vinetur

El alma del vermut: historia, mitología y ciencia detrás del ajenjo

De la medicina antigua al vermut, una historia marcada por ciencia y gastronomía

miércoles 26 de agosto de 2026

ESCRITO POR ANA GÓMEZ



El vermut es la combinación equilibrada de vino, cítricos y botánicos. Pero entre todos sus ingredientes existe uno fundamental: el ajenjo (Artemisia absinthium), una planta tan ligada a esta bebida que el término alemán wermut terminó dando nombre a toda la categoría. Durante siglos, el ajenjo ha oscilado entre la veneración y el miedo: fue considerado una planta sagrada y un remedio medicinal, pero también se le culpó de la

supuesta locura asociada a la absenta y a la bohemia de la Belle Époque. Su historia revela una fascinante mezcla de botánica, medicina, mitología y cultura gastronómica.

La planta de las hojas de plata

El ajenjo es una planta perenne de la familia de las Asteráceas, emparentada con margaritas y girasoles. Originario de Europa, Asia Central y el norte de África, hoy crece en numerosas regiones del mundo, especialmente en terrenos secos y pedregosos.

Su aspecto es inconfundible. Sus tallos ramificados sostienen unas hojas cubiertas de diminutos pelos blanquecinos, los tricomas, que ayudan a protegerlas de la pérdida de agua y les proporcionan su característico tono plateado. Al frotarlas desprenden un aroma intenso, herbáceo y balsámico, acompañado de un sabor extraordinariamente amargo.

Precisamente ese amargor es una de las grandes claves de su importancia. En numerosas culturas, el ajenjo se convirtió incluso en una metáfora de la amargura, el sufrimiento o la hiel.

La química del amargor

El carácter del ajenjo procede de una compleja combinación de sustancias. Entre sus principales compuestos amargos destacan las lactonas sesquiterpénicas, especialmente la absintina y la anabsintina. Para la planta, estas moléculas funcionan como una defensa natural frente a insectos y herbívoros.

También contiene un aceite esencial con diversos compuestos volátiles, entre ellos pineno, felandreno y tuyona. Esta última ha protagonizado durante décadas una intensa controversia.

En el pasado se atribuyeron a la tuyona efectos responsables de las alucinaciones y alteraciones mentales asociadas a la absenta. La investigación toxicológica posterior mostró que aquella imagen estaba muy exagerada y que la peligrosidad histórica de determinadas bebidas se relacionaba también con su elevada graduación alcohólica y, en algunos casos, con productos adulterados. Además, el contenido de tuyona de los

vermuts comerciales está sometido a límites regulatorios, por lo que no debe confundirse el ajenjo utilizado en un vermut con los preparados concentrados de la planta.

El ajenjo y el aparato digestivo

El uso tradicional del ajenjo está estrechamente relacionado con la digestión. Sus compuestos amargos estimulan los receptores del sabor amargo y desencadenan respuestas fisiológicas que preparan el organismo para la ingesta. Esta es una de las razones por las que las bebidas amargas han ocupado históricamente un lugar privilegiado como aperitivos.

El ajenjo se ha empleado tradicionalmente para combatir la inapetencia y las digestiones difíciles. Los principios amargos pueden favorecer las secreciones digestivas y contribuir a despertar el apetito antes de una comida. De ahí procede, en buena medida, la lógica gastronómica del vermut como bebida de aperitivo.

La planta también posee una larga tradición como recurso contra los parásitos intestinales, origen del nombre inglés wormwood. Sin embargo, conviene distinguir entre los usos tradicionales y la evidencia clínica moderna: que una planta haya formado parte de la medicina popular durante siglos no significa que todas las propiedades que se le atribuyeron estén demostradas en humanos ni que su consumo concentrado sea inocuo.

Mitología y culturas antiguas

La relación del ajenjo con la humanidad es mucho más antigua que el vermut. En la tradición grecolatina, el género Artemisia se vinculó con Artemisa, diosa asociada a la naturaleza y la caza. De esta conexión procede precisamente el nombre botánico del género.

También existen relatos y tradiciones posteriores que relacionan el ajenjo con acontecimientos bíblicos y con la idea de amargura. Más allá de su veracidad histórica, estas narraciones muestran cómo una planta de sabor tan intenso terminó adquiriendo una poderosa dimensión simbólica.

En el antiguo Egipto, el ajenjo aparece relacionado con prácticas medicinales recogidas en textos como el Papiro Ebers. Durante siglos, diferentes culturas mediterráneas y europeas lo utilizaron en preparados destinados a aliviar molestias digestivas y otros problemas de salud.

Del vino medicinal al nacimiento del vermut

La asociación entre vino y ajenjo se mantuvo durante siglos. Tras la Antigüedad, los monasterios europeos conservaron buena parte de los conocimientos sobre plantas medicinales. En sus huertos crecían ajenjo, menta, salvia y otras especies utilizadas para preparar remedios y vinos aromatizados.

Con el tiempo, estas elaboraciones incorporaron especias como canela, clavo o jengibre, tanto para modificar su sabor como para hacer más agradable su consumo. En las regiones germánicas se popularizaron los llamados Wermutwein, vinos aromatizados con ajenjo cuyo nombre acabaría influyendo en la denominación moderna del vermut.

El gran salto se produjo en Turín durante el siglo XVIII. Allí, Antonio Benedetto Carpano desarrolló una versión más refinada y comercial de estos vinos aromatizados. Utilizó vino como base, ajenjo y una combinación de hierbas, especias y otros botánicos, además de azúcar para equilibrar el amargor. El resultado fue un producto más complejo, accesible y atractivo para el público.

El vermut conquistó rápidamente los cafés y círculos aristocráticos de Turín, convirtiéndose en una bebida asociada al aperitivo. Paralelamente, en Francia se desarrollaron estilos más secos que terminarían teniendo una enorme influencia en la coctelería internacional.

El ajenjo como alma del vermut

En una copa de vermut, el ajenjo rara vez debe dominar de forma agresiva. Su función es más sutil: actuar como una estructura amarga que organiza el resto de los aromas.

En nariz puede aportar matices herbáceos, balsámicos y frescos. En boca, el vino, el azúcar y los botánicos ofrecen inicialmente una sensación redonda y aromática. Después aparece el amargor del ajenjo, que equilibra la dulzura y prolonga el final. Esa sensación amarga ayuda a limpiar el paladar y prepara la boca para el siguiente bocado.

Por eso el ajenjo no es simplemente otro ingrediente. Es uno de los elementos que define la personalidad del vermut y explica su condición de aperitivo.

Una planta entre la leyenda y la ciencia

El ajenjo ha recorrido un extraordinario camino: de los preparados medicinales de la Antigüedad a los boticarios medievales, de los vinos aromatizados centroeuropeos a los cafés de Turín y, finalmente, a las barras contemporáneas.

Su historia también demuestra cómo la percepción de una planta puede cambiar con el tiempo. Fue medicina, símbolo, ingrediente y objeto de temor. Hoy sabemos mucho más sobre su composición y sus riesgos, aunque eso no significa que todas las antiguas afirmaciones medicinales estén científicamente confirmadas.

En el vermut, su papel permanece intacto. El ajenjo aporta el amargor que equilibra el vino, conecta la bebida con una tradición milenaria y convierte cada sorbo en una pequeña lección de historia. Su legado demuestra que, a veces, el ingrediente más importante de una bebida no es el más dulce ni el más aromático, sino aquel que proporciona el equilibrio necesario para que todos los demás puedan expresarse.