

Universidad Simón Bolívar
Cultura y Lengua Italiana
Conti Gian Franco (06-39385)
Procaccio Enzo (08-07001)

Gastronomía italiana

1) Historia general.

"La historia nos cuenta que la comida italiana recibió influencia de otros países, tales como Grecia, África y los países asiáticos. Los griegos, africanos y asiáticos que se establecieron allá trajeron sus comidas y maneras de cocinar. Por ejemplo, los griegos hacían un pan plano, el cual, se imagina, llevó a la creación de la pizza". [2] La historia italiana es una de diversas influencias, y así como es destacable a nivel cultural, también lo es a nivel gastronómico. Diferentes civilizaciones hicieron presencia por 'La Bota' aportando tanto nuevos ingredientes como su perspectiva de cómo se debían preparar los mismos.

"La confirmación de la importancia y del interés en la comida, se asienta en el siglo XVI con el florecimiento de la actividad editorial de las artes de la mesa, no sólo recetarios, sino también manuales de comportamiento, manuales de la forma de poner la mesa, etc." [2] Durante la época del renacimiento comienzan las publicaciones relacionadas a la gastronomía italiana, desde recetas para preparar en banquetes hasta la manera apropiada de servir y atender los mismos. Empieza a existir un nivel de preparación en el personal utilizado para atender.

2) Estructura general de la comida italiana.

La estructura general típica de una comida italiana (sobre todo el almuerzo y la cena) puede dividirse en:

- **L' Antipasto:** "Son servidos como entremeses los cuales pueden ser calientes o fríos. Los antipastos más comunes en Italia son: carpaccio, caprese y arancini." [1]
- **IL Primo:** "Se puede considerar como el primer plato, generalmente consiste en un plato caliente como pasta, risotto, gnocchi, polenta o sopa. Existen abundantes opciones vegetarianas." [1]
- **IL Secondo:** "El segundo plato (se trata del principal), compuesto generalmente de carne o pescado (la pasta nunca se toma como plato principal en menú tradicional). Los más tradicionales son: Platos de pescados (orata, gamberini y pesce espada), platos de carnes (vitello tonnato, ossobuco y saltimbocca alla Romana) y platos de setas (fritto di porcini)." [1]

- **IL Contorno:** "Plato de acompañamiento que puede consistir en una ensalada o en verduras preparadas. En un menú tradicional las ensaladas entran después del plato principal." [1]
- **IL Dolce:** "Un postre, que generalmente en la comida italiana, es dulce. También abarcan frutas para después de la comida. Algunos de estos son: tiramisú, Gelato (helado) y panna cotta." [1]

3) Ingredientes más utilizados

La gastronomía italiana abarca una amplia gama de ingredientes que son empleados para la preparación de los platos. Las verduras y hortalizas son parte esencial de la cocina, ya que son recursos que se encuentran en abundancia en la zona, pasando a un primer plano luego de la época del Medioevo. Así mismo, existen una cantidad de carnes y pescados utilizadas en diversas recetas en Italia. Las zonas insulares de costa y lagos, se destacan por la elaboración de los pescados. A diferencia de estos dos ingredientes destacados, no existen grandes recetas de aves en la comida italiana.

La pasta es sin duda el ingrediente más común en la cocina, seguido de cerca por el arroz. Son la base culinaria para la elaboración de una gran cantidad de platos, sin embargo el arroz se destaca principalmente en el Norte. La pasta suele servirse al comenzar la comida y varían en su preparación dependiendo de la zona.

Por último, tenemos las pizzas, los panes y los quesos. Su preparación varía dependiendo de la zona de origen, y complementan la base de la gastronomía italiana.

4) Aspectos culturales de la comida italiana

Para el italiano promedio la comida no es sólo una necesidad humana, comer también implica un punto de encuentro para dialogar con la familia acerca del día a día, además de hablar acerca de comida mientras se encuentran comiendo.

Los italianos critican con detalle la cocina de otros países, y usualmente no disfrutan la gastronomía ajena a la italiana, algunas llegan incluso al extremo de llevar su propia comida al viajar. Así mismo, es vital para los italianos no comer solos, ya que disfrutan de comer como de ver comer a los demás. Normalmente se cocina más de lo necesario, de manera que si se preparará comida para 4 personas, se calcula que comerán como unas 6 ó 7.

5) Comida del Norte.

