BERTA ÁLVAREZ ACAL

Recetas de la Transición

España a través de su gastronomía



KAILAS

Índice

Introducción • 13

1. 1960-1969: Los felices sesenta • 17

Spain is different: el menú turístico • 20

Una dieta más equilibrada: diferencias entre el campo y la ciudad • 21

Comer de todo y en grandes cantidades • 22

Aquellos jóvenes, los niños de la posguerra • 23

Mejora en la calidad de vida • 25

ColaCao o Nesquik • 26

Jamón de York versus jamón serrano • 26

La fiebre de la gelatina • 28

El auge de las lasañas, canelones o platos en cazuela • 28

Popularización de la olla exprés • 29

La ayuda de los Tupperware • 30

Las javerianas • 31

Cocina gráfica Waly • 32

Las patatas Matutano • 33

La Gran Taberna y el Landa • 33

Bimbo, el pan de molde y su mítico cuarteto • 35

Picoteo en la Cuesta de las Perdices • 36

Mayte Commodore, la gran anfitriona de la Transición • 37
Cándido y la Transición • 39
Patatas bravas, bocadillos de calamares, perritos calientes o tortitas • 41
Vamos a la mesa • 45
Final de una década prodigiosa • 46
Barquilleros, castañeras y serenos • 48
Almuerzos de Franco y menús de gala • 50
Libros de gastronomía y algunos menús • 52
RECETAS Y CÓCTELES • 57

2. 1970-1974: El camino hacia la Transición • 115
La sociedad de los setenta • 117
La gastronomía • 120
La vitrocerámica y el lavavajillas • 121
La publicidad y los hábitos de consumo • 123
El primer hipermercado en nuestro país • 125
La locura de las fondues • 126
Simone Ortega y sus 1080 Recetas de cocina • 128
El primer yogur de Nestlé y su Caja Roja de bombones • 132
Los chocolates Valor y su evolución en los años de la Transición • 133
Las guías y las críticas gastronómicas • 134
Zalacaín y el salón donde todo cambió con la Constitución • 137
Casa Lucio • 140
Unos novedosos premios nacionales de gastronomía • 142
Chefs pioneros • 143
RECETAS • 150

3. 1975-1978: La Transición • 207

Cincuenta años de una revolución • 208

La revista Club de Gourmets y las mesas redondas de gastronomía • 211

Menús diarios y para celebraciones • 213

Las lentejas de la Transición • 218

1978, un año para la historia • 219

La cocina regional • 220

La pastelería en aquellos setenta • 222

Horno de San Onofre y La Santiaguesa • 232

RECETAS • 237

4. 1979-1981: Hacia la democracia • 285

El auge de la hamburguesa en nuestro país
la llegada del fast-food y la influencia americana • 287

La ayuda del microondas, la vuelta de la yogurtera
y la revolución del pequeño electrodoméstico • 289

Con paso firme hacia la democracia • 292

Una inesperada y trágica intoxicación masiva • 294

Una lógica evolución en la alimentación • 296

Las celebraciones familiares • 298

La Academia de Gastronomía, las guías de viaje y las estrellas Michelin • 298

Otros establecