



# Tradición y modernidad en la gastronomía navideña

ÁNGEL MARQUÉS. Periodista

## RESUMEN

*Cuando llegan las fiestas navideñas, la gastronomía española con su variedad y riqueza, resulta perfecta para caer en la tentación. Los manjares navideños se convierten en cualquier momento en una fiesta también para el paladar. Durante estas fechas el consumo se incrementa, por ello se calcula que este año cada hogar español destinará unos 700 euros para gastos navideños. Los consumidores españoles afrontan las fiestas con un espíritu navideño más optimista que en los últimos años. El aumento en las partidas destinadas a productos gourmets será notable.*

**PALABRAS CLAVE:** Navidad, fiestas, fin de año, consumo, compras, tiendas, regalos.

La Navidad es una de las celebraciones más importantes en todo el mundo. Es un hito importante para nosotros, el final de un año, tiempo de regalos, festejos, reuniones familiares y –para los cristianos practicantes– una emotiva fiesta religiosa.

La historia de la Navidad parece tener los primeros antecedentes en los años 320-353 ligados a la celebración del nacimiento de Cristo por las comunidades de cristianos. Con anterioridad los romanos también llevaban a cabo sus celebraciones los días del 17 al 23 de diciembre, en unos días festivos en los que el arte de la cocina tenía un protagonismo importante y el día 25 de diciembre era la fiesta pagana de la exaltación del Sol.

Desde finales del siglo IV, el cristianismo empieza a celebrar la tradición de la Navidad el 25 de diciembre. El Papa Julio I fijó la fecha del 25 de diciembre, día próximo a muchas fiestas del solsticio de invierno que se celebran en la antigüedad. Debe entenderse que es la conjunción de costumbres y tradiciones heredadas. Las costumbres, mitos y leyendas que se han ido agregando con posterioridad a lo largo de los siglos provienen de muchos países diferentes, hasta llegar a la actual celebración de la Navidad.

## EL CONSUMO SE DISPARA

Los consumidores españoles afrontan las fiestas con un espíritu más festivo que el de los últimos años. El aumento en las parti-

das destinadas a regalos, viajes, ocio y sobre todo alimentos; amparan esta sensación.

Este año, cada hogar español tiene intención de gastarse en Navidad unos 700 euros, lo que supone casi un 10% más de lo que tenía previsto el año pasado. Si bien es probable que en el último momento el "factor emocional" provoque que el consumidor se gaste más de lo presupuestado, como finalmente ocurrió el año pasado.

Con esta mejora en las previsiones, España se sitúa quinta en el ranking de los 10 países con mayor presupuesto de la UE, situándose incluso por encima de Alemania. El país germano, junto a Holanda, Rusia y Bélgica comparten una visión menos optimista del futuro en Europa, resintiéndose por ello sus presupuestos navideños.

Un 65% de los españoles consideran que la situación económica de España es estable o ha mejorado durante este año 2016, y un 66% que cree que seguirá esta tendencia positiva en 2017, parece que los consumidores españoles están viendo la luz al final del túnel. Y si la situación del país es percibida con este optimismo, mejor aún lo es la de los hogares, con un 65% que considera que su situación personal se ha mantenido estable, incluso ha mejorado en 2016, y un 76% que cree que lo hará en 2017.

Esta mirada más optimista hacia el futuro conllevará también un ligero cambio en los hábitos de consumo de los españoles, que irán abandonando paulatinamente algunas costumbres adquiridas en

los últimos años, como la compra de objetos de segunda mano o la búsqueda de financiación adicional para estas fiestas. No hay que ignorar, en cualquier caso, que la crisis de los últimos años ha dejado huella en el consumidor y le ha vuelto más racional y más práctico, por lo que la búsqueda del mejor precio, rebajas y promociones, la preparación de un presupuesto o el uso de tarjetas de idealización continuarán siendo claves.

El consumidor que se muestra más optimista que en años anteriores, contribuirá en la subida significativa del gasto en Navidad. Sin embargo, la búsqueda del mejor precio y del regalo útil seguirán siendo hábitos muy implantados.

