

**PROSAPIA.**  
Según los arqueólogos, ya en tiempos prehistóricos, hace 14 mil años, en lo que hoy es Grecia existían precursores de los helados actuales.



DELICIA MILENARIA



ANNA LANZANI\*

Los ancestros de este popularísimo dessert se remontan al menos a catorce mil años atrás: los habitantes de la prehistórica cueva de Franchthi, en la actual Grecia, ya sabían cómo enfriar sus bebidas. Pero esta es una historia larga y la única manera de descubrirla es sumergirse en ella, en una especie de viaje en el tiempo a lo largo de diez etapas.

**Nieve dulce en Babilonia.** Es el año 870 a.C. y estamos en lo que hoy día sería Irak. El despiadado soberano Assurnasirpal II acaba de trasladar la capital desde la antiquísima Nínive a Calah. La inauguración del nuevo palacio se celebra con un banquete de diez días: no faltan los invitados, 29.574, y mucho menos los sirvientes, nada menos que 40.000.

En los suntuosos jardines y en las hermosas terrazas verdes refrescadas por fuen-

## El helado, obra de arte del Renacimiento italiano

Si la danza del hombre con el fuego y su capacidad para domesticarlo logran encender nuestra imaginación, poco se ha dicho del talento aún más asombroso de nuestros antepasados para producir hielo en medio del desierto. En otras palabras, para llegar a lo que hoy llamaríamos 'helados'.

tes esculpidas los invitados se desplazan de una sala a otra y comen de pie, sirviéndose de enormes bandejas, como era habitual en la época. Podríamos imaginar un cóctel moderno en un jardín, pero con una extraordinaria pompa. Según dicen las crónicas del periodo, se consumieron diez mil jarras de cerveza y de vino. Y, por último, para demostrar la opulencia del soberano, hizo su in-

greso triunfal el "helado". Aquí hay que hacer una aclaración fundamental: estamos hablando de lo que hoy llamariamos helado al agua o sorbete. El producto estrella de la velada se preparaba con nieve aromatizada junto a vino, dátiles o moras: sin duda alguna, una exquisitez para pocos, teniendo en cuenta las dificultades que existían para producir hielo en el medio del calor.

En la época del famoso festín de Calah las delicias del helado al agua no eran una novedad. Por el contrario, en los palacios del poder se servían jarabes y licores endulzados, mezclados con nieve y vino especiado, jugos de frutas o leche agria, desde hacía unos mil años.

La nieve se recogía en las montañas y era trasladada por una red de portadores dedicados especialmente a esa

tarea, luego se almacenaba en las «casas de hielo» o bit shuripim. Una deslumbrante colección de tablillas en lengua sumeria encontradas en Siria explica su funcionamiento con detalles dignos de la ingeniería moderna: aprovechaban al máximo las corrientes de aire y el drenaje del agua, una suerte de heladeras de hace casi 4 mil años. Las ruinas de algunas de estas construccio-

**CENTRO DE ESTÉTICA INTEGRAL.  
ESPECIALIZADOS EN ESTÉTICA  
DENTAL, ARMONIZACIÓN FACIAL Y  
TRATAMIENTOS CORPORALES**

**ismile**

@ismile.estetica

[www.ismile.com.ar](http://www.ismile.com.ar)

1124852020

info@ismile.com.ar

nes pueden todavía visitarse, por ejemplo en Hattusas, hoy Turquía, o en Qatara, en Irán.

**Privilegio del faraón.** Volvamos a viajar y hagamos un brusco salto en el tiempo. Nos encontramos ahora en 1939, en plena "Belle Epoque", cuando la pasión por el antiguo Egipto estaba en su apogeo. Imaginemos el asombro de los arqueólogos que, en una tumba de la II dinastía (2.700 a.C.) encuentran intacto un auténtico banquete funerario. El descubrimiento pasa a ser una fuente inestimable para la historia de la cocina: pichones guisados servidos en platos de barro, riñones, pan, un frasco de queso para untar, pasteles de miel y compota de higos; una sopa de cebada en un hermoso plato de alabastro y una gran jarra de vino. En un banquete de este nivel, incluso en el caso de estar destinado al "más allá", no podía faltar el símbolo del poder: el helado. Se servía en espectaculares copas de plata divididas en dos partes: una para los jugos de frutas endulzados con miel y la otra para el hielo y la nieve de acompañamiento. «Congelar» jarabes dulces con una temperatura exterior de hasta 40 grados es como un acto de magia, razón por la cual el del helado era un privilegio destinado únicamente al Faraón.

