



DE ITALIA AL MUNDO

# La pasta, más allá de los mitos

Han pasado unos 4 mil años desde que se creó su creación y sin embargo la pasta sigue en la cresta de la ola. El 25 de octubre se celebró su día mundial, en medio de indicadores que apuntan al alza: según la Unione Italiana Food, el consumo a nivel internacional de los célebres spaghetti trepó hasta los 17 millones de toneladas. La pasta está más viva que nunca, lista pa-



ANNA LANZANI\*

ra despegar y acompañar la salida de la pandemia, más allá de varios sucesos, mitos y fake news que acompañan a su larga vida y que aquí contamos.

**A disfrutar.** "¡Carpe diem!" recitaba el latino Quinto Horacio Flaco en sus 'Odas': en palabras más simples, "vive el presente y disfruta de la vida momento a momento". Una invitación que nos hace amar al poeta epicúreo, cuya faceta que podríamos definir gourmet, es mucho menos conocida. El mismo Quinto Horacio nos brinda en otra de sus obras ("Sáti-

ras") más detalles de lo que para él sería el disfrute: "y entonces me voy a casa, a mi plato de puerros, garbanzos y laganas" (Sátira, 1, 6, 114).

**El consumo global de espaguetis es de 17 millones de toneladas**

Si no lo hubiese escrito hace más de dos mil años esta frase podría ser un excelente mensaje publicitario moderno de alguna marca de fideos. Queda por aclarar qué

origen de los fideos es sin embargo mucho más antiguo y para conocerlo hay que remontarse nada menos que al nacimiento de la civilización agrícola.

**Tallarines, de Babilonia a las redes sociales.** Los que asociaban el nombre de Hammurabi, sexto rey de Babilonia, al famoso código de leyes conservado en el Louvre de París se sorprenderán al descubrir que aquella maravillosa y organizada civilización agrícola nos dejó en herencia otro tesoro, de la misma época, las llamadas Tablillas de Mari. Poco co-

es "lagana e ceci", como él llama a su manjar. Muy simple: es el plato que aún hoy se sigue consumiendo, con idéntico nombre, en varias regiones del sur de Italia: o sea, cintas anchas acompañadas por garbanzos y puerros aromatizados.

Este tipo de pasta, que hoy llamamos laminada, era conocida en la antigua Grecia desde el primer milenio antes de Cristo y fue muy amada por los etruscos, los antiguos habitantes de Italia central, que inclusive la reprodujeron en un bajo relieve hallado en una de sus célebres necrópolis. El



GRAN BONSAI

PANELES SHOJIS DIVISORIOS  
Y CAMILLAS PARA TUS ESPACIOS

11 4420-8870

@granbonsai

www.gran-bonsai.com.ar

info@gran-bonsai.com.ar



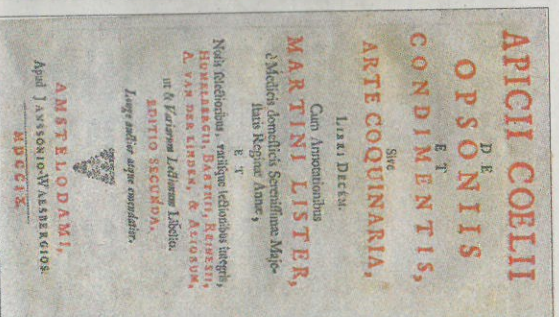


FOTOS: AP

**VARIEDAD.** La pasta está más viva que nunca y su consumo aumenta en todo el mundo. Está preparada para acompañar la salida de la pandemia, más allá de varios sucesos, mitos y fake news que acompañan su larga vida.

nocidas por el público, las Tablillas están custodiadas bajo cuatro llaves en la universidad de Yale y representan el "objeto del deseo" de todos los estudiosos de historia de la cocina. Se trata de un auténtico libro de recetas grabado en piedra, no más grande de un moderno iPad, que se remonta a poco menos de cuatro mil años atrás. Entre tartas, sopas y guisos, lo que más llama la atención es un plato llamado risinatu, considerado por los estudiosos modernos como el antepasado directo de nuestra amada pasta. Cereales y agua son amasados, secados, rallados (hoy diríamos "extruidos") y finalmente hervidos en caldo. El nombre babilónico risinatu fue evolucionando a lo largo de los siglos hasta convertirse en el moderno reshteh, los tradicionales tallarines ira-

