molecular: entender las reacciones químicas que rigen el maridaje de vinos y alimentos, lo que pasaba por comprender científicamente la estructura molecular de los alimentos. Tras tres años de sombrías reflexiones, de 2003 a 2006, vino a imponerse una nueva vía de investigación. François Chartier la denominó *maridaje y sumillería moleculares*.



Desde entonces, este experto canadiense en aromas y maridajes se dedica a buscar las moléculas volátiles y cartografiar los componentes aromáticos de los alimentos, empezando por lo que él llama sus “ingredientes de enlace”. Chartier establece las conexiones que puedan existir entre ingredientes con el objetivo de lograr que el maridaje sea más preciso y que se abran nuevos horizontes armónicos.

En estos años, Chartier ha logrado cartografiar la estructura molecular de numerosos alimentos y vinos y el resultado de sus trabajos lo reflejó primero en *Papilas y moléculas*, y ahora en “La cocina aromática”, dos libros que resumen sus investigaciones y dan a conocer nuevas posibilidades de elaboración de recetas, para cocineros y chefs, así como una nueva comprensión del maridaje de vinos y alimentos, tanto para el aficionado como para los profesionales del vino y la gastronomía.

El higo, la vainilla, el arce, el romero, el azafrán, la menta, la albahaca, los tubérculos y otras hortalizas subterráneas, todos los alimentos con sabor anisado, el clavo, la canela, la fresa, la piña, el tomate, las algas, el sésamo, el jengibre, el regaliz, los diferentes arroces, el coco, las setas, el cordero, la ternera, el cerdo e, incluso, los téis verdes y los téis ahumados negros, por nombrar solo unos pocos ingredientes, han revelado a Chartier sus secretos y le han mostrado nuevas vías armónicas.

Lo mismo ocurre con los vinos a base de cabernet sauvignon, merlot, cabernet franc, syrah, mencía, tempranillo y garnacha, así como con los vinos blancos a base de moscatel, gewürztraminer, scheurebe, pinot gris, riesling o sauvignon blanc, sin olvidar el jerez de tipo fino, amontillado y oloroso y algunos vinos dulces naturales.

El trabajo de Chartier continúa en la actualidad: “necesitaré unos veinte años para radiografiar todos los alimentos y vinos presentes en nuestra mesa”, asegura.



EL OLFATO ES SELECTIVO

El tomate está compuesto por unas 400 moléculas aromáticas, pero los humanos solo reconocemos 15. El café tiene 800 y solo percibimos 27, aunque bastan 16 de esas moléculas para recrear exactamente el olor a café.

El olfato es selectivo y va a lo esencial; es decir, solo podemos percibir las moléculas dominantes, que son las que marcan el perfil aromático de los alimentos y líquidos. Esto confirma la tesis de mi ciencia de las armonías y sumillería moleculares, cuyo principio es la sinergia aromática que se produce cuando se encuentran las moléculas dominantes de la misma familia de dos alimentos o un alimento y un líquido.



¿CUÁNTOS AROMAS HA PERCIBIDO EN SU VIDA?

¿Se lo ha planteado? Desde la primera toma de leche materna con aroma avainillado hasta la copa de vino de anoche, pasando por el olor de la tinta recién imprimida en el papel de este libro y el olor vagamente vegetal de su espuma de afeitarse, así como el olor más almizclado del arenero del gato, ¿cuántos aromas ha percibido? ¿700? ¿6 000? ¿15 000? ¿50 000? ¿Más? Un tercio de nuestros genes, por tanto, de nuestro ADN, está dedicado al olfato. ¡Es una barbaridad! Solo en el sistema inmunitario están implicados tantos genes. Esto respalda la tesis de que el olfato ha estado en el centro de la selección de las especies y de nuestro desarrollo durante miles de años.

Parece que somos capaces de detectar unos 10 000 compuestos volátiles (que se derivan de las moléculas aromáticas de los alimentos y líquidos y desprenden olores o aromas cuando se evaporan en el aire en forma gaseosa). Es habitual leer que el común de los mortales puede reconocer, a lo largo de su vida, miles de olores, mientras que los expertos, en concreto las grandes narices de la perfumería, pueden llegar a alcanzar la cifra de 10 000 olores.

De hecho, nadie ha calculado realmente cuántos olores percibe la nariz humana. Si lo pensamos bien, 10 000 olores para describir todo el reino vegetal y animal que puebla el planeta parece bastante poco... 10 000 palabras para nombrar toda la complejidad aromática de las flores, hierbas aromáticas, follaje de árboles, frutas comunes y exóticas, pescados, carnes, aceites esenciales, vinos, cervezas, licores, por no mencionar las reacciones de estos alimentos cuando se cocinan y se maridan con líquidos (vinos, cervezas, licores...).