**Pozos refrigerados.** Hablemos ahora de un hombre que en tan sólo 32 años de vida cambió el mundo para siempre: Alejandro Magno. Su indomable espíritu de conquista no dejaba de lado grandes ideales filosóficos; emblema de la civilización, el líder que entró a la historia por haber unido Oriente y Occidente es recordado también por su pasión por las mujeres y el vino. Conocemos muchos detalles de sus desenfrenados festines, pero rara vez se menciona su debilidad por el helado. En los campamentos que montaba durante las campañas bélicas ordenaba cavar profundos pozos para conservar la nieve y el hielo necesarios para poder disfrutar de helados con sabor a vino, miel y fruta.

**Cleopatra, fría seducción.** Los griegos heredaron el arte del hielo. El poeta Simónides (siglo V a.C.) escribe por ejemplo



ASIRIOS. Disfrutaban de sorbetes o helados al agua. Algo difícilísimo de producir en medio del desierto del calor mesopotámico.



RENAICIMIENTO. Bernardo Buontalenti crea para los Médici una máquina que fabrica el helado cremoso. Hoy en Florencia se puede pedir "crema a la Buontalenti".



CUCURUCHOS. Ítalo Marchioni inventó la máquina para fabricarlos y convirtió al helado en un "postre de mano".



que "la nieve se entierra viva, para que se conserve viva y haga más refinado al verano". Al mismo tiempo, también los persas siguieron con esta deliciosa tradición fría, transmitiéndola a su vez a los árabes. La palabra sorbete esconde en efecto un misterio. Aunque a menudo se atribuye al árabe sh-r-b (bebida dulce, jarabe) no hay que olvidar que en latín el verbo «sorbeo» se utiliza

desde la época clásica (se encuentra en Cicerón, Virgilio, Plinio, Svetonio) y significa sorber, como en castellano. Por lo tanto, es probable que el origen de la palabra sorbete o helado al agua derive de la tradición árabe o latina.

En cuanto al uso de bebidas refrescantes sabemos con certeza que también floreció entre los romanos, conocedores de todas las delicias del mundo.

Ateneo de Naucratia narra que Cleopatra sedujo a Antonio agasajándolo con montañas de nieve para ser mezclada con vino. En otras palabras, lo conquistó con su belleza ... y con kilos de helado.

**Bagdad y los "nieveros" sicilianos.** Estamos ahora en plena Edad Media y nuestro viaje nos lleva nada menos que a la Bagdad de las Mil y Una Noches,

una ciudad cosmopolita y en su edad del oro. Es aquí donde el nutricionista Ibn Sina escribe un libro de recetas de incalculable valor. Y es precisamente gracias a una tradición de copias y adaptaciones de esta obra que el arte de la mesa europea vuelve a florecer después del impacto provocado por el período de las invasiones bárbaras. El recetario de Ibn Sina dedica varias páginas a los sorbetes, o mejor dicho a los Sharbat, jarabes que se pueden congelar y tomar fríos. La lista de ingredientes es deslumbrante: semillas de albahaca, agua de rosas, pétalos de rosa frescos, sándalo, hibisco, limón, naranja, mango, piña y semillas de chía. Ibn Sina describe también un sorbete cuyo nombre, Sekanjabin, significa vinagre a la miel. Saborizado con hojas de menta, sigue siendo una bebida helada muy popular en el Medio Oriente.

También el sorbete de almendras especiado con cardamomo y completado con leche, azafrán y semillas de melón, es de origen árabe. En Sicilia se transformó en un clásico. Para poderlo consumir en los

En Babilonia  
preparaban nieve  
aromatizada  
con vino, dátiles  
o moras.

meses veraniegos se usaba enviar a los llamados "nieveros" (nieveros) a las montañas para conseguir el hielo, que luego se rallaba: en efecto, en siciliano helado de agua se dice "rattata", es decir, rallado.

**Renacimiento italiano.** A pesar de su larga historia, el helado tal como lo conocemos hoy es sin duda alguna una de las obras maestras del Renacimiento italiano. Principios del siglo XVI: estamos en Florencia y la familia de los Médici, los refinados señores de la ciudad, han organizado un concurso de cocina abierto a todo el mundo, un auténtico "talent show" como los que están de moda hoy en día, habituales en aquella época. Los concursan-

Sigue en pág. 60 ▶

Haya paz

HAYA PAZ VESTIMOS MUJERES REALES.  
INDUMENTARIA FEMENINA PARA ACOMPAÑAR TUS DÍAS.  
HAYA PAZ

2281551798  
tienda@hayapaz.com.ar

Calle 1 N°418 - SIPA - Azul, Buenos Aires, Argentina  
www.hayapaz.com.ar

# Helado "a la Nerón"

► viene de pág. 59

tes tenían que presentar el plato más original. En términos modernos, podemos imaginar un ancestro directo del "reto creativo" de Master Chef.