Un manjar popular y para las elites, un business con muchos ceros, el símbolo de un país, Italia, y de una dieta, la Mediterránea, una moda que no deja de renovarse, un plato que está en la mesa, y en el subconsciente de millones de personas: todo esto, y mucho más, es la pasta.



**ANTIGUO.** Los bajorrelieves etruscos con imágenes de "laganas", cintas anchas que adoraban. Y "De Re Coquinaria", el libro de recetas de un cocinero de la Roma Imperial que describe las lasañas tal como las comemos hoy.

nies muy populares en las redes sociales: una rápida búsqueda en Google arroja nada menos que 325.000 recetas de reshteh en 0,54 segundos. Sin duda alguna Hammurabi estaría muy orgulloso de este resultado.

Ni los bárbaros pudieron con la lasaña. Hoy en día las populares lasañas son sinónimo del ragù boloñés y de la salsa bechamel, ingredientes que fueron ganando espacio en una época relativamente cercana. Pero no es un azar afirmar que las

Sigue en pág. 64 ▶



## BE CRAFT, LA HISTORIA DE HACERLO

[www.becraft.com.ar](http://www.becraft.com.ar)  
BeCraft.Arg

+54 9 11 5629-6070





► viene de pág. 63

lasañas (laganum en latín) tienen una historia increíblemente más antigua. La primera receta escrita de este manjar figura con lujo de detalles en el "De Re Coquinaria", un libro redactado hace dos mil años por un prestigioso cocinero de la Roma imperial. Allí se habla de "pequeños trozos de cerdo, carne de pescado, carne de pollo, pechugas de toros", la base de un primitivo ragú reservado a los ricos y los poderosos, sin tomate, pero condimentado con abundantes aromas. Tras una primera cocción, las carnes se pican, se hierven nuevamente y se sazonan. La receta añade: "después de cada capa de pasta, cubrir con cucharadas de relleno de carne". Y finalmente el chef, sin duda un detallista, recomienda "extender la pasta en

## ¿CUÁL ES EL FUTURO DE LA PASTA?

A.L.

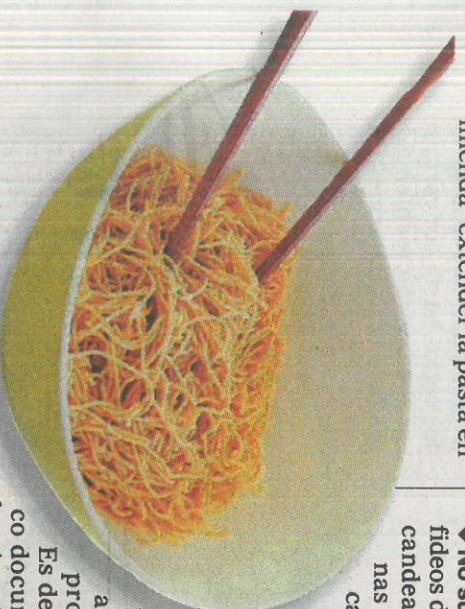
Cada día hay más consumidores que eligen este alimento por su versatilidad, accesibilidad y sustentabilidad. La industria lanza cientos de productos nuevos cada año, pero ¿cuáles son entonces las tendencias de fondo emergentes?

◆ **Fibras:** los consumidores prefieren fideos con mayor contenido en fibra y reconocen sus múltiples beneficios.

◆ **Proteínas alternativas:** un grupo cada vez mayor de consumidores busca productos con gluten reducido o proteínas alternativas, como por ejemplo arvejas, lentejas y garbanzos.