A todo esto hay que añadir miles de moléculas aromáticas de síntesis creadas por el hombre: solo en el mundo de los perfumes se comercializan cada año 250 marcas, cada una de las cuales contiene entre 50 y 200 olores diferentes, a menudo con una decena de nuevas moléculas aromáticas.

ÍNDICE

Sobre el autor

De Papilas y moléculas a La cocina aromática

Frutas

Hortalizas

Finas hierbas, especias, aromatizantes y condimentos

Quesos

Carne y charcutería

Pescados y mariscos

Cereales, frutos secos y semillas

Otros

Vinos y otras bebidas

Tés

Cervezas

Uvas blancas

Uvas tintas

Aguardientes y licores

Música inspiradora

ALBARICOQUE

El perfil aromático del albaricoque forma parte de la gran familia de las lactonas, que son los compuestos aromáticos que encontramos en el vino criado en barrica de roble, en especial el chardonnay y las bebidas espirituosas criadas en madera, como el ron añejo.

ALIMENTOS COMPLEMENTARIOS

Acacia de egipcio	Nuez
Ajónjolí (semillas tostadas)	Níscalo
Almendra	Nuez moscada
Avellana	Picnora
Caramelo	Queso
Cerdo	Vainilla
Coco	Wena
Curry	Vinagre balsámico
Dulce de leche	
Flores de clementina	
Hielado de vainilla	
Jarabe de arce	
Leche de coco	
Mantequilla	
Melocotón	
Miel	
Morolla	

VINOS Y BEBIDAS COMPLEMENTARIAS

Chardonnay (con madera)	Whisky escocés
Garnacha blanca	Whisky con especias
Náctar de albaricoque	
Náctar de melocotón	
Pfirs colada	
Ron añejo	
Roussanne	
Sake nigori	
Té a los fiores de clementina	
Vino blanco (con madera)	

Qué cocinar

... Queda asado relleno de albaricoque y salsa de whisky escocés y leche de coco.
... Tostarse dulce con albaricoque seco y con aroma de whisky escocés.
... Costilla de albaricoque, lavanda y moscada.

Albaricoque *chill*

Este albaricoque *chill* se transforma en cóctel, en postre, en refresco de helado e incluso en helado. Alévese con un B&B de nuevo cuño, viértase lentamente (sobre el reverso de una cuchara) la leche de coco, luego el Whisky con especias Cointreau del B&B sobre el náctar de albaricoque.

1. Reducir en una licuadora, hasta que la presentación no tenga grumos, 85 ml de náctar de albaricoque No. 1, 85 ml de leche de coco, una base de helado de vainilla o de arce, 85 ml de Whisky con especias Cointreau del B&B y una pizca de curry.
2. Poner todo en una copa de vino.



CÓMO ESTÁ ESTRUCTURADA CADA FICHA Y CÓMO USAR ESTE LIBRO

INTRODUCCIÓN

Una breve introducción presenta cada alimento, vino o bebida y sus compuestos volátiles para indicar la senda aromática que debe seguirse.

ALIMENTOS COMPLEMENTARIOS

Se indica una lista de alimentos para cocinar con el alimento o la bebida que se presenta, ya que comparten compuestos aromáticos dominantes (moléculas) de la misma familia. Cuando se combinan dos o más de estos ingredientes, el resultado es mayor que la suma de las partes; es decir, $1 + 1 = 3$ e, incluso, a veces 4. La sinergia aromática entre ellos crea lo sabroso, lo mejor (véase la Introducción para más información sobre la sinergia aromática).

VINOS Y BEBIDAS COMPLEMENTARIAS

Lista de bebidas complementarias del alimento o la bebida en cuestión. Estas sugerencias nos permitirán entrar en una zona de confort armónica cada vez que los sirvamos con el alimento presentado, que a su vez puede cocinarse o estar acompañado por uno o más de sus alimentos complementarios.

QUÉ COCINAR

Algunas ideas de recetas basadas en el elemento principal de cada ficha y sus alimentos complementarios. Diviértase en la cocina, deje volar su imaginación. Sustituya o añada uno o más alimentos de la misma familia en sus recetas tradicionales o cree nuevas recetas basadas en alimentos con el mismo perfil aromático.

RECETA

En algunas fichas se incluye una breve receta inspirada en el alimento o líquido que se presenta y los ingredientes complementarios.

UN EJEMPLO

LA FRAMBUESA

Es importante saber que el gen del sabor, el que le da a la frambuesa su identidad aromática, lo genera una arquitectura molecular de más de 230 compuestos volátiles. Entre estos últimos, tres compuestos aromáticos, también presentes en la mora y la violeta, indican su presencia más que los otros. De este modo, frambuesa, mora y violeta son casi trillizas aromáticas. Curiosamente, mucha gente no reconocería el olor floral de una de las tres moléculas dominantes (β -ionona) en moras y violetas.

