

Cuenta y Razón

Fundada por Julián Marías en 1981

El vino como alimento

RAFAEL ANSÓN

PRESIDENTE DE FUNDES

PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA

PRESIDENTE DE HONOR DE LA ACADEMIA INTERNACIONAL
DE GASTRONOMÍA



Fundación de Estudios Sociológicos

El vino como alimento

RAFAEL ANSÓN

PRESIDENTE DE FUNDES

PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA

PRESIDENTE DE HONOR DE LA ACADEMIA INTERNACIONAL
DE GASTRONOMÍA

La Ley del Vino de 2003 terminó por reconocer la condición del vino como alimento y como componente esencial de la Dieta Mediterránea, extraordinario patrimonio común, además de la forma más saludable de alimentarse que existe en todo el planeta, como han corroborado los últimos descubrimientos científicos.

Y al hablar del alimento enológico no me refiero, en este caso, a la vieja tradición de los tiempos de hambruna que existió en España y en otros muchos países de comer pan con vino para sobrellevar con energía, por ejemplo, las más duras tareas agrícolas, según el viejo dicho de que “con pan y vino, se anda el camino”. Ni tampoco a que, mucho antes, los griegos clásicos ya presentaran la cultura del vino como característica de los pueblos agricultores civilizados.

El consumo de vino es un acto social y, por lo tanto, hace falta compartirlo para poder disfrutar de toda su complejidad

Como alimento, el vino tiene una complejidad peculiar, puesto que se trata de una bebida con alcohol que, además de otras sustancias inherentes, contiene vitaminas, minerales, ácidos, aminoácidos, polifenoles antioxidantes y algunos otros nutrientes que el organismo necesita para su correcto funcionamiento. El consumo de

vino es un acto social y, por lo tanto, hace falta compartirlo para poder disfrutar de toda su complejidad. Porque su disfrute razonable y sensato siempre ha unido más que ha separado y ha contribuido mucho más a la cordura y la negociación que a acrecentar las tensiones.

Desde los orígenes de las grandes culturas, la relación del vino con otros alimentos ha sido de gran importancia, como nos enseña a descubrir la técnica de las armonías o combinaciones entre lo sólido y lo líquido, un arte muy subjetivo y especializado pero que contribuye a mejorar el consumo tanto del vino como de los propios platos o tapas. Porque el vino, en función de su producción y singularidad de elaboración, presenta una diversidad de sabores y, por lo tanto, toda una gama de posibilidades para ser combinado.

El Vino en la gastronomía y no Vino y Gastronomía

Uno de los grandes errores que han cometido las bodegas y los escritores es tratar de situar el vino como un mundo independiente al margen de la gastronomía, como si la gastronomía se refiriera solo a la parte sólida de la comida. La gastronomía incluye la parte sólida y la líquida de la comida. El vino es, sin duda alguna, la pareja ideal de la comida, de nuestros alimentos, de los platos y recetas.

Tratar de aislar el vino de la gastronomía como si tuviera entidad propia, está contribuyendo a que, por ejemplo, en España, cada vez se consuma

menos vino. Estamos en torno a 15 litros por habitante y año, cuando por ejemplo, en Suiza, son 40.

El vino tiene sentido y es una exigencia para comer satisfactoria y saludablemente. El vino aislado no puede competir con otras bebidas alcohólicas que son mucho más lógicas fuera de la comida.

Y otro tema importante es el encarecimiento del vino desde que sale de las bodegas. Encarecimiento en las tiendas, supermercados y *boutiques*. Pero, sobre todo, en los restaurantes, que continúan multiplicando, a veces hasta por tres, vinos de precios altos. De esa forma, el vino resulta inalcanzable, o bien en lugar de tomar dos botellas se toma una.

Aportación plenamente saludable

Como ocurre con otras muchas sustancias, la profesión médica reconoce que, tomado en proporciones razonables, su aportación es plenamente saludable. Y eso que hay alrededor de dos millares de componentes que forman parte del vino de los que se desconocen sus funciones. Lo más esperanzador es que, según va avanzando la química y se van conociendo estos otros elementos, crece su reconocimiento desde la perspectiva de la salud.