## ¿CÓMO ELEGIR FIDEOS DE CALIDAD?

◆ **No subestimar los ingredientes.** Los fideos de calidad se elaboran con trigo candeal y agua: cuantas más proteínas contenga el trigo, mayor es la calidad de la pasta. Respecto del agua, el proceso de producción prevé que sea filtrada antes de ser añadida a la masa.



láminas muy finas antes de colocarlas".

En los siglos siguientes, el Imperio Romano se desmoronó. Los conquistadores bárbaros arrasaron con la cultura y el orden anterior, destruyendo campos, calles y construcciones. La pasta resistió a este formidable choque de civilizaciones y logró así hacer su ingreso triunfal en la Edad Media.

**De Palermo a Génova, un negocio medieval.** Frente a una góndola de supermercado, cuando titubeamos entre las cautivantes publicidades de fideos, jamás se nos ocurriría que este producto en el fondo tan sencillo tiene a sus espaldas la solidez de un millenario negocio internacional. Si en la época antigua gran parte de las pastas eran elaboradas en casa para el consumo doméstico, a partir de la Edad Media la producción fideera se convirtió en un verdadero

business gracias a la irrupción del proceso de secado.

Es de 1154 el inequívoco documento escrito por el geógrafo árabe al-Idrisi, quien así describe al poblado de Trabia, a dos pasos de Palermo, capital de Sicilia: "... hay aguas perennes y varios molinos; una llanura y vastas granjas, donde se producen tantos fideos (itriyah) como para abastecer, además de las ciudades de Calabria, los te-

rritorios musulmanes y cristianos, donde son enviados numerosos cargamentos".

Tras el éxito de la industria de Palermo, Génova asumió el rol de hub pastero del norte de Italia, asegurando de esta manera la distribución en toda la península.

Vale la pena detenerse un momento en la palabra itriyah, aún hoy muy utilizada en algunas regiones de Italia en su forma moderna (tria) para indicar a los fideos: el

**NUEVO. Los consumidores piden ahora más fibras, gluten reducido o proteínas alternativas.**



◆ **El formato como aliado del sabor.** Cada formato tiene propiedades organolépticas distintas. Por ejemplo, las formas de "penne" o de "fusilli"

término, además de en al-Idrisi, se encuentra también en el Talmud de Jerusalén y en los prestigiosos tratados médicos de Avicena.

**El viaje de los macarrones.** Cuando Marco Polo nació, en 1254, en Italia la pasta se consumía, producía y exportaba desde hacía cientos de años, dato que nunca fue un secreto. ¿Cuál es entonces el origen del mito según el cual los fideos fueron descubier-

(espiral) son ideales para maridarse con salsas que contengan trocitos de carne o verduras, mientras que tallarines, cintas, espaguetis, se combinan bien con salsas más untuosas, como pesto o crema.

◆ **Los detalles son clave.** De los fideos se suelen considerar peso y tamaño, pero hay una tercera medida poco conocida. Técnicamente se le dice "cartella": es el grosor. Dos formas idénticas pueden tener un grosor diferente. Cuanto mayor sea, mejor será el efecto al paladar del fideo.

◆ **Ojo al agua de cocción.** En un fideo de buen nivel, el gluten retiene el almidón durante la cocción. En otras palabras, si el agua hirviendo se enturbia, significa que los fideos pierden almidón y que el producto carece de calidad.

◆ **Cocinar "al dente",** consumir cuanto antes. La pasta cocida correctamente, respetando las indicaciones, es más digerible. Además, más masticamos, más aumenta la sensación de saciedad.

tos en China por el intrépido mercader veneciano? Estamos lisa y llanamente frente a un malentendido gastronómico. Dilucidar esta maraña de engaños nos lleva hasta la ciudad de Minneapolis y al año 1929. Es allí que, en la página 34 del número de octubre de la revista "The Macaroni Journal", un periodista anónimo y sin escrúpulos publicó una nota cuyo título

► Sigue en pág. 66

## HAMURABI.

La civilización que legó a la humanidad el primer código también dejó las primeras recetas de pasta, como los risnatu, de las que derivan los resheth, los tallarines tirantes