QUÉ COCINAR

- Kir espumoso con licor de violeta y frambuesa fresca.
- Ensalada de frambuesa, alcaparra y juliana de alga nori, vinagreta de vinagre de frambuesa.
- Ensalada de frambuesa y tomate con agua de rosas, vinagre de frambuesa y miel de trigo sarraceno.
- Crema de coliflor con frambuesa (al servir, añadir 2 o 3 frambuesas frescas en el bol).
- Jamón cocido con heno (añadir unas frambuesas para crear una potente sinergia aromática entre el heno y la frambuesa).



ALIMENTOS COMPLEMENTARIOS

Acacia farnesiana
Aceituna verde
Alcaparra
Alga kombu
Alga nori
Café arábica etíope
Carne de vacuno
Cereza
Ciruela
Coliflor
Erizo de mar
Flor de osmanto
Grosella
Heno
Iris

Manzana verde
Mora
Tabaco (hojas de habano)
Tomate
Violeta
Zanahoria cocinada

VINOS Y BEBIDAS COMPLEMENTARIAS

Crema de violeta
Ginebra de iris
Licor de violeta
Merlot
Syrah
Té negro de Assam
Té verde a las flores de osmanto

UN EJEMPLO

SALMÓN Y TRUCHA ASALMONADA

La dieta del salmón es rica en pequeños crustáceos (organismos del plancton), por lo que su carne se colorea con los mismos pigmentos de carotenoides que la trucha asalmonada; esos pigmentos que también dan color, por cierto, la chanterela. Cuando el salmón y la trucha asalmonada se cocinan, los carotenoides se transforman en nuevos compuestos volátiles con tonos florales y afrutados. Asimismo presentan numerosos aminoácidos que participan en su sabor umami y que también encontramos en el arenque, el queso azul y el caviar.

QUÉ COCINAR

- Trucha asalmonada en papillote con gambas nórdicas.
- Salmón en papillote con naranja y azafrán.
- Ensalada de salmón ahumado, brotes de soja germinados y cacahuetes tostados, aderezada con vinagreta de zumo de pomelo rosa y aceite de sésamo tostado.
- Salmón a la parrilla con salsa virge de pomelo rosa y azafrán.



ALIMENTOS COMPLEMENTARIOS

Aceite de sésamo
tostado
Alga kombu
Alga nori
Anémona de mar
Arenque
Arroz basmati
Azafrán
Brotes de soja
germinados
Cacao
Cangrejo
Cangrejo de río
Caviar
Chalota
Chanterela
Chocolate negro
Cigala
Espárrago
Gamba
Jamón ibérico
Judía verde
Langosta
Limón
Naranja
Nectarina
Paprika

Patatas salteadas
Pimentón
Pimiento de
Espelette
Pimiento verde
Pomelo rosa
Prosciutto
Quesos azules
Sandía
Setas
Tomate
Tomillo
Zanahoria

VINOS Y BEBIDAS COMPLEMENTARIAS

Cerveza IPA
Champagne (blanc de blancs)
Chardonnay
Chenin blanc
Fumé blanc
Sauvignon blanc
Sidra natural
Té verde sencha
Verdejo de Rueda
Vino aperitivo de tomate (Omerto)
Vino manzanilla
Vinos rosados



EL AUTOR: FRANÇOIS CHARTIER “CRÉATEUR D’HARMONIES”

El quebequés François Chartier, *créateur d’harmonies*, goza de reconocimiento internacional por sus trabajos de investigación en el campo de la creación de recetas y armonías de vinos y platos. Robert M. Parker, el crítico de vinos de fama internacional, lo calificó como «*pure genius*», y Ferran Adrià y Juli Soler, del restaurante elBulli (mejor restaurante del mundo en cinco ocasiones), lo calificaron como «el experto número uno en sabores». Desde su elección como mejor sumiller del mundo en vinos franceses y espirituosos (Grand Prix Sopexa, 1994, París) no ha parado de investigar y reinventarse; sus primeros hallazgos en el campo de los maridajes y la sumillería moleculares, una disciplina que fundó en 2004, se publicaron en su libro *Papilas y moléculas* (Planeta Gastro), galardonado como mejor libro de cocina del mundo en la categoría innovación, en la edición 2010 de los Gourmand World CookBook Awards de París.

