

Expansión

# Fuera de serie



CANADÁ  
Ruta gastronómica  
de costa a costa

9 5771576 261003  
Nº 32 • 6 de abril de 2006

# Canadá



## REINVENTA SU COCINA

Los fogones canadienses están irreconocibles. La nueva generación de chefs, con nombres como Eric Gonzalez o Jamie Kennedy, han renovado el recetario nacional sofisticándolo 'a la francesa' y demostrando que su cocina es mucho más que los platos con jarabe de arce, los arándanos silvestres y la carne de bisonte.

TEXTO DE SONIA APARICIO

**H**ablar de una cocina canadiense siempre ha sido complicado. En un país de diez millones de kilómetros cuadrados, en el que para viajar de la costa este a la oeste hay que tomar un vuelo de más de cinco horas, concentrar toda su tradición gastronómica es, por lo menos, un trabajo arduo. Además, es lógico pensar que en el segundo país más grande del mundo no es igual la dieta del pueblo inuit, que habita en las proximidades del Ártico, a la de los veinticuatro millones de canadienses que viven a menos de doscientos kilómetros de la frontera con Estados Unidos, cuya influencia gastronómica resulta inevitable.

La cocina canadiense siempre ha sido una mezcla de la base aborigen con la influencia de las comunidades de colonos que fueron llegando a este país a lo largo de los siglos, aunque las que más peso han dejado son la china y la italiana. Esa 'ausencia' de una única gastronomía con la que poder identificarse ha llevado a sus chefs a abrir la mente a nuevas cocinas, a nuevas ideas, a viajar para conocer las tendencias, pero sin olvidar lo mejor que tienen: los productos de la tierra.

### La fuerza de la naturaleza

Más allá de su archiconocido sirope de arce —un jarabe dulce que se extrae de este árbol y que sirve

tanto para acompañar postres como para cocinar platos de caza o aliñar las ensaladas—, la riqueza de Canadá sigue con el arroz salvaje de los lagos de Maninota y Saskatchewan; los arándanos —azules y rojos— de los que es el mayor exportador mundial; las hortalizas que se cultivan en todo el país, pero sobre todo en el sur de Ontario y el sudoeste de la Columbia Británica, áreas que disfrutan de unos 180 días al año sin heladas; las legumbres del este de las montañas Rocosas; las manzanas —sobre todo de la zona de Ontario—, las salsas y mermeladas, que producen con frutas del bosque y bayas silvestres de la tundra... y sus vinos.

Siempre basándose en la cocina de mercado —algo que también ha ayudado a cambiar la dieta nacional, sobre todo entre los jóvenes que abarrotan los puestos de carnes y frutas y verduras que brotan en casi todos los barrios de las ciudades—, y en el auge de la comida orgánica, los fogones canadienses están viviendo una evolución tranquila.

Una nueva generación de chefs, formados en su mayoría en escuelas y restaurantes europeos, ha regresado a Canadá para darle un aire sofisticado, muy 'a la francesa', al recetario nacional.