Tan excelente alimento es el vino que está comprobado que consumiendo una cantidad diaria, fundamentalmente de tinto (de dos a cuatro copas los hombres, de una a dos las mujeres, como señala el eminente cardiólogo y nutriólogo Valentín Fuster), se obtienen otros beneficios añadidos, como la prevención de problemas cardíacos, la reducción del colesterol malo (LDL) y el aumento del bueno (HDL), el retraso en la demencia senil y hasta la adquisición de polifenoles anticancerígenos en lo que es la gran batalla de nuestro tiempo.

Incluso Enrique Rojas, catedrático de Psiquiatría de la Universidad Complutense y presidente de la Fundación para la Investigación del Vino y la Nutrición (Fivin), asegura que un vino de calidad, de unos trece grados de alcohol, tomado con moderación y sensatez, no es solo un alimento sino que alcanza la condición de antidepresivo, estimulante y ansiolítico, puesto que disuelve las tensiones emocionales, sin olvidar que produce un aumento de la capacidad de comunicación y de pensamiento de la persona. Y, por encima de todo, crea intercambios afectivos entre las personas, socializa y, por lo tanto, contribuye a reducir la soledad, otra de las lacras de nuestro tiempo.

El vino y los cinco sentidos

Al igual que otros tesoros gastronómicos, el vino brinda una experiencia placentera en la que participan todos los sentidos, comenzando por el propio sonido del corcho al abrir la botella y siguiendo por la riqueza visual de los matices de su color o el propio tacto de la copa o de la botella.

Todo cuanto rodea a la más universal de las bebidas constituye un extraordinario motivo literario, tanto a nivel de divulgación como, por supuesto, de creación artística

Todo cuanto rodea a la más universal de las bebidas constituye un extraordinario motivo literario, tanto a nivel de divulgación como, por supuesto, de creación artística. Al fin y al cabo, su historia se confunde con la de nuestra civilización, por lo que cualquiera que haya pretendido acercarse a esta última, indefectiblemente ha tenido que recurrir, de alguna manera, a ese mosto de vid cuyas fermentaciones se iniciaron hace una eternidad.

Probar y leer

Para saber de enología y viticultura han de probarse muchos vinos y también comentar nuestras sensaciones, y hacerlo con conocimiento y con sistema. Pero también hay que leer sobre vinos, porque la lectura y la bebida resultan actividades complementarias en estos tiempos de nuevas tecnologías de la comunicación, y leer a grandes clásicos que, como Shakespeare, han inundado sus páginas de vino, además de extasiarnos con pinturas en las que uvas y vinos ejercen como excelente motivo artístico.

Decía Fredy Girardet, maestro suizo de los fogones mundiales, que la comida no es sino una armonización entre los platos y el vino: si se dispone de un gran vino hay que buscarle una gran compañía; si tenemos un gran plato, hay que encontrar el vino justo. De esta interrelación resulta la excelencia. Porque, para el gastrónomo, el vino es el 50 por 100 de la comida y no solo por el "alimento" que pueda aportar sino por su imprescindible labor de acompañamiento y apoyatura de cada plato. Por eso, incluso se puede confeccionar todo un menú alrededor de un vino o unos vinos que lo merezcan.

Uno de los ingredientes fundamentales a la hora de determinar la inmensa variedad gastronómica española es la extraordinaria diversidad de nuestros vinos, cuya abundancia y calidad resultan proverbiales. Como decía el maestro de los gastrónomos Manuel Martínez Llopis, “de tan universal bondad que pueden viajar y degustarse victoriosamente en las mejores mesas extranjeras”.

Desde hace diez mil años, la historia del vino casi coincide con la de la humanidad, pues vid y civilización han convivido, inseparables, desde siempre. Aunque se hayan perfeccionado los hábitos, exigencias y gustos del consumidor, los grandes caldos de nuestros días no son muy distintos de los que regaban las bacanales romanas. Y además, el vino hace trabajar a todos los sentidos. Faltaba tan solo el oído y, por eso, se añadió el brindis, con su característico chinchín, que introduce además un deseo de felicidad.

