

Las hierbas finas, ese tesoro de nuestra cocina

Las hierbas finas, consideradas durante mucho tiempo una rama muy menor de las ciencias agronómicas y de la tecnología de los alimentos, viven en la actualidad una especie de «boom» gracias a un redescubrimiento de ellas, palpable desde hace al menos una década. Sólo es cuestión de acceder a internet y observar la infinidad de artículos y notas que aparecen en forma constante, o registrar el crecimiento de la cantidad y calidad de las publicaciones científicas que tratan sobre estos pequeños tesoros con los que podemos contar en nuestros platos, desde los más simples hasta los más sofisticados y exclusivos.

Mi interés en ellas, nació en mi época de universidad, a fines de los años 80, y se mantiene hasta la actualidad, aunque de igual forma que nos pasa con algunos amores de la vida, con estas pequeñas maravillas hemos vivido momentos intensos y otros de prácticamente olvido, para nuevamente volver a encontrarnos.

En particular, mi interés se concentró en aquellas hierbas perennes y de la Región del Mediterráneo, supongo que relacionado con el amor que siento por la cultura, historia y geografía de esa especial porción del planeta.

El conocimiento de las hierbas finas y su aporte a toda una gama de experiencias culinarias, está entre las más antiguas adquisiciones de la humanidad. Aunque se sabe que ya se utilizaban en el Antiguo Egipto, Fenicia y Grecia, tenemos que agradecer a Marco Gavio Apicio, para muchos el gran especialista de alimentos de la Antigüedad, quien en el Siglo I, en pleno apogeo del Imperio Romano, publicó el primer libro de cocina de la historia, dentro del cual asombra el gran conocimiento que muestra al incorporar varias de las hierbas finas en diversos alimentos y bebidas.

En la Edad Media, estas especies se siguieron utilizando en las cocinas, aunque también como herramientas curativas para problemas de salud. Habían en los huertos de los monasterios, destacándose en ello la Orden Benedictina. Como ejemplo de su importancia en esta época, el Emperador Carlomagno, amante de las hierbas finas, emitió en el Siglo IX un acta legislativa ordenando cultivar un listado de 73 hierbas aromáticas en todos los monasterios y fincas rústicas bajo su control.

A partir de fines del XI, los cruzados en Tierra Santa, en su gran mayoría francos, entraron en contacto con la cultura culinaria oriental, y a su regreso llevaron a su tierra nuevas especies de hierbas desconocidas hasta ese momento en Europa Occidental, varias de las cuales se adaptaron y desarrollaron, generándose la variedad de hierbas finas que en la actualidad podemos disfrutar en nuestras cocinas.

Estas maravillas culinarias se pueden utilizar tanto frescas como secas, enteras o finamente picadas, en una enorme variedad de comidas y bebidas, así como también, infusionadas, para dar un toque especial y realzar todo tipo de aceites y vinagres.

Además, quien ha tenido la fortuna de caminar en una fresca mañana de verano en un jardín entre medio de lavandas, romeros, tomillos y hierba buena y sentir las mixturas de formas, colores, aromas y fragancias que invaden nuestros sentidos, puede entender el disfrute de tener cerca a estos regalos que nos brinda la naturaleza.

Les propongo hacer un pequeño viaje de nueve estaciones, una por cada una de aquellas especies que desde la Región del Mar Mediterráneo, se han desarrollado y difundido por todo el mundo.



Esta ruta imaginaria implicará la publicación de nueve elementos, a través de los cuales

iremos conociendo juntos algo de la historia, las propiedades y las diversas formas de utilizar en la cocina a estas especies.

En primer lugar hablaremos de la salvia, luego será el turno del tomillo, después tocará el turno al estragón francés, posteriormente será el momento del ajeno, para luego explorar la lavanda francesa, la menta, el romero, el orégano, y en la estación final de nuestro viaje imaginario, la hierba buena.



Les propongo ser parte de este recorrido lleno de colores y sabores, los espero!!!

Gustavo Alejandro Berrino es Ingeniero Agrónomo, Magister en Administración de Negocios, Magister en Ciencia y Tecnología de los Alimentos.

Project Manager en proyectos de innovación tecnológica - programas de fomento productivo - transferencia de tecnología a MYPIMES agroalimentarias - estudios de mercados de exportación para alimentos no tradicionales