

I JORNADAS GASTRONÓMICAS VEGETARIANAS

Valencia, 20-21-22 de junio de 2014

Valencia ha acogido la celebración de nuestro primer gran evento gastronómico vegetariano. A diferencia de otros eventos anteriores organizados por la *Unión Vegetariana Española (UVE)*, en esta ocasión las actividades iban a girar en torno a la cocina vegetariana, y para nosotros representaba un verdadero desafío, sobre todo por la complejidad técnica y la necesidad de unas instalaciones adecuadas donde poder desarrollarlo.

Afortunadamente, apareció en escena Pascual Laza (Natural Chef, <http://www.naturalchef.info>) que se ofreció para hacerse cargo de todas estas cuestiones técnicas. Chef con dilatada experiencia y dedicado profesionalmente a la formación en hostelería, coordinó todos los recursos necesarios para convertir esta arriesgada apuesta en un éxito absoluto.

Las jornadas se celebraron en el Hotel Albufera (<http://www.bestwestern.es/hotel-albufera>), un hotel de 4 estrellas situado a las afueras de Valencia que puso a nuestra disposición sus instalaciones (salones y cocina, además de habitaciones para los asistentes llegados de fuera) para sacar el máximo partido a estas jornadas. En total, reunimos algo más de 100 personas con mucho interés para asistir a las actividades programadas. Entre los asistentes hubo tanto personas que se dedican profesionalmente a la restauración, como personas interesadas por la cocina vegetariana a título particular.

Entre las sesiones se habían programado predominantemente demostraciones prácticas (*show cookings*), que fueron las que despertaron el mayor interés entre los asistentes. En dichas sesiones contamos con la presencia de destacados chefs que prepararon en vivo diversos platos, llenos de originalidad y buen hacer. Toda la comida en las jornadas fue enteramente a base de alimentos vegetales (vegana). Como complemento a las sesiones de cocina, también se habían programado 3 conferencias, que ejercieron de equilibrado contrapunto al tema gastronómico. Las cenas temáticas (mejor dicho, dos cenas temáticas y un almuerzo temático el domingo) también hicieron las delicias de los comensales. Tres chefs distintos diseñaron un menú particular para cada ocasión, que los asistentes fueron recibiendo con gran expectación (y con no poca y grata sorpresa) y disfrutaron en buena compañía.

Las actividades se iniciaron el viernes 20 de junio por la noche con la primera de las cenas temáticas, a cargo de Paqui JS, que preparó una elaborada cena raw, con una deliciosa variedad de preparaciones que en muchos casos incluso no parecían crudas. La acogida de estas propuestas fue muy buena, y no tardaron en surgir las apuestas a ver quién conseguía adivinar los ingredientes de cada cosa. La cena constituyó un prelude de lo que nos esperaba los días siguientes, llenos de expectación y ganas de aprender.

A la mañana siguiente, se iban a iniciar las sesiones centrales, empezando a las 10 horas, tras la recepción de los asistentes y la entrega de la documentación. Esperábamos que iba a ser un día intenso, pues se habían programado todas las sesiones sin interrupción tanto en la mañana como en la tarde, y de hecho así fue. Una sesión tras otra, nos iba descubriendo todo un mundo de la mano de un chef distinto cada vez. La puntualidad en el inicio de las mismas permitió un desarrollo ágil a pesar de tener una programación tan ajustada.

Tras un breve discurso de bienvenida, la sesión inaugural corrió a cargo de Pascual Laza (Natural Chef) que puso en escena todo el despliegue que había preparado para los *show cookings* con grata sorpresa para el público.

A continuación estaba prevista la participación de Bienvenido Alarcón, del restaurante Yerbabuena de Madrid, pero lamentablemente canceló su viaje pocos días antes por cuestiones personales.

En su lugar, se adelantó la sesión programada para la tarde a cargo de Álvaro Gálvez, del restaurante Sonka Plaza (Benifairó de la Valldigna, Valencia), que estuvo centrada en la elaboración de embutidos vegetales.

La siguiente sesión estuvo a cargo de Toni Rodríguez, un chef principalmente conocido por crear Lujuria Vegana, el referente de la alta pastelería vegana en nuestro país. No obstante, en la actualidad Toni está también trabajando como chef del restaurante Bon Lloc de Palma de Mallorca. Su *show cooking* estuvo centrado en la elaboración de postres, aunque el domingo tendría ocasión de presentar sus otras habilidades con la elaboración del menú completo para el almuerzo.

Para concluir la mañana, tuvimos la intervención de Mercè Passola, una mujer vital que compartió la simplicidad de la cocina cruda aderezada con la originalidad de su creatividad.

A mediodía el almuerzo consistió en un menú vegano elaborado por la cocina del hotel siguiendo las indicaciones de Pascual Laza. Un momento para desconectar, intercambiar impresiones y reponer energías para seguir por la tarde.

La primera sesión de la tarde estuvo a cargo de Nuria Puchades, del restaurante Les Maduixes, todo un referente histórico de la ciudad de Valencia, con una dilatada trayectoria. A continuación la sesión dirigida por Patricia Restrepo, del Restaurante Kimpira, de Valencia, que incluyó en su presentación la descripción de los conceptos nutricionales de la macrobiótica. La siguiente sesión (para llenar el hueco de Álvaro Gálvez que se había pasado a la mañana) estuvo a cargo de José Damían Azorín, un chef valenciano galardonado con diversos premios y que acercó al público asistente una cocina de diseño con aplicaciones muy originales que no dejaron indiferente a nadie.

Las dos últimas sesiones de la tarde ya no fueron sesiones de cocina, sino dos interesantes conferencias que pusieron el contrapunto a todo lo aprendido durante el día. La primera, a cargo de Lucía Redondo, nutricionista, se centró sobre los productos lácteos y la salud, haciendo un repaso a las investigaciones que demuestran la relación de dichos productos con multitud de problema de salud, argumentos que refuerzan la idea de cuestionar la idoneidad de su consumo. La siguiente conferencia estuvo a cargo de Irene Bueno, coach de nutrición, deporte y bienestar, que trató la importancia de la actividad física en el bienestar personal y de cómo aplicar una correcta alimentación vegetariana para potenciar el rendimiento físico, despejando dudas sobre muchos de los mitos que existen en este tema.

El colofón del día lo iba a poner Pascual Laza con su cena temática, un excepcional menú compuesto por diversos platos, a cada cual más original y delicioso. Tras la cena, tuvimos la actuación musical a cargo del grupo valenciano Louisiana Liquor, que amenizó la velada con su repertorio de clásicos del blues.

El domingo era la segunda y última jornada, en la que esperábamos seguir disfrutando de nuevas aportaciones por parte de los grandes cocineros que nos acompañaron. La primera de las sesiones tenía que estar dirigida por Germán Carrizo y Carito Lourenço, de los restaurantes valencianos Vuelve Carolina y El Poblet, distinguidos con una estrella Michelin para enfrentarse al reto de preparar platos veganos. Estuvo a punto de anularse porque Germán tuvo que ser operado de urgencia pocos días antes, pero finalmente Carito acudió a la cita para exhibirnos sus dotes y creatividad con gran aprecio por parte de todos los asistentes, por lo cual le estamos muy agradecidos.

A continuación, Pascual Laza y yo hicimos una breve presentación del proyecto de formación que está diseñando la UVE, denominado Veg Academy, que pretende crear una red de formadores en todo el país (tanto profesionales como aficionados) bajo un mismo criterio identificativo. Dentro de este programa, la primera propuesta concreta que se va a desarrollar es la de Chef UVE, un distintivo para chefs reconocidos por la UVE y que trabajen en colaboración con la asociación. La propuesta, que despertó notable interés, será desarrollada en los próximos meses.

Tras esta presentación se cedió el turno al Dr. Francisco Mata, que ofreció una charla muy interesante sobre "La adicción a los alimentos", haciendo hincapié en cómo los alimentos procesados, ricos en grasas, azúcar y sal, y que son tan adictivos, son en gran medida responsables de los desequilibrios existentes en la dieta convencional actual y de las principales enfermedades de la civilización.

Tras esta charla se dio paso a un show cooking, en esta ocasión a cargo de Paqui JS que mostró al público el amplio abanico de posibilidades para elaborar jugos y batidos energéticos, a base de frutas y verduras crudas, y que todos pudimos degustar.

Como colofón de las sesiones culinarias, tuvimos a Jacobo Olaya, cocinero valenciano especializado en la elaboración de sushi, al que le aporta grandes dosis de imaginación e innovación. Sus preparaciones de sushi vegano, que también pudimos degustar, embelesaron al público.

Con esta sesión dimos por terminadas las actividades de las jornadas, muy intensas en cuanto a contenidos. Unas breves palabras de clausura sirvieron de despedida emplazando a los asistentes para una próxima edición de este evento gastronómico, que todos coincidieron en valorar como positivo e interesante para darle continuidad.

Como digna despedida, tuvimos la última de las comidas temáticas, muy esperada por todos, a cargo de Toni Rodríguez, que no defraudó con un menú exquisito, muy completo. Una gran despedida para un evento memorable.

David Román
Unión Vegetariana Española