El ganador aquella vez fue un tal señor Ruggieri, un amateur que criaba y vendía pollos. Poco se sabe de él, salvo que, según cuenta la tradición, inspirándose en las antiguas recetas árabes logró ofrecer a los incrédulos Médici una "delicia congelada: hielo con agua endulzada y perfumada".

**Dejar a los españoles "como bobos".** Sin sacar méritos a Ruggieri, que sacó el helado de la oscuridad medieval, el padre del helado en el sentido moderno es otro florentino, el ingeniero Bernardo Buontalenti (1531-1608). Quienes conocen Florencia saben que algunos de los sitios de arte y arquitectura más famosos y visitados de la ciudad llevan su impronta: los Uffizi, el Palacio Pitti y los Jardines de Boboli.

Otro salto en el tiempo nos lleva entonces a la corte de los Medici durante el gobierno de Cosme I. El siglo XVI está terminando y, con motivo de la llegada de una misión diplomática de España, el Gran Duque encarga a Buontalenti organizar un banquete que deje boquiabierto a sus invitados: literalmente le pide que los deje "come babbei" (como bobos).

Es el historiador del siglo XVIII Giuseppe Averani, en su libro "Del vitto e delle cene degli antichi" (Sobre la comida y las cenas de los antiguos), que nos informa de los acontecimientos: Buontalenti inventa una máquina en forma de caja cerrada, formada por dos cilindros superpuestos. En el más grande pone hielo y en el más chico, en el interior, los ingredientes: crema de leche, miel, yema de huevo batida y un toque de vino. Gracias a un sistema de espátulas mantenidas en movimiento manualmente con paciencia durante horas los cristales de hielo que se forman van paulatinamente quebrándose e incorporando aire. Así nace el helado moderno, con un sabor dulce, redondo y aterciopelado.

Esta mismísima receta de crema a la Buontalenti (o Crema Fiorentina) puede encontrarse hoy día en las 'gelaterie' históricas de toda Italia.

A.L. Laura Mussi es una arqueóloga italiana fundadora de una empresa llamada "Il Convivio" que se ocupa de arqueo-gastronomía: en pocas palabras, intenta hacer revivir los sabores de la antigüedad. Su trabajo lleva el sello del Exarc, la comunidad internacional de arqueología experimental. Todo se hace de manera muy rigurosa: desde la consulta de las fuentes hasta la producción de los alimentos, que se lleva a cabo con herramientas reconstruidas según la ingeniería de la época. "¿Cuál es mi objetivo?", comenta Laura, promover nuestros territorios, concientizar sobre una dieta natural, sencilla y saludable". PERFIL conversó con ella sobre el helado en la antigüedad.

—¿Ya se consumían helados en los tiempos de los griegos y los romanos?

—En un diálogo alegórico, el historiador y filósofo griego Jenofonte (431-354 a.C.) hace que la Virtud diga a la Felicidad lo siguiente: "para beber con placer te procuras vinos muy caros y en verano vas buscando la nieve" (Mirabilia II,1). Está claro que no estamos hablando del helado moderno, pero también es evidente que la técnica del frío era muy conocida incluso en esos tiempos. En el mundo latino no faltan por otra parte fuentes escritas: en Naturales Quaestiones (IV, 13) Séneca (4 a.C.- 65 d.C.) escribe que la nieve se almacenaba

prensada bajo el heno todo el verano y que comprarla se había convertido en un lujo. La nieve se tomaba en las bebidas para combatir los síntomas de la indigestión; a veces se rayaba hielo en lugar de utilizar nieve. Seneca aclara que la nieve se comía añadiendo trozos a la bebida.

El naturalista Plinio el Viejo (23 d.C.-79 d.C.) describe, algo irónicamente, que "algunos toman nieve, otros hielo, y convierten el malestar de las montañas en un placer para la garganta. Conservan el frío para servirlo en verano y estudian las maneras para que la nieve produzca escalofríos en los meses en los cuales no le tocaría estar. Algunas personas, después de haber hervido el agua, la ponen a congelar. (Naturalis Historia - libro XIX, 19)". Y luego añade: "fue el emperador Nerón quien instauró el hábito de hervir el agua y, una vez colocada en una jarra de cristal, dejarla enfriar en la nieve. Así se obtiene el placer del frío sin los defectos de la nieve (Ibidem XXXI, 23)".