Consumo culto, medido y relajante

La pasión por el vino nace con la experimentación, con el consumo culto, medido y relajante. Es decir, se trata siempre de beber con inteligencia, renunciando a cualquier delirio etílico causado por la ingestión abusiva, pues, como dijo San Pablo, “el vino es obra de Dios y la embriaguez, de los hombres”. Si se disfruta de forma curiosa, atrevida e inteligente, el vino es la bebida más mágica, pues siempre ha sido fiel a la tierra, a la cultura de los pueblos y a una singular forma de ver la vida.

Esa disciplina tan de moda en nuestro tiempo que responde al nombre de gastronomía no podría entenderse sin el complemento de la bebida; de hecho, uno de los objetivos fundamentales de su ideario es relacionar armónicamente los platos con los vinos que han de acompañarlos en función de unas cuantas leyes no escritas.

Los consejos de Emile Peynaud

Renunciando a todo tipo de reglas fijas en esta materia, solo me gustaría sugerir que cada vino debe preparar el gusto para el plato siguiente, aunque hay quien, como Emile Peynaud, aconseja esperar a servir el vino entre plato y plato, una vez que se ha servido la comida. Peynaud dice que los invitados comen así antes de probar el vino, por lo que tienen una mejor disposición para juzgarlo. Por tanto, no se deben dar estrictas recomendaciones sobre la armonía entre platos y vinos. Pero, si hay que citar a alguien, recordemos al más clá-

sico entre los clásicos, Brillat-Savarin, quien, en su Aforismo XII, sentenció que “el orden de las bebidas debe ir de las más suaves y ligeras a las más espirituosas y aromáticas”. Hay que considerar a los vinos como seres vivos, personajes sobre los que trazar una biografía, que resulta ser, muchas veces, la de una familia, de un pueblo y de una comarca, puesto que detrás de la etiqueta de muchas botellas, hay una saga familiar.

A través de la historia de sus vinos se puede conocer la historia de España, y también la de su Cultura, con mayúscula; pero con independencia de ello y de todas las historias relacionadas con los vinos españoles, mirando al trasluz sus blancos, rosados o tintos se conoce mejor la idiosincrasia de quienes los hacen y los beben.

Al lado de los extraordinarios platos que integran nuestra tradición gastronómica, debe haber siempre un compañero inseparable que intenta elevarlos a la categoría de exquisitos y que, bien utilizado, completa y refuerza su sabor. Este complemento puede ser cualquiera de los buenos vinos que se reparten por nuestra geografía, siempre que dispongamos de unos cuantos datos para saber seleccionarlos. Hace muchísimos siglos un sabio español como Séneca nos dejó la definición perfecta del vino, como una sustancia que “lava nuestras inquietudes, enjuga el alma hasta el fondo y asegura la curación de la tristeza”.

Los ejemplos más simples

Recordando lo más básico de este mundo tan versátil de la armonía entre vinos y alimentos, nos vendrán a la memoria los ejemplos más simples. Así, todos sabemos complementar una chuleta de ternera o buey con un extraordinario tinto de Reserva de Tempranillo, una merluza de pincho que nos traslada al fondo del mar con un blanco Verdejo, Albariño o Godello, un plato de paella con un blanco a base de la uva levantina Merseguera, un marisco cualquiera del Cantábrico o Atlántico con un espumoso del Penedés, un blanco Macabeo o un chacolí Hondarribi Zuri; unas codornices escabechadas o unos pimientos del piquillo asados con un generoso seco de Xerez, y así sucesivamente hasta combinar de una forma tradicional y hasta hace poco la única posible, la inmensidad de la cocina española con la diversidad de los caldos del país. Con la salvedad de que hay recetas que no se avienen con ningún vino, sobre todo aquellos que tienen al vinagre como ingrediente, es decir, escabeches,

vinagretas y marinados. Lo mismo les ocurre a los espárragos y a las alcachofas, así como a los huevos en algunas preparaciones. Eso no significa que no se deba beber vino con ellos, pero sí que se pierden muchos de sus matices.