La gastronomía del Norte de Italia está influenciada por Austria y Francia principalmente, y destacan las pastas, gnocchi y diferentes preparaciones de polenta como acompañantes a platos de carne. Las salas que acompañan a las pastas son insignia de esta zona, especialmente la invención del 'Pesto' que es de origen Genovés. También predominan los quesos de leche de vaca como el 'Parmigiano Reggiano'. Destaca el vinagre balsámico de la zona de Modena, que se encuentra entre los más caros del mundo.

Génova: La cocina genovesa, es definida "cucina del ritorno", esto porque muchos platos llevan mucho tiempo de preparación y espera larga. Imposible es hablar de Génova sin mencionar el más típico batido de la región: "il pesto alla genovese", el pesto se encuentra en todas partes, en la casa, en los restaurantes de clase alta, en las hosterías. Los ingredientes base son la albahaca, el ajo, el queso pecorino sardo y el aceite de oliva. El pesto acompaña a casi todos los primeros platos: la lasagna, los ñoquis, el minestrone, y sobre todo "le trenette" (Spaghetti).

Piamonte: La cocina de esta región se fundamenta en la propia raíz de sus tradiciones campesinas. Las granjas esparcidas en la campiña proveerían al propio sostenimiento gracias al huerto y a la crianza de animales como conejos y cerdos: día festivo era aquel de la matanza del cerdo, del cual se comían todas las partes, incluso la sangre, con la cual se preparaban pasteles y lasaña. La cocina piamontesa es una cocina simple y refinada, basada en la inspiración popular pero no por ello privada de elegancia y refinamiento. La comida se acompaña solamente con pan, más no puede faltar en la mesa piamontesa el típico "grissini", un tipo de pan abizcochado.

6) Comida del centro

En el centro de Italia la carne y las verduras son muy usados. Sopas de verduras como las 'minestrone' son comunes. Sin olvidar, además, de las alcachofas y las espinacas que pueden comerse solas o como acompañamiento a la carne de cerdo, de cordero o de vaca asada o a la parrilla. Tampoco se puede dejar de probar las brochetas 'alla porchetta'." El pescado no es un plato básico pero merece la pena destacarlo. El aceite de oliva se utiliza como aliño junto a las hierbas aromáticas y se cocina con grasa animal. En las zonas montañosas se utilizan con abundancia los picantes para contrarrestar el frío." [2] Aunque se consume la pasta, igual que en el resto del país, a pesar de no ser en esta zona donde tiene una mayor importancia, aquí ésta se suele aderezar con un poco de picante. "Sin dejar pasar por alto, la pasta "all'amatriciana" que puede resultar una verdadera bomba para estómagos poco acostumbrados a los sabores picantes." [2] Los quesos con la leche de oveja, son un buen acompañamiento. El 'Pecorino' es el típico de la zona, además de poder encontrarlo con un ligero sabor picante en su presentación 'Pecorino romano'.

Comida Romana: "La cocina de Roma tiene su origen en la gente pobre, que no podía permitirse comprar carne y se limitaban a aprovechar las partes del animal que los ricos no querían, como el rabo de buey o los callos. Se usan sobretodo, las partes comestibles del interior de los animales, desde los riñones hasta el hígado o el corazón." [4]

"Otra característica de la gastronomía de Roma son los platos elaborados con legumbres y verduras. Los garbanzos y las lentejas han estado presentes en las mesas de ricos y pobres, y la sopa de "pasta e ceci" es el plato estrella de nochebuena." [4]

7) Comida del sur

El Sur de Italia se caracteriza por una cocina sencilla, que tiene su base principal en el aceite de oliva. "De primero se puede tomar una gran variedad de verduras: tomates, calabacines, coliflor, berenjenas o pimientos aderezados con plantas aromáticas. La pasta no podía faltar y la elegida por los sureños, además de la pizza, son los macarrones y los espaguetis. En cuanto a pescados, la variedad para elegir es muy amplia: sardinas, pulpo, etc, sin olvidar los mariscos muy frescos o preparados en la sopa 'Zuppa Tarentina', típica de la región y con un sabor muy agradable. Cualquier tipo de carne es de muy buena calidad." [2]

"No se pueden olvidar los quesos como el 'Buvino' hecho con leche de vaca relleno de mozzarella, mientras que el 'Burrino' sustituye la mozzarella por mantequilla. Son suaves, pero si se prefiere el queso más curado pruebe el 'Provolone'. Y como postre nada mejor que las pastas fritas rellenas de crema o los pastelillos fritos con miel y frutas escarchadas." [2]