FOTOS: GEDOC/PERFIL



*Unías Glam*

**UÑAS GLAM, DEMOSTRANDO QUE SE PUEDE VIVIR DE HACER UÑAS**

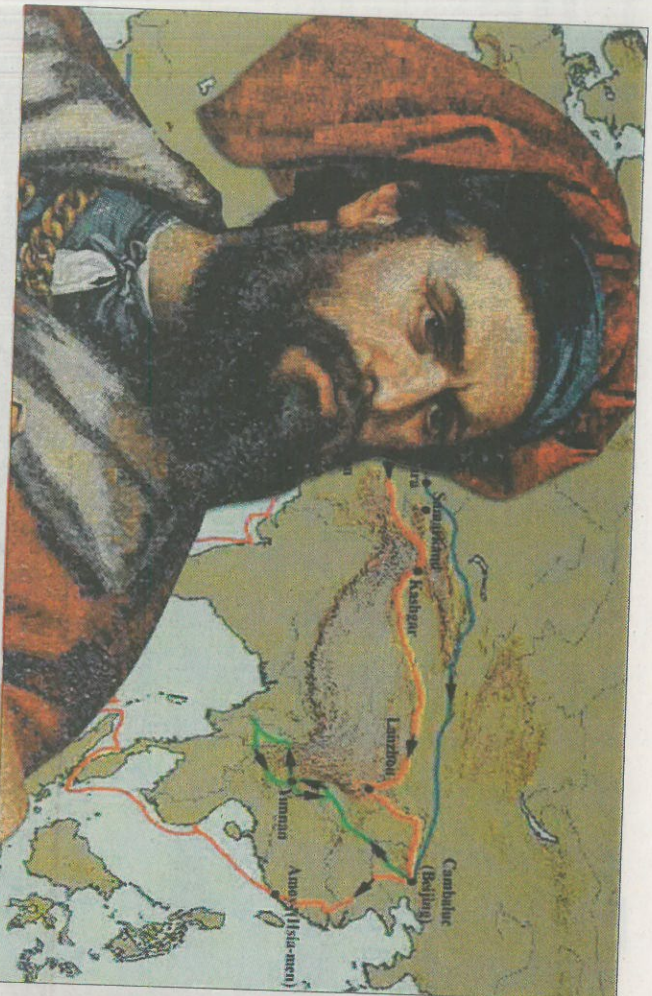
1131334271

uniasglam

unías glam

*Unías Glam*





FOTOS: GREGO PERIL

► viene de pág. 64

“Una saga de Cathay”) de entrada huele a historieta. Cuenta de un presunto Sr. Spaghetti, compañero de viaje de Marco Polo, quien apenas pisó tierra en las costas de Cathay, China, conoció por azar a una pareja que amasaba pasta y tuvo la brillante intuición de comenzar su descubrimiento con toda la tripulación. El relato sigue con diferentes experimentaciones de cocción a base de aguas marinas, además de una muy improbable presentación del producto llevada a cabo en Nápoles. El hecho de que en

## A Saga of Cathay

Many, many years ago, when the people of the old world were recovering from the staggering economic losses occasioned by the Crusades, a great interest in exploration demanded the attention of everyone.

That was natural, for the knights and nobles who had traveled far afield to wrest the holy land from the unbelievers were an adventurous lot, and peacetime

pursuits no longer satisfied their craving for danger, new hazards and fame. The 7th and last crusade terminated in 1270 A. D., and it was just about this time that the Venetian, Marco Polo, the greatest of medieval travelers, was carrying on his explorations in far distant lands. For 17 years he visited and studied the kingdoms of Asia and opened up to accurate knowledge not only the vast

**MOMENTOS.** Marco Polo no “descubrió” los fideos en China, como sostuvo en un fake news en un diario de Estados Unidos. El geógrafo árabe al-Idrisi ya registró en el siglo XII el proceso de secado. Y los “macaronari”, que vendían los fideos por las calles de Nápoles.

**Sottling Co., Inc.**  
New York, N. Y.

**THE STAR**

## El origen de los fideos se remonta al nacimiento de la civilización agrícola

los manuscritos de Marco Polo no haya rastro de este cuento no impidió que los lectores se enamoraran de la historia, desencadenando la que hoy en día llamamos una viralización de fake news.

¿Qué decir entonces de los noodles chinos? Lejos de afirmar que no existían, o que no tengan una respetabilísima historia milenaria, diferentes investigaciones modernas apuntan a un desarrollo paralelo al de los fideos italianos. Se trata de dos recorridos distintos con una diferencia clave: los noodles asiáticos no se ha-



Según la región que se considere, en Italia siguen sobreviviendo cientos de nombres o modos de llamarla, -algunos, ya vimos, antiquísimos, como lagana (del griego laganon) y tria (del árabe itriyah). Sin em-

Una “fake news” en Estados Unidos creó el mito de la pasta como un invento chino

bargo, el nombre de la pasta es...pasta, siempre rigurosamente en singular. El término figura por primera vez en un documento de 1244: un médico, que hoy definiríamos “no carb”, como los que hoy recomiendan evitar los hidratos de carbono, recomendaba a su paciente evitar el consumo de pasta lissa, regalándonos de esta manera una histórica primicia lingüística.

Los genoveses son los creadores de la palabra fideos. Hacia finales del siglo XVI fundaron la Corpora-

► Sigue en pág. 68



## LA BAULERA GALPON DE DISEÑO MUEBLES Y SOLUCIONES A MEDIDA

Calle 29 número 980 - 25 de Mayo

Libertad 1067 - 9 de Julio

La Baulera galpón

2345-445485

Tienda online: [www.laauleragalpondediseño.com.ar](http://www.laauleragalpondediseño.com.ar)