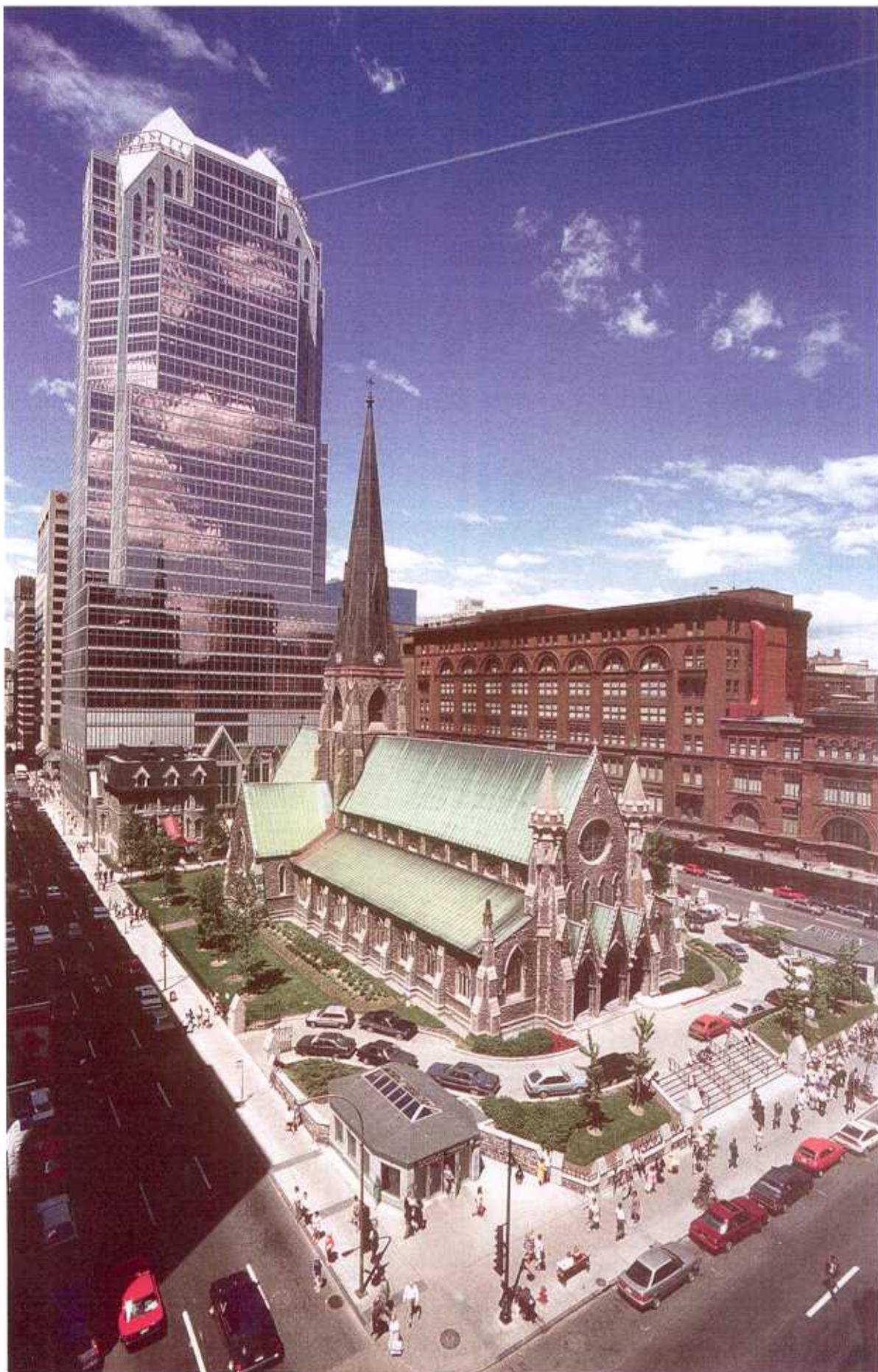
Y así, han surgido en las principales ciudades restaurantes en los que los grandes de los fogones locales han creado sus particulares santuarios gastronómicos, donde los canadienses acuden —previas largas listas de espera— a conocer las novedades. En Montreal, destaca Eric Gonzalez, y su restaurante —Le Cube— dentro del hotel Saint Paul, a quien se pretende comparar con Sergi Arola y su restaurante La Broche, con quien comparte su pasión por la comida y el concepto del juego y el entretenimiento. Es en esta zona, Old

Montreal, y en sus decenas de hoteles boutique, donde se viene haciendo la cocina más interesante de la ciudad en los últimos años, con las tendencias más innovadoras en locales urbanitas y muy sofisticados.

En la francófona Quebec, la influencia francesa es aún mayor por los cuatro siglos de colonización gala, y las cartas de sus res-



LA COCINA  
CANADIENSE  
HA SIDO UNA  
MEZCLA  
DE LA BASE  
ABORIGEN  
Y LAS  
INFLUENCIAS  
DE TODAS LAS  
COMUNIDADES  
DE COLONOS  
QUE LLEGARON  
AL PAÍS A LO  
LARGO DE LOS  
SIGLOS



**Respeto a lo local**  
A pesar de estar abiertos a las nuevas tendencias, en Canadá no se olvidan de lo autóctono. La solución es mezclarlo con la mayor sintonía posible, tanto en gastronomía como en arquitectura. Imagen del centro de Montreal.

LOS MEJORES RESTAURANTES DE CIUDAD EN CIUDAD



M  
O  
N  
T  
R  
E  
A  
L



**LA MONTÉE DE LAIT**

Localizado en el barrio más 'trendy' de la ciudad, Plateau Mont Royal, este moderno 'cheese bar', y sus escasas y siempre solicitadas mesas, está consagrado al queso en todos sus estados y variedades, coincidiendo con la revolución de los quesos que se vive en el país en los últimos 15 años. La carta incluye desde platos con leche cruda, hasta quesos nacionales, de importación y postres de diseño.  
371. rue Villeneuve est. Tel.: (514) 289 9921

**LE CUBE (HOTEL ST PAUL)**

Es el restaurante más deseado de Montreal, gracias al buen hacer del cocinero francés Eric Gonzalez, y que en Canadá equiparan a La Broche, de Arola. La carta, afrancesada desde los entrantes hasta los postres, presenta platos muy elaborados con ingredientes tradicionales, sin exotismos. La carta de vinos incluye las mejores etiquetas del mundo.  
355. rue McGill. Tel.: (514) 935 2222