A la hora de seleccionar dónde hacer las compras navideñas, cuando se trata de regalos, los consumidores se reparten entre los grandes almacenes (que recuperan cuota de mercado) y las cadenas especializadas. Sin embargo, cuando se trata de comida los hipermercados se presentan como opción mayoritaria, seguidos de los supermercados y de los establecimientos de gran descuento.

#### FIESTA DEL PALADAR EN ESPAÑA Y EL MUNDO

La Navidad en España es un tiempo de celebraciones que van acompañadas siempre de grandes comidas y exquisiteces. Son fe-

# HOSTELCO

THE HOTEL & RESTAURANT TRADE SHOW

**23 - 26 OCTUBRE 2016**  
RECINTO GRAN VIA - BARCELONA

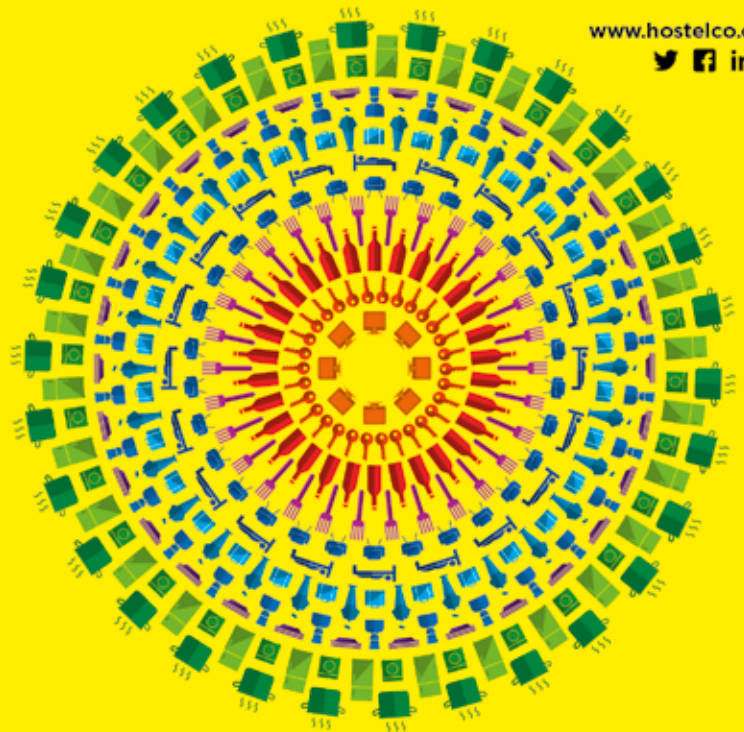
EL SALÓN LÍDER NACIONAL  
EN EQUIPAMIENTO PARA  
HOTELERÍA, RESTAURACIÓN  
Y COLECTIVIDADES

BARCELONA HOSTING WEEK

HOSTELCO | FÒRUM GASTRONÒMIC | CONGRESO RESTAURACIÓN COLECTIVA

  
Fira Barcelona

www.hostelco.com  
   



 felac  
FEDERACIÓ D'EMPRESARIS  
DE L'INDUSTRIA DE  
EQUIPAMENT DE RESTAURACIÓ  
I COLECTIVITATS

chas de alegrías y festejos, pero también de delicias para el paladar. En esta época las mesas se visten con los mejores sabores de la gastronomía española.

Las cenas de Nochebuena y Nochevieja, las comidas de Navidad y Año Nuevo y el 6 de enero, día de Reyes, son citas ineludibles. Bares, restaurantes y hoteles se visten de gala, decoran sus mesas con velas, lazos y motivos navideños, y ofrecen menús especiales y recetas exquisitas. La razón es porque también se celebran muchas reuniones de amigos, familiares y compañeros de trabajo.

Entre los alimentos más deseados se encuentra el pavo, el cordero, la lombarda, el besugo, las ostras, las angulas o el jamón. Acompañados de buenos vinos españoles, blancos y tintos. Y al final los mejores deseos hay que expresarlos brindando con cava o sidra.

Mención aparte merecen los dulces, que llenan de colorido la mesa a la hora del postre. Elaborados con almendras, miel, azúcar, chocolate y frutas, entre otros ingredientes, se convierten en objeto de adoración para los golosos. La oferta es amplia y cada región cuenta con alguna receta típica, pero la gran estrella de las fiestas, sin lugar a dudas, es el turrón. Existen muchas clases de turrones, sin embargo, el de Jijona, de textura blanda, y el de Alicante, que es duro, son los típicos por excelencia. Su gusto conquista siempre.