Como asesor de algunos de los mejores chefs del mundo –entre otros, Ferran Adrià, del célebre restaurante elBulli, con quien colaboró en la creación de numerosos platos de los menús de 2008 a 2010–, la ciencia aromática de Chartier no ha dejado de causar sensación en todo el mundo. Creó y presentó, con su fiel colaborador Stéphane Modat, chef de los restaurantes del Fairmont Le Château Frontenac (Quebec), la serie *Papilles*, doce programas culinarios emitidos en 2012 en Télé-Québec y TV5 Monde, en más de 125 países de la francofonía. En 2011 publicó el libro *Les Recettes de Papilles et Molécules* y repitió en 2012 con la colección *Papilles pour tous!*, un compendio de 800 recetas aromáticas divididas en las cuatro estaciones. En febrero de 2013, en París, dicha colección recibió el prestigioso premio al Mejor libro de armonías de vinos y platos en los Gourmand World CookBook Awards.

En octubre de 2013, el creador de armonías lanzó su primera gama de vinos europeos en la Sociedad de los Alcoholes de Quebec (SAQ), diseñada «por y para la mesa». Desde que aterrizaron en el mercado han gozado de un gran éxito tanto en valoración como en ventas: sus seis primeros vinos se posicionaron rápidamente entre las mejores ventas de la temporada 2013/2014 en cada una de sus categorías, y su éxito continuó en el espacio Bodega de la SAQ. Además, su gama Chartier Créateur d’harmonies, disponible en la SAQ, también hizo una notable entrada en el oeste de Canadá en mayo de 2015, donde, tras solo seis meses de ventas, sus vinos ocuparon el primer lugar en la clasificación de vinos de Francia.

En marzo de 2014, la brasserie Glutenberg, estrella de las microcerveceras de Montreal, lanzó un nuevo proyecto en colaboración con Chartier Créateur d’harmonies: la serie «Gastronomie». Un concepto de varias cervezas gastronómicas y de temporada inspiradas y elaboradas para la mesa, basadas en los principios de las armonías aromáticas de Chartier. Finalmente, en noviembre de 2015, se publicó la edición original de este libro, *L’essentiel de Chartier: L’ABC des harmonies aromatiques à table et en cuisine*, verdadera continuación de *Papilas y moléculas*, su libro vigésimosexto desde 1996.



Para conocer más sobre François Chartier:

Twitter: @PapillesetM

Facebook.com: facebook.com/francoischartier.ca

Instagram : François Chartier

Web : www.francoischartier.ca

CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO. La cocina aromática



COL

Algunos de los compuestos volátiles astringidos que conforman el perfil aromático de la gran familia de las coles, entre ellas las coles de Bruselas, son del mismo tipo que los que dictan el ADN aromático de la trufa. Esto explica las innumerables recetas en las que la col se mezcla con trufa. Sus compuestos volátiles, los terpenos, también aportan la familia aromática de los vinos de sauvignon blanc, cabernet y petit manseng. ¿Sabéis que las coles de Bruselas de Quebec (se creó un municipio de Bruselas a mediados del siglo II, creando dos variedades de col para mejorar el rendimiento gracias al crecimiento vertical de la planta)?

ALIMENTOS COMPLEMENTARIOS

Aceto de cameline	Esplárgo	Rábano
Ajo	Flor de salco	Rábano picante
Alcaparras	Frambuesa	Remolacha roja
Alga kombu	Gambas	Rúcula
Ajo rojo	Guarnido	Tirón de calabacín
Avellana	Higo (piel)	Trufa
Bacon	Jamón curado	
Bonito seco	Kale	
Cebolla	Lente cocida	
Cangrejo	Maíz	
Cebolla	Mozzarella	
Champiñón	Nabo	
Choclate	Perrugino	
Crustáceos	reggiano	
Emmental	Polo	

Qué cocinar

...Rocío con col, glaciado, jamón curado, perrugino reggiano y vitales de trufa.
...Ensalada de coles de Bruselas asadas, piel de pollo asada, champiñones salteados, granos de maíz salteados, cebollitas asadas y vitales de perrugino reggiano. Adornar con vinagreta de aceite de avellana.
...Col rellena de cangrejo, maíz en grano y pimiento.



LA COCINA AROMÁTICA

Toda la ciencia de los aromas para practicar en casa
FRANÇOIS CHARTIER

19 x 25,5 cms. 400 pags.

Cartoné

PVP: 39,95 €.

A la venta desde el 26 de abril de 2018

Para más información a prensa, imágenes o entrevistas:

Lola Escudero. Directora de Comunicación de Planeta Gastro

Tel: 91 423 37 11 - 680 235 335

lescudero@planeta.es

www.planetagastro.com

[Twitter.com/planetagastro](https://twitter.com/planetagastro)

[Instagram.com/planetagastro](https://www.instagram.com/planetagastro)

Facebook: PlanetaGastro/