**SCHWARTZ'S DELI**

Es el restaurante más auténtico de la ciudad, donde no se ha cambiado la receta desde 1930 cuando lo inauguró un inmigrante judío. Su fuerte son los filetes de carne ahumada, marinada durante diez días en especias, con patatas fritas y pepinillos gigantes. Y para beber, cherry coke.  
Se come en la barra o en mesas compartidas de ocho.  
Saint-3895 Laurent Boulevard. Tel.: (514) 842 4813

EN TODOS LOS SUPERMERCADOS HAY UNA SECCIÓN DE ALIMENTOS ORGÁNICOS, ALGO QUE CADA VEZ CUENTA CON MÁS ADEPTOS, SOBRE TODO ENTRE LOS JÓVENES



**LE CHAMPLAIN (LE CHÂTEAU FRONTENAC)**

El francés Jean Soulard está al frente de las cocinas del hotel más fotografiado de Quebec. Admirador de Ferran Adrià, asegura que en Canadá no hay nada parecido. Su estilo se basa en comida simple con productos naturales, puro classicismo, y se queja de que a veces los chefs son demasiado complicados con la comida y la bebida.  
1 rue des Carrieres. Tel.: (418) 692 3861

Q  
U  
E  
B  
E  
C

taurantes, demasiado turísticos en la mayoría de los casos, están llenas de platos típicos de la cocina francesa aliñada con algunos ajustes americanos, como la sopa de guisantes, *tourtières* (pastel de carne) o *poutine* (patatas fritas con salsa y requesón). Y entre los postres abundan las *galettes* (galletas de avena y melaza), las tartas de fruta asada y los pasteles de azúcar. En Quebec, la renovación ha ido más allá de los fogones. Hasta hace algo más de una década importaban de Europa todos los alimentos, mientras que ahora se encuentran todos los productos frescos en los mercados de la ciudad, y además han empezado a producirlos ellos mismos en pequeñas cantidades. Para constatarlo, lo mejor es acercarse hasta la isla de Orleans, a veinte minutos de Quebec, conocida como el corazón de la nueva Francia. Allí se puede comprobar sobre el terreno cómo se ha recuperado la elaboración artesanal del primer queso que se hizo en Norteamérica, proceso en el que es fundamental el moho *penicillium*, y una de las más de trescientas variedades de queso que se producen en esta región. O Ferme d'Oc, una de las tres granjas de la zona donde se elabora el foie artesanal, desde el principio del proceso, con la importación de los patos y las ocas desde Francia. También tienen aquí su pescadería Joseph Paquet y

**Bodegas**

**VINO DE HIELO. LA GRAN APUESTA DE CANADÁ**



En la última década, el vino de hielo se ha convertido en la gran apuesta vinícola del país, sobre todo en Ontario y Columbia Británica, zonas donde se produce en torno al 80% del vino canadiense. La idea de fondo de este singular vino es la misma que la de la sidra de hielo. Las uvas, normalmente de las variedades Vidal o Riesling, se recogen congeladas—cuando la temperatura está entre -8 y -10 grados—. Se vendimian una a una y se prensan mientras siguen parcialmente heladas, lo que provoca que se obtenga muy poco zumo, pero con una gran concentración de acidez y de azúcares naturales que le dan un toque goloso, con recuerdos de piña, guayaba, fruta de la pasión o mango. El resultado es un vino aromático—de entre diez y once grados de alcohol—, que recuerda a los tokaj húngaros. El buen 'ice wine' debe explotar en la boca, pero sin ser demasiado dulce, y la temperatura perfecta para servirlo es similar a la del champán, entre 12 y 15 grados. Este vino—también en su reciente versión gaseosa—es el que más se exporta—sobre todo a Asia—, y el que las principales bodegas—Jackson Triggs, Château des Charmes, Pillitteri e Inniskillin—están utilizando para abrirse un hueco en los mercados internacionales para, a partir de ahí, introducir el resto de sus vinos. El negocio vinícola se ha convertido en un atractivo turístico nacional. Hace veinte años los canadienses iban a Niágara para hacerse fotos en las cataratas, mientras que ahora van para hacer enoturismo. La mayoría de las bodegas organizan visitas al viñedo y a sus instalaciones, que acaban con una cata. Se calcula que por la zona de Niágara on the Lake pasan cada año 300.000 visitantes.

