

# EL ALMA DE LOS ALIMENTOS

Puede que la comida no esté tan alejada del alma de las cosas, si entendemos que su función, por tan excelsa, ha de ser cuidadosa con el contenedor del alma: el cuerpo. Los productos que nos alimentan, las cosas o productos que se usan en todo plato, por sencillo que sea, han tenido que formar parte de la naturaleza. Como todo ser vivo, también seremos de alimento a otros seres. No es que todas las cosas se puedan comer, aunque vivamos en época en que todo se devora, se fagocita, deglute y desecha rápidamente.

Vivimos en la época que nos han dejado nuestros antepasados y los que vienen -ya vienen pronto- vivirán en el mundo que nosotros les dejemos. Pero debemos abstraernos un tanto de esa conceptualización del alimento de la vida, que pasa por entender que todo lo que vive se procesa, usa, se utiliza y degrada al fin, para centrarnos en algo más simple y doméstico como la cocina familiar y el recuerdo de aquel platillo magnífico de arroz con leche de nuestros primeros cinco años que nos hizo descubrir que la tata era el ser más adorable del mundo.

Reconozco que de pequeño me deslumbraban los pasajes de la literatura francesa del diecinueve en que los protagonistas mantenían sus relaciones en torno a una buena comida. Quizá por eso creo ahora que alrededor de toda la cocina familiar se nutre el que será el individuo futuro. Como tercer hijo de familia numerosa, recuerdo de mi infancia que muchas cosas importantes se producían y fraguaban

entre la cocina y el comedor. Buscando *el tiempo perdido* a través de los sentidos hay sensaciones que te resuenan hoy día con eco lento e imágenes morosas. Cierro los ojos y puedo oír aún el tintineo mañanero de los cencerros del rebaño de cabras que, cruzando la calle Ramón y Cajal arriba, provenientes del Barranco Santos, iban a la búsqueda de la hierba fresca que se hallaba en lo alto de las Asuncionistas. Oiría pronto los toques recios de una de las manos cerrada en puño del cabrero dando contra la puerta de madera de nuestra casa en la calle que recibía nombre del ilustre biólogo, mientras en la otra portaba la medida de latón. Me alongaba, luego de oírlo, a la ventana del piso alto y me quedaba viendo cómo ordeñaba las cabras. Me embobaba oír aquel *frú fru frú frú* corto, de ritmo trocaico con un tempo pausado cada ocho chorros de leche adentro de la medida (tempo-ritmo octosílabo, quizá para terminar formando un romance popular de muchas e inacabables ordeñadas). Era un tempo-ritmo preciso, no muy rápido, quizá moroso, pero metálico y esponjoso que se producía en el caer de la leche cuando era proyectada desde las tetas del animal hasta el cacharro de latón que, pronto, acabaría completamente lleno de espuma blanca y sabrosa como un caramelo de nata.

Repito: en las cocinas se cocían también los seres futuros. Junto al calor de los calderos y el horno, mezclábanse nuestras segregaciones internas con los olores, danzando juntos un mundo heterogéneo de sensaciones que coincidían en

el proceso del mañanear. Con los rapapolvos y sopapos (*¡quítate, niño, de en medio!*), se orquestaban las músicas cantadas a voz en grito de las muchachas de servicio, las voces engoladas de las novelas *La Lechera* que aderezaban llantos imaginados o reales de la cocinera con las especias...

Las horas del comer marcaban el antes y después de todas las acciones, junto con el interés por lo novedoso. Yo, cuando volvía del colegio, tenía una costumbre que posiblemente era ya heredada, como los trajes, de los hermanos mayores. Iba derecho a la cocina y, tras preguntar qué había de comer, pegaba a destapar calderos y a incrustar mi recta y afilada nariz entrometida en la indagación de sus contenidos. Las potas en salsa me chiflaban; los rodillos envueltos de mahonesa y rellenos de atún fresco, me enloquecían; las croquetas suaves y cremosas de pescado, carne o queso, me hacían palidecer; los tollos, me daban un vuelco en el corazón; la ropa vieja, los calamares rellenos, la carne mechada... Pero también estaban los postres de la tarde (*¡oh, los postres: bizcochos, helados, cremas!*) con sus tufillos previos caramelosos y nectarinos que impregnaban toda la casa de arriba abajo haciéndote insoportable la espera de la hora de la merienda.

Había algo entonces que no pasaba garganta abajo de casi ninguna manera y que hoy reivindicó como muy bueno: el potaje de bubangos. Sentir la presencia del bubango me daba náuseas y eso, en un niño, es lo peor que le puede ocurrir a la hora de comer: enterarse que hay potaje de bubangos y que detrás viene uno de sus platos favoritos. Ying y yang de la vida; cara y envés de un mismo hecho. Como si se te estuvieran indicando que para alcanzar lo deseado habías de pasar antes por cierta experiencia amarga.

Hay un plato que tiene para mí una simbología notoria: los rollitos de col rellena de carne. Mi abuela vino de Palestina a conocernos en el 1952, aquí dejó entre nosotros, antes de irse para siempre, todo un recuerdo hermosamente mitificado en torno a los olores de las especias y ciertos platos de cocina que, en cierto modo, se acabarían adaptando a nuestras materias primas y paladares. Mi madre, Amparo Walls Hernández, llama a este plato *Rollitos de col rellena de carne*, aunque en árabe se denominan *malfuf* (col rellena). Se pueden hacer también de hojas de parra (*warrack inab*) o de acelgas. *Malfuf* quiere decir enrollado que, en este caso, como casi toda la cocina árabe, contiene un relleno, que seguro es una sorpresa para el paladar.

### Rollitos de col rellena de carne, (Malfuf)

#### Ingredientes:

1 col blanca mediana  
500 g de carne de ternera  
1 taza y 1/2 de arroz  
2 dientes de ajos  
1 cebolla grande  
1 pimiento dulce

Azafrán - pizcas de pimienta molida y orégano - rama de perejil - ramitas de hierbabuena - nuez moscada - sal. (Y, mientras se prepara, cantar. Es imprescindible el canto alegre y, si fuera posible, la risa más venturosa para que el alimento sea beneficioso para los comensales).

#### Así se prepara:

Cuando se compra la carne, se manda a moler. Una vez limpia la col de las hojas externas, se mete en una cacerola con agua y se pone a calentar. Cuando veamos un poco blandas las hojas, sin que la col se reguise, la retiramos de la olla, cuidando de guardar para después el agua en la que estuvo. Se va cortando poco a poco, hoja a hoja, sin que se tronchen. De cada hoja se separa el tallo o nervio central, con lo que quedarán divididas en dos partes. En una sartén grande se mete la cebolla bien picada en taquitos pequeños, el pimiento también muy picado, los dientes de ajo y las especias. A poco se echa la carne, removiéndose todo y, al final, se introduce el arroz. Se deben dar algunas vueltas, siempre con una cuchara de madera, para que todo quede bien mezclado. Para proceder al relleno, se coge una cuchara pequeña y se van tomando porciones que permitan rellenar las medias hojas de col, envolviéndose sobre sí mismas como si fueran unos cigarros puros. En un caldero bajo y ancho se colocan los rollitos uno junto al otro. Le incorporamos el agua sobrante de la cocción del principio hasta que cubra toda la camada de rollitos. Hay que procurar una tapa más pequeña que el caldero y encima ponerle un peso de hierro o un callao grande de playa para que queden los rollitos bien prensados. Ponemos el caldero a fuego lento unos veinticinco minutos. Cuando ya están, se sacan uno a uno con cuidado de no romperlos, se sirven en una fuente y se acompañan con su propio jugo o con una buena salsa de tomates que habremos hecho previamente con los de nuestra tierra.