Otros postres tradicionales son el mazapán, que se presenta en forma de "figuritas", los polvorones y los mantecados. Por último, el 6 de enero, el día de los Reyes Magos, cobra protagonismo el Roscón de Reyes.

En Europa y en concreto en Francia es típico que se coma foie-gras de pato o de oca, boudin blanc y pavo asado. Como postre se sirve un pastel con forma de tronco recubierto de chocolate y relleno de crema o trufa, llamado "la bûche de Noël".

Una tradición típica de los Países Bajos es la del 'gourmet', un evento en el que pequeños grupos de personas se sientan juntos en torno al banquete y utilizan su propia sartén para condimentar y freír los alimentos en porciones muy pequeñas. El anfitrión

prepara verduras finamente picadas y diferentes tipos de carnes, pescados y camarones. Todo está acompañado de diferentes ensaladas, frutas y salsas.

También es tradicional disfrutar de carnes como el roast beef, pato, conejo y faisán que se acompañan con diferentes tipos de verduras, patatas y ensaladas, aunque en los últimos años, la tradición anglosajona se ha impuesto con el pavo al estilo del Reino Unido, donde destaca el *christmas pudding* que se elabora con ciruelas y frutos secos.

En el norte de Italia por lo general se comen aves de corral, a menudo con relleno y condimentada con salsas, como mostaza. En el sur de Italia se come la anguila *capitone* frita, que es típico de la víspera de Navidad, el cordero asado o pescado. Los dulces navideños son muy variados como el *panettone* (muy típico de la ciudad de Milán), el *pandoro* (en Verona) o el *panforte* (en la Toscana).

En la tradición portuguesa se come pescado, especialmente bacalao acompañado con col y patatas hervidas, huevos cocidos, garbanzos, cebolla y perejil, entre otros vegetales. Todo ello acompañado con una cantidad generosa de aceite de oliva. Hay variaciones en todo el país, también el pavo al horno o lechón, aunque es menos tradicional. De postre bolo rei que es un bizcocho relleno de frutas confitadas que equivale al roscón de reyes de nuestro país.

En la cocina sueca es muy popular la bebida no alcohólica *julmust* (elaborada a base de extractos de malta y lúpulo), así como una variante alcohólica, el *glögg*. En el terreno de las comidas saladas es frecuente ver el *julskinka* (jamón navideño). Entre los dulces están *losknäck*, el *pepparkaka* (galleta de jengibre), el *julgröt* (arroz con leche).

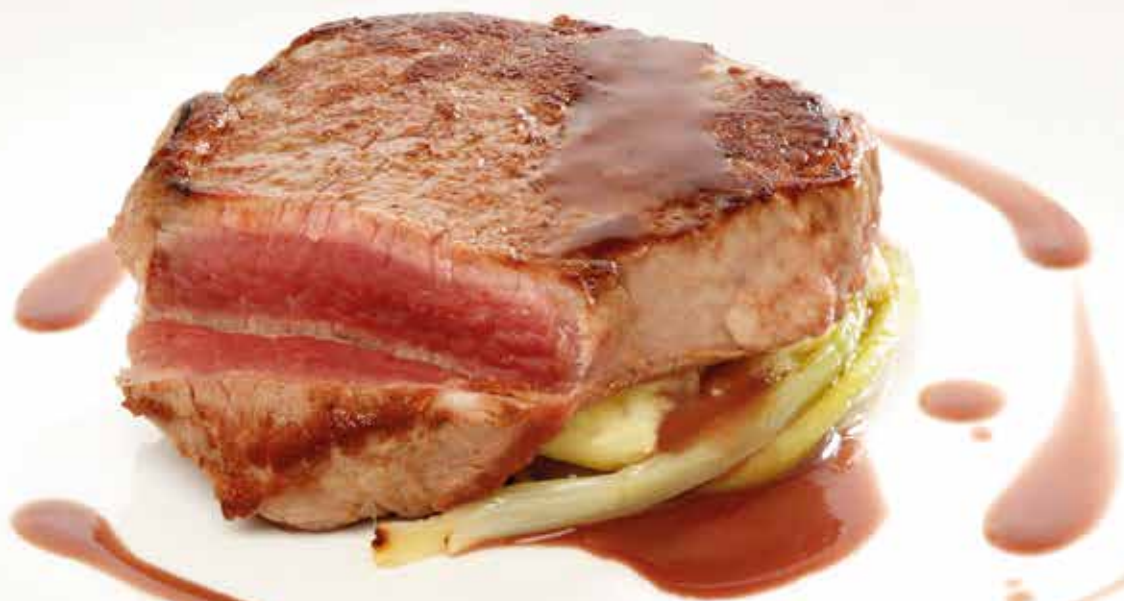
La gastronomía de la Navidad en los países latinoamericanos tiene mucho que ver con su situación geográfica, ya que al estar por debajo del ecuador terrestre allí es verano y este acondicionamiento marca las tradiciones culinarias.