—¿En Europa hay una moda de cocina histórica o arqueológica?

—En Europa, sobre todo en el Norte, la cocina histórica es una práctica consolidada desde hace varias décadas: es una experiencia que genera curiosidad y una forma de atraer a un público que busca la novedad y el entretenimiento, no necesariamente cultural. Si la cocí-

na que evoca se realiza con criterios de historicidad, atención a las fuentes, las materias primas y el contexto histórico, puede convertirse, en mi opinión, en una forma de generar cultura a partir de la experiencia. Esto permite a su vez acercar el público a la historia, al patrimonio arqueológico o artístico local."■

## EXPERIMENTO.

**La especialista ante una mesa que reconstruye fielmente platos que preparaban griegos y romanos de la antigüedad clásica**



CEDOC PERFIL

**Sal y chocolate.** 1630, el helado ya es un super clásico de la cocina de las familias más acomodadas. Sigamos en Florencia, donde comienzan a construirse las casas de hielo, que pueden visitarse en la actual Via delle Ghiacciaie (Calle de las Hieleras). Es en este año que Antonio Latini publica uno de los pocos libros de recetas de la época que incluye un capítulo entero dedicado al helado, en el que se destaca una receta de 'gelato' con chocolate, bien espumado. Toda una novedad para la época.

Pasa el tiempo y las técnicas para preservar el frío van mejorando. ¿Cómo? Por ejemplo, mezclando hielo y salitre, técnica conocida por otra parte en China y que se había desarrollado en época antigua también en Sicilia.

**Un siciliano en París.** Una vez más fue un italiano, o más bien un siciliano, quien sacó el helado de los palacios reales, abriendo lo que se conoce como el primer "café" en el sentido moderno: el Café Procope.

Nacido a mediados del siglo XVII, Francesco Procopio Cutò era un pescador que había heredado de su abuelo una máquina para helados. El conocía por su parte el 'secreto' del salitre: con espíritu emprendedor decidió transferirse a París, el "centro del mundo" de la época. Gracias a su estratégica ubicación fren-

y «flores de canela». A lo largo del siglo XVIII, y aún más en el XIX, "los cafés" comienzan a difundirse tanto en Europa como en Estados Unidos: ahí se toman, por supuesto, café, chocolate y postres helados.

**Llega el cucuricho.** No podemos olvidarnos obviamente de la invención del cucuricho, hecho que nos lleva a los Estados Unidos de 1903. El acceso masivo a la electricidad había simplificado la generación del frío y el helado se había convertido en un postre del que disfrutaban grandes masas de personas. Quedaba sin embargo por solucionar el tema de "dónde" tomarlo, ya que los "penny leaks" (pequeños vasos de vidrio que se pasaban de un cliente al otro sin ser lavados) resultaban intolerables desde el punto de vista de la higiene, además de romperse fácilmente.

Nos toca ahora dirimir una cuestión abierta desde hace más de un siglo protagonizada por el heladero Italo Marchionni. Nacido en Belluno, en

el norte de Italia, en 1868, emigró a Nueva York a los veinte años. A él se atribuye, erróneamente, la invención del cucuricho: hay libros de recetas anteriores que ya mencionaban, desde hacía siglos, a los "waffel" doblados. ¿Qué es lo que hizo, entonces, el señor Marchionni para entrar en la historia? El 15 de diciembre de 1903 registró una patente en Estados Unidos (nº 746971) de una máquina para la producción industrial de cucuruchos. Fue gracias a él que el helado se convierte en lo que es hoy día: un postre "de mano", que puede consumirse en cualquier parte de manera práctica, higiénica y cómoda. Los vendedores ambulantes, o los carritos con dos o tres pozos de "gelato" que suelen verse aún hoy por las calles o las plazas de todo el mundo, son muy a menudo los protagonistas de algunos de los más deliciosos momentos de nuestra niñez. ■

\*Experta italiana en agroindustria e historia de la cocina. <https://storaincucina.food.blog/>



## CATALINA CENTENO, GOLF & MORE

Una experiencia que combina  
pasión, cultura, arte  
y alegría de encuentro

catalinacentenogolf&more

+5493816310242