La pizza: Hablar de la cocina de campania y de la cocina napolitana en particular requiere forzosamente mencionar la pizza. "Es un invento popular, en la búsqueda constante de un modo para quitarse el hambre a poco precio. La pizza responde verdaderamente a estas características: es un plato simple que se prepara en un tiempo mínimo, rico y nutritivo. Cuando nació era blanca, compuesta de un disco de pasta con mozzarella encima junto con aceite de oliva y ajo. El único enriquecimiento usado era probablemente un puñado de frutos de mar. Después de América llegó el tomate y la pizza se comenzó a hacer como hoy la conocemos. Poco a poco se hizo un plato de mucho consumo y comenzó a traspasar los confines regionales. Pues sucedió tras la coronación, los Borbones no eran golosos y la difundieron en la corte de Savoia. La pizza, con sus simples componentes de base, se presta a un infinito número de variaciones." [4]

8) Comida de las islas

"Las islas tienen su propia cocina muy influenciada por los pueblos que las han dominado en el tiempo. Cerdeña tiene cierto gusto catalán en platos como la 'Favata' compuesto por habas, tocino, salchichas y chorizo." [2]

"Sicilia es plenamente mediterránea. Excelentes pastas y pescados, a menudo combinados, son la base de su cocina y ambos de excelente calidad ya que es la tierra de los mejores cereales. Las 'Arancini di riso', bolas de arroz con guisantes, menudillos de pollo, queso fresco y huevo duro que se rebozan y se fríen, son exquisitas. Los quesos en ambas islas suelen ser de oveja y si se prefieren los quesos fuertes lo mejor es probar el 'Piacentino', muy curado y sazonado con pimienta en grano." [2]

"Para que la comida resulte un completo placer, lo apropiado es regarlas con los excelentes vinos italianos, los cuales tienen 194 denominaciones de origen que dan fe de su gran calidad. Junto a los Marsala, Brunello di Montalcino, Spumante d'Asti, Barolo, Barbera, Chianti o Valpolicella existen otros menos conocidos pero de muy buen carácter." [2]

9) La pasta

Son muchas las teorías que se han elaborado en torno al origen de la pasta. "Algunos investigadores adjudican el descubrimiento a Marco Polo en el siglo XIII, el cual la introdujo en Italia de vuelta de uno de sus viajes a China, en 1271. En el capítulo CLXXI de "Libros de Maravillas del mundo", Marco Polo hace referencia sobre la pasta en China. Para otros se remonta mucho más allá, a antiguas civilizaciones etruscas, que la elaboraban mediante el machaque o trituración de diversos cereales y granos mezclados con agua, que luego cocían y resultando un alimento sabroso y nutritivo." [7]

"En 1740, en la ciudad de Venecia, Paolo Adami, recibió la licencia para abrir la primera fábrica de pasta. Cien años después, en Amalfi, empezaron a usar molinos de agua y molidoras de piedra, donde la sémola era separada del salvado. Las máquinas trajeron consigo el desarrollo del mercado, competencias y exportación a través del océano." [7]

"Para 1914, el secado artificial, hacía que la pasta esté a disposición de todas las regiones de Italia. El gran desarrollo de la pasta italiana en el cambio de siglo, estuvo muy ligado a la exportación, la cual alcanzó un alto récord de 70.000 toneladas, muchas de las cuales fueron dirigidas hacia los Estados Unidos. Más tarde, países importadores comenzaron a producir máquinas para fabricar sus propias pastas, y éstas lograron conquistar el mundo. A partir de ahí, la gente comienza a referirse a este fenómeno como "La Industria de la Pasta". [7]

10) Referencias bibliográficas.

- [1] http://es.wikipedia.org/wiki/Gastronom%C3%ADa_de_Italia
- [2] <http://html.rincondelvago.com/historia-de-la-cocina-italiana.html>
- [3] <http://historiagastronomia.blogia.com/2012/021302-la-migracion-y-la-cocina-italiana.php>
- [4] <http://www.taringa.net/posts/info/1007467/Historia-Cocina-Italiana.html>
- [5] <http://www.vivoenitalia.com/costumbres-y-tradiciones-sobre-la-cocina-italiana-vivir-para-comer/>
- [6] <http://blog-italia.com/ciudades-de-italia/roma/gastronomia-romana>
- [7] <http://www.internationalpasta.org/index.php?cat=7&item=16&lang=1>