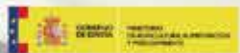
# GALICIA SEDUCE

## TERNERA GALLEGA TAMBIÉN

[www.terneragallega.com](http://www.terneragallega.com)



Una tierra única por su naturaleza y sus productos, entre los que destaca **Terneira Gallega**. Una carne exquisita para una alimentación sana y equilibrada. Una carne única, desde el origen hasta que llega a tu mesa.



Así, en Argentina generalmente se comen platos fríos y diversos, la tradición tiene muchas influencias italianas-españolas y se suele servir el *panettone* (pan dulce) al final de las comidas navideñas, a veces junto una copa de sidra. Generalmente, al ser verano se prefieren los platos fríos, entre los que se puede encontrar la llamada “ensalada rusa” cuyos ingredientes son la papa, la zanahoria, la arveja (guisante) y todo ello acompañado de salsa mayonesa. El *vitel tonn * que es carne de vacuno en salsa de atún. A veces el pavo o el pollo o el tradicional asado. El postre incluye ensalada de frutas y helado. Y a pesar de estar en un clima c ldido se sigue la costumbre europea de comer turrone, *panettone* y confituras.

En Bolivia existe la costumbre de servir un plato de *picana* tras el brindis navideño y consiste en un caldo que tiene un sabor característico entre picante y dulce en el que se puede ver algunos pedazos de carne de vaca y pollo, zanahoria, choclo, maíz, cebollas, papas, tomates.

En Nochebuena en Chile se toma la tradicional *cola de mono* acompañado de un trozo de Pan de Pascua.

En Colombia se come pavo relleno, lechona (cerdo relleno y horneado), p nfil de cerdo, pavo asado o tamales. Para beber vinos blancos, tintos o espumosos Y no puede faltar la inigualable chicha (bebida hecha de maíz fermentado que se puede tomar como alcohol) y diversos jugos de frutas. Como postres se encuentran los buñuelos, las natillas, galletas, dulces caseros y frutas, especialmente las uvas.

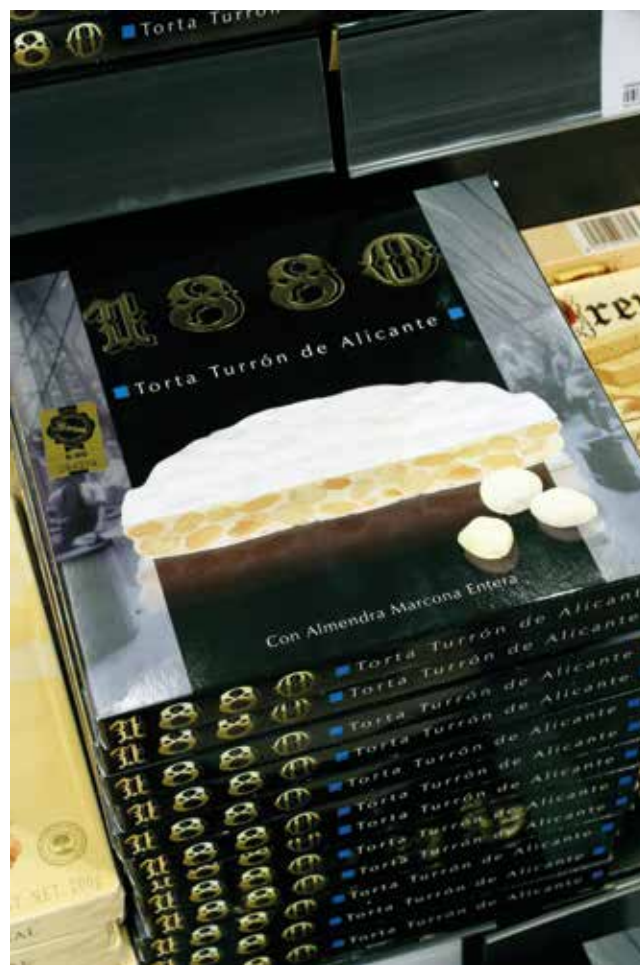
Los platos navideños de la cena de Nochebuena en Cuba suelen ser lechón acompañado de ensaladas, yuca con mojo, mucho ajo, *fricas  de pollo*, *congr *, bananas, y no pueden faltar el vino, la sidra, los postres y turrone.