Las recomendaciones pueden ser todavía mucho más extensas, prácticamente infinitas. Así, podemos recordar que los tintos nunca deben servirse fríos, sino a la temperatura ambiente (nunca a más de 18 grados) y siempre varios grados por encima de los blancos. La misma regla apunta hacia que los espumosos han de ofrecerse más fríos y los *brandies*, a la temperatura del comedor (22 grados).

Todos estos supuestos tienen razones que los justifican: el aroma de los tintos se exalta con la temperatura pero, si el vino resulta tibio al paladar, esta sensación desagradable neutraliza el descubrimiento por parte de quien lo toma de las buenas cualidades de aroma y sabor.

Por el contrario, los vinos blancos de mesa con poco tanino y, generalmente, de poco cuerpo, ganan cuando se sirven frescos, pero no fríos, pues la baja temperatura también dificulta que lengua y paladar tengan toda su sensibilidad para apreciar las cualidades del vino.

La memoria del vino

Todos estos son ejemplos de la lógica que emplean la gran mayoría de los españoles de buen paladar a la hora de armonizar un vino con un plato, resultado del apasionante "oficio" de probar. Es una parte que todos tenemos en nuestra memoria y de la que hacemos uso sin temor a equivocarnos. Tenemos a nuestro alcance toda la información sobre las bodegas, las variedades de uva que utilizan y hasta la forma de vinificar o la copa más adecuada. Con esta base, el buen aficionado puede avanzar en este complejo mundo de las armonías, del que también forma parte, como corresponde a una bebida tan sensible, hasta el estado anímico del bebedor.

Decía Hugh Johnson que "la historia del vino se remonta más allá de nuestros conocimientos; el hombre, tal como lo conocemos, el hombre que trabaja y lucha, aparece en la escena con una jarra de vino en la mano". Es decir, muchos asentamientos humanos, culturas y civilizaciones han tenido contacto con la vid y el vino que han sido, son y serán universales e intemporales. Por eso resulta tan apasionante recopilar unas vinculaciones tan evidentes que

nos conducen a una idea a la vez elemental: la historia de la enología y la viticultura es la del hombre en sí.

El vino es alimento, cultivo y cultura, fuente de salud y de placer y, además, nos desvela los secretos del terreno en que se dio y del sol y las lluvias recibidas, y termina por convertirse en nuestro cómplice en el mejor entendimiento de las causas del mundo que nos rodea y hasta de nosotros mismos, por lo que nunca resulta exagerado calificarlo como bebida "filosófica".

Al lado de los extraordinarios platos que integran nuestra tradición gastronómica, debe haber siempre un compañero inseparable que intenta elevarlos a la categoría de exquisitos

Pero también cuenta todo lo que le ha sucedido, que ha sido mucho, y que se refleja en su aroma, en su transparencia y en su cuerpo. Y es el resultado de un clima, de un paisaje y de unas costumbres. Desde sus orígenes entre nosotros, el vino queda definitivamente conformado como un alimento cálido, enjundioso y meridional, además de inspirador de salud y alegría, todo lo cual coincide con la definición de nuestra tierra, a la que la comunión con el vino no ha hecho sino otorgar ventajas.

La incorporación del vino a la cultura

El vino es no solo un alimento (uno de los ejes en cualquier planteamiento nutricionalmente saludable y respetuoso con la forma tradicional de alimentarnos en el sur de Europa) sino un producto cultural en un doble sentido: nace de la cultura de un pueblo y, a su vez, conforma poderosamente esa misma cultura.

Los vinos de la Rioja o de Jerez presentan una imagen tan clara de nuestro país como el Monasterio de San Millán de la Cogolla o la Mezquita de Córdoba. Son amigos cálidos y entrañables que nos han alimentado y que razonablemente consumidos, han contribuido a mejorar nuestra salud, han acompañado los buenos y malos momentos de nuestra historia y sus vides son inseparables de nuestros paisajes.

Como decía Ernst Hemingway, el vino es "una de las cosas más civilizadas del mundo". ■

Cuenta y Razón

Fundada por Julián Marías en 1981

Información y suscripciones
Príncipe de Vergara 33 - 1º Izda.
28001 MADRID
cuentayrazon@fundes.es