EL LICOR QUE VINO DEL FRÍO

La tradición de beber sidra se remonta a la época de los primeros colonos procedentes de Normandía y Bretaña. Pero la sidra de hielo actual, que surgió del frío y de la casualidad y de la que sólo en la región de Quebec se producen unas 300.000 botellas al año, es un producto mucho más refinado. Se calcula que para cada botella se necesitan entre 50 y 80 manzanas. La fruta se recolecta en invierno, después de la primera helada, y este estado de congelación produce una concentración de azúcar de forma natural antes de la fermentación. El resultado es un licor muy aromático y repleto de matices (manzana asada, caramelo, miel, cítricos...) que es perfecto como aperitivo o para acompañar foie gras, queso y postres. En los últimos meses, ha salido al mercado la primera sidra de hielo con gas. Una recomendación: combinarla con chocolate negro.



LOS MEJORES RESTAURANTES DE CIUDAD EN CIUDAD



V  
A  
N  
C  
O  
U  
V  
E  
R

**ELIXIR (OPUS HOTEL)**

Es el restaurante de uno de los hoteles más de moda en Vancouver, y ha sabido estar a la altura. Decorado como una brasserie parisina, el alma mater es el chef Don Letendre. Los fuertes de la carta son el rollito de primavera de rabo de buey, entrecot con fricasé de setas o confit de pato con berros, naranja y lentejas. Muy interesante. 350 Davie Street. Tel.: (604) 642 0557



**BISHOP'S RESTAURANT**

Local de ambiente íntimo, decorado como las habitaciones de una casa, donde John Bishop's ha hecho una adaptación libre y creativa de la moderna cocina regional. En la carta, que cambia cada semana, todos los alimentos son orgánicos. Su lista de vinos es una de las más reconocidas de Vancouver. 2183 West 4th Avenue. Tel.: (604) 738 2025

EL VINO DE HIELO,  
DULCE Y MUY AROMÁTICO,  
ES IDEAL PARA POSTRES  
PERO TAMBIÉN PARA  
ACOMPañAR QUESOS  
Y PATÉS O COMO  
APERITIVO



T  
O  
R  
O  
N  
T  
O

**JAMIE KENNEDY WINE BAR**

Alimentos orgánicos, cocinados de forma sana y creativa, y presentados en pequeños platos. Éstas son las claves del éxito de Jamie Kennedy, que demuestra su experiencia de dos décadas al frente de los fogones. Si se come en la barra, se puede ver cómo trabajan los cocineros. Las escasas mesas estaban tan solicitadas que Kennedy acaba de inaugurar el Jamie Kennedy Restaurant. 9 Church St, Toronto. Tel.: (416) 362 1957

Esther Fortín, donde ahuman anguilas con las técnicas tradicionales y madera de arce. O el curioso En-sorceleuse, donde hacen vinos de forma prácticamente artesanal y de casi cualquier fruta –pasas, bayas, grosellas– o el hidromiel, un vino elaborado a partir de la miel.

**El auge de la comida orgánica**

En Toronto, la gastronomía es, como la ciudad, mucho más multicultural. Las más de sesenta comunidades que conviven allí han trasladado a la cocina sus influencias. Uno de los chefs más reconocidos es Jamie Kennedy, estrella mediática gracias a sus apariciones en televisión. En su *wine bars* sirve lo mejor que ha creado en sus dos décadas de carrera, siempre apostando por alimentos orgánicos –producidos en granjas donde no se haya utilizado nada químico en los últimos tres años–, una tendencia que cada vez cuenta con más adeptos. En las grandes ciudades, cada vez hay más restaurantes orgánicos o que incluyen platos 'bio' en sus cartas, y en Toronto ya hay cuatro mercados donde sólo venden productos orgánicos. Esta moda por la comida sana también está muy arraigada en la cosmopolita y moderna Vancouver, donde todos los supermercados cuentan con una sección de alimentos biológicos.

**El vino busca su lugar**

Pero toda comida se queda coja si no va acompañada de un buen vino, y en esto Canadá tampoco ha querido quedarse atrás. Las siete denominaciones de origen que hay en el país se concentran en Ontario –sobre todo en la península de Niágara– y en Columbia Británica, donde se produce el 80% del vino canadiense. Estas zonas están situadas entre los 41 y los 50 grados de latitud, en lo que coinciden con la región de la Champaña francesa, La Rioja española, el norte de California o la región del Chianti Classico en Italia. Aunque la crítica internacional les está reconociendo su importante mejora, por el momento el gran potencial exportador de Canadá sigue siendo su vino de hielo, un licor dulce y de fuerte aroma, elaborado con uvas congeladas en la viña. La mayor parte de estos vinos se produce con uva blanca de piel gruesa de las variedades Vidal o Riesling. ■

**CANADÁ, CAPRICHOS DE LA NATURALEZA**

Desde el 29 de marzo y hasta el 22 de abril, en 'El Club del Gourmet' de los centros de El Corte Inglés se celebra una muestra gastronómica con productos canadienses, donde se puede degustar un menú especial con platos representativos de su cocina más innovadora.