El 24 de diciembre en Ecuador a las doce de la noche se toma el tradicional pavo relleno o pollo con salsas a base de ciruelas pasas, ensaladas y algún tipo de arroz con queso y maíz y, por supuesto, vino.

En El Salvador se acostumbra a degustar con toda la familia un buen pavo horneado con salsa criolla t pica de la comida salvadoreña, también hay *tamales* de gallina y de *elote*. Jamón de p nfil glaseado con piña y de postre, torta de Navidad, que es un pan dulce con semillas y frutas secas y un toque de ron.

En México se prepara una bebida llamada *ponche*, que consiste en una mezcla de frutas de temporada hervidas en agua y endulzada al gusto con piloncillo. Entre los ingredientes est n principalmente el tamarindo, guayaba, caña de azúcar, ciruela, pasa, manzana, tejocote, canela y agua, en algunas zonas de México también se prepara agregando gajos de naranja. Se sirve caliente.

Lo más común en México es cenar con la ensalada de Nochebuena (ensalada hecha a base de manzana, nuez y apio con crema, y la preparación del pavo o guajolote como se le conoce en México, así como los *romeritos* (guiso hecho a base de pan de hierba preparado con mole, papa, nopales y camarones secos) y el bacalao. Son muy populares los *tamales* y el *champurrado*. También se acostumbra a comer



el *jamón de pierna de cerdo envinado* el cual consiste en la pieza de jamón con una preparación a base de azúcar y pavo.

El plato t pico en Nicaragua es el arroz a la valenciana, que es la versión latina de la paella de España, gallina de patio, *nacatamal* (un tamal hecho de harina de maíz, pollo o cerdo). Se sirve pan recién salido del horno y hecho en casa. Como postre se come bizcocho y se bebe ponche, que es una bebida hecha de ron y huevo batido.

En Panamá la tradición es cenar a las 12 de la noche con pavo, jamón, tamales, ensaladas de papas, rosca de huevo y frutas. No falta en la mesa de los panameños el dulce de frutas y el ron ponche.

La tradición en la cena de Nochebuena peruana es comer el pavo al horno con papas, ensaladas, puré de manzana y frutas. Otras opciones son el pollo a la brasa, lechón al cilindro, cordero al palo o ternera a la parrilla. Asimismo brindar con espumante o sidra y al final se sirve el infaltable *panet n* con chocolate caliente.

Además es una costumbre organizar en vísperas de navidad las populares chocolatadas ya sea con fines benéficos o para que toda la familia, vecinos o amigos se reúnan de forma amigable.

En Puerto Rico, algunos de los platos más famosos por esta fecha son el 'arroz con gandules', los pasteles, lechón, morcillas, *cuajitos*, *coquito*, dulces típicos de Puerto Rico y ron dan sabor boricua a la comida navideña. Los pasteles son hechos de masa de plátano verde, relleno con carne de cerdo guisada con papas y mucho pimientón morrón y envueltos para su cocción en la hoja del plátano.

El coquito es una bebida imprescindible durante la Navidad, y se elabora con leche de coco, yema de huevo, azúcar, vainilla y canela, a la que a veces se echa ron blanco o ron cañita (ron típico puertorriqueño). La forma de asar el lechón a la vara en Puerto Rico proviene de los antiguos bucaneros del Caribe y no existe en otras partes del mundo.