**La Baulera**  
GALPÓN DE DISEÑO

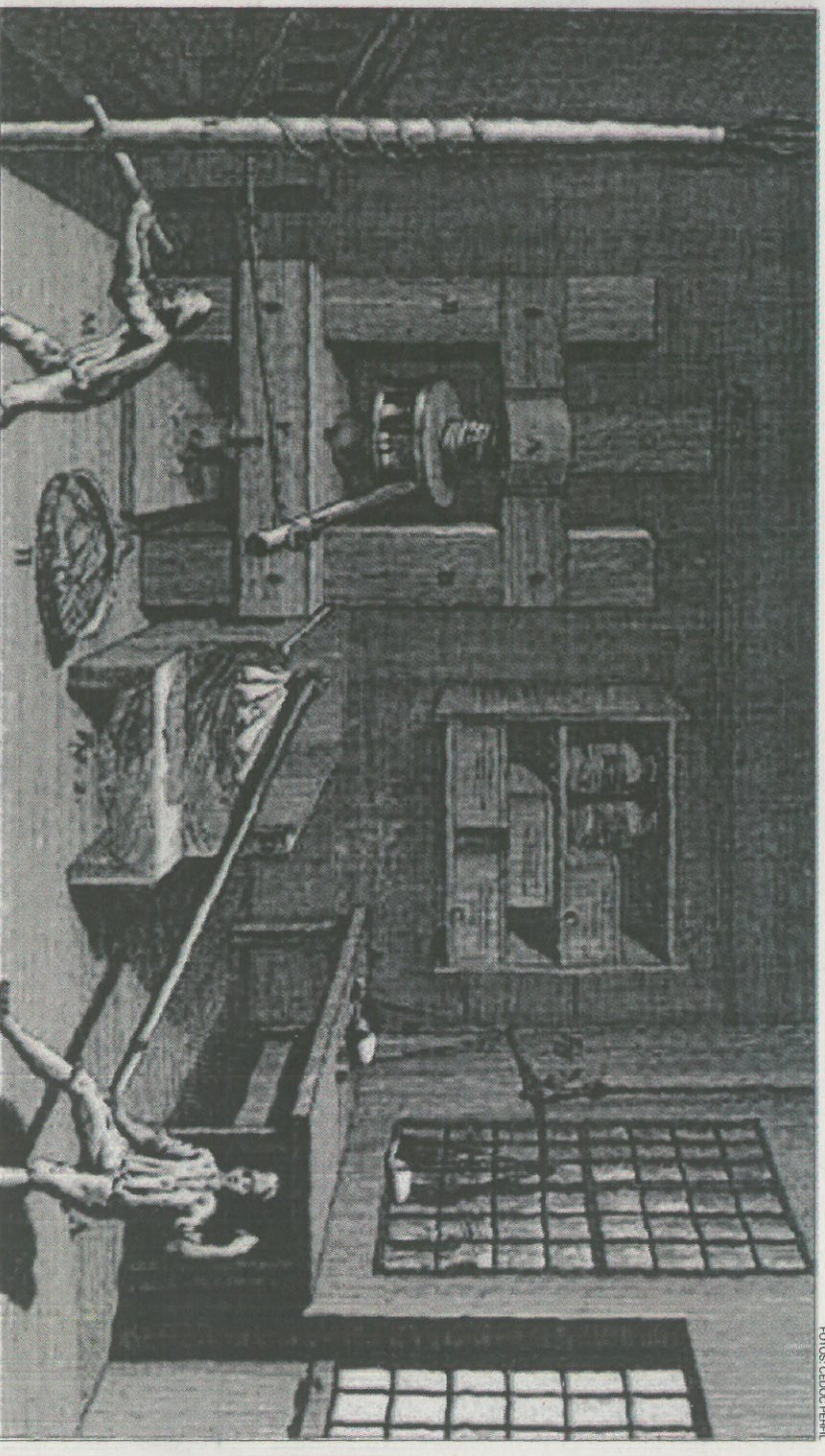


viene de pág. 66

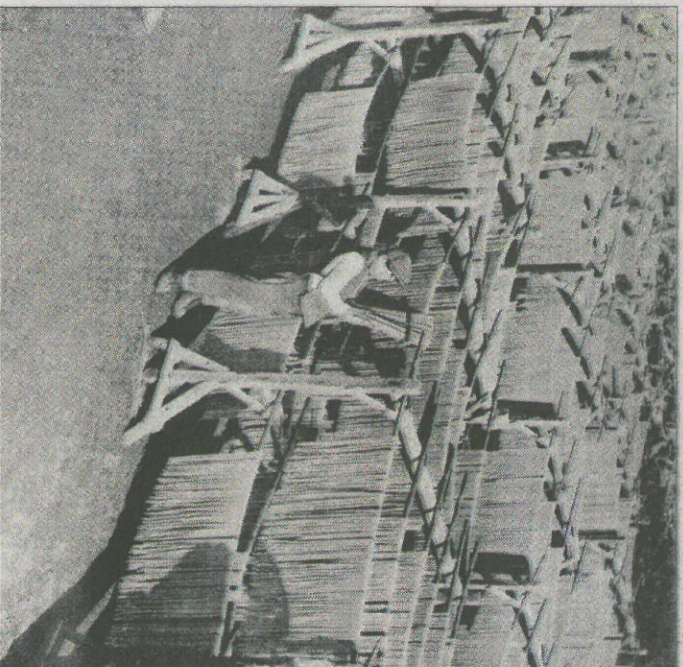
ción de Fidelasi, sentando de esta manera las bases de los modernos sindicatos del sector. Mucho éxito tuvo también la palabra vermicelli, presente durante siglos a lo largo y lo ancho de la Península: en 1284 la encontramos en un documento de Pisa, en 1571 se funda la Corporazione delli vermicellari en Nápoles, seguida poco tiempo después por la Maestranza dei vermicellari en Palermo y Roma. Y mientras en el norte se instauran los “mastri lasagnari” (maestros lasaños), es desde la sureña zona de Gragnano que los “macaronari” (macarreros) comienzan a expandirse.

Aunque Nápoles se haya convertido relativamente más tarde en el centro de mayor producción de pasta del país, hacia finales del siglo XVII la gran ciudad del sur logra consolidar su supremacía en el comercio fideero hasta convertirse en el símbolo del delicioso alimento. La Nápoles de mediados del Seiscientos era una ciudad superpoblada, la segunda del Mediterráneo sólo superada por Estambul, y los fideos se van afirmando como alimento ideal para cubrir las necesidades de grandes masas urbanas. Rigurosamente “al dente”, tal cual ocurre ahora, aunque en esos tiempos se comía en la calle y con las manos.

**Tomate (y vivieron felices para siempre).** El xitomati, ahora conocido como tomate, solo llegó a Europa hace unos quinientos años y tardó otros trescientos para ser admitido en las mesas de los italianos. ¿Con qué se comían, entonces, los fideos? La respuesta que se encuentra en los libros de recetas medievales y renacentistas es contundente: fiel compañero de los fideos de todas formas ha sido, durante siglos, el queso curado, cuyo carácter “seco”, además de agregar sabor, era ideal según la dietética de la época para balancear el carácter “húmedo” de los macarones. Este largo matrimonio gastronómico selló su vez para siempre la brillante fortuna de los quesos duros italianos, como el parmesano, el pecorino, la ricotta salada sazónada y el caciocavallo. Durante su viaje a Nápoles



FOTOS: GEROO PERILLI



**SECADO.** En tiempos antiguos y a finales del siglo XIX, es un proceso clave que abrió paso a la producción masiva.

en 1787 Goethe observó lo siguiente: «Los macaroni se se pueden encontrar en todas partes y por muy poco dinero. Se cocinan sobre todo en agua pura, y se les ralla queso, que sirve tanto para untar como para condimentar».

Para que pasta y tomates se encuentren por primera vez hay que esperar el principio del siglo XIX: sopa con tomate y pasta, carne con tomate y pasta,

hasta que en 1837 el noble napolitano Ippolito Cavalcanti publica en su obra “Cucina teorica-pratica”, considerada como la primera verdadera receta contemporánea de “pasta all’italiana”: los “Vermicelli co le pommadore”. El maridaje, para la época toda una novedad, fue un éxito rotundo y muy rápidamente pasó a ser el símbolo de la industria y de la gastronomía italiana. ■

## Una receta original del siglo XIX

A.L.  
A continuación, una receta original del noble Ippolito Cavalcanti, de 1837, la primera de la que se tenga registro que une la pasta al tomate, un vínculo que hoy es indestructible. Primero, en napolitano y después en castellano.

### VERMICELLI CO LE POMMADORE

“Piglia quattro rotola de pommadore le taglie ncroce, ne lieve la semmenta, e chella acquicia, e le fai vollere, quanno se sonco squagliate le passarraje pe lo setaccio, e chillo zuco lo farraje streggnere ncoppa a lo fuoco mettennoce no terzo denzogna quanno la sauzza s’e stregnuta justa, scaudarraje doje rotola de vermicelli viendi vierdi, ef scolati bnoni li mbruogliarraje dint’ a chella sauzza, nee miette lo

sale, e lo pepe e a calore de fuoco li farraje sta peche accossi s’asciuttano e ogne ntanto nee farraje na votata quanno se so tutti sciuvetti li servarraje”.

### VERMICELLI CON TOMATES

Tome 700 gr. de tomates, córtelos en cuatro partes, límpielos, quíteles las semillas y séquelos, hiérvalos, y cuando estén cocidos, támelos, reduce la salsa añadiendo grasa de cerdo. Cuando la salsa esté lista, se hierven 350 gramos de fideos, se los escurre cuando estén muy al dente y se terminan de cocinar en la salsa, sazonados con sal y pimienta, revolviéndolos sobre el fuego. Cuando estén bien sazonados, servirlos. ■



**UNIÓN.** Recién en 1837 aparece la primera receta de pasta con tomate, una pareja inseparable desde ese momento.

Contáctenos



11-2737-6040

**Konkolyyi**

PROPIEDADES

11-5869-9624

konkolyyi.com.ar