El jíbaro puertorriqueño preparaba dos jorquetas (palos de madera que terminaban en forma de y) donde se apoyaba una vara en la que se asaba el cerdo al fuego de la leña durante siete u ocho horas, luego de haber sido sazonado el día anterior con sal, pimienta, ajo y orégano. En la cocina moderna de Puerto Rico se ha mantenido también la tradición de los postres hechos con coco, como el arroz con dulce, el tembleque y el majarete.

En la República Dominicana cenar el tradicional pollo horneado y el puerco en puya (cerdo empalado y asado), ensalada rusa y *moro de guandules* con coco, acompañado con *lerenes*, pasteles en hojas y frutas como manzanas, uvas, peras y nueces, además de pastelón de plátano maduro, lasaña y empanadillas. Toda la cena se acompaña de vinos, cerveza y dulces navideños.

En Uruguay generalmente se prepara pollo, lechón y a veces cordero. También se suele servir la famosa *picadita*, que consta de fiambres, queso, whisky, vino, Coca Cola, jugos, pedazos del cordero o lechón que se roban de la parrilla.

En Venezuela las noches del 24 y del 31 de diciembre es común hacer reuniones entre familias en las cuales se comparte el plato tradicional que consiste en *hallaca* la cual varía su preparación dependiendo de la región del país, pan de jamón, el característico perrito navideño aderezado con sus jugos y/o una salsa de ciruela, acompañado de ensalada de gallina y rodajas de jamón navideño, también se comen dulces tradicionales para esta fecha como la torta negra, el *dulce de lechoza*, y el panettone. El 25 de diciembre, al igual que el 1 de enero, se prepara la sopa "sancocho", que contiene carne de res o de gallina, diferentes vegetales, maíz, yuca y papa, entre otras verduras y aromatizantes. En algunas partes principalmente en la parte occidental se prepara también el pasticho o lasaña.

En Filipinas, a inicios de septiembre ya se comienza a celebrar la Navidad. Se toma el salabat, una bebida caliente hecha de jengibre y unos *kakanin*, que son galletas de arroz. Existe la tradición desde la llegada de los colonos de España hasta finales del siglo XIX que hoy en día se recuerda en platos navideños como la ensaimada, el jamón en dulce, llegando a existir incluso el popular "roscón de reyes". Las familias preparan también platos típicos como los *bibingka* y los *puto bumbong*, unos postres hechos de arroz. ■

## A los chefs también les gusta la Navidad

Para Martin Berasetegui, chef siete estrellas Michelin, la Navidad es un momento importante y significativo desde siempre. Sobre su plato preferido para estas fechas, nos aclara que se le hace muy difícil decidirse pero si tiene que optar por un plato, apuesta por las kokotxas de merluza con berberechos al txakoli K5. Apunta que en estas celebraciones no debe faltar el cordero lechal, la ternera gallega, besugos, navajas, turrones,... y que se sigue primando la cocina tradicional con el sabor de toda la vida con la sensibilidad actual.

Para el director gastronómico del restaurante Aponiente, Juan Luis Fernández, la Navidad es una época maravillosa, en la que hay que reinventarse en la cocina del mar basándonos en el maravilloso invierno terrenal, y así recolectar trufas marinas, pichones de roca, becadas de trasmallo... Su plato preferido para estas fechas son los guisos de cuchara y apuesta por elaborar platos con las clásicas preparaciones adoptándolas a las nuevas formas de cocinar, para hacer brillar los grandes productos de esos días, en resumen.

La escritora gastronómica y divulgadora Ines Butrón nos cuenta que le encanta la Navidad porque es el momento álgido de la mesa y la cocina. Su plato preferido son unos buenos canelones, de rustido, con un toque de foie o micuit en la farsa, una bechamel trufada y mucho queso de Mahón seco por encima. Es un plato muy laborioso, que sólo hace en Navidad ya que necesita varios días para prepararlo.

Cesar Ruiz, chef y propietario del Grupo Restaurantes José Luis, se muestra partidario de que en Navidad la restauración continúe con la tradición. Dependiendo de la economía de cada uno, su menú favorito incluye un poco de marisco, un caldito navideño, besugo a la bilbaína ó cordero asado, y de postre una sopa de almendras, sin olvidar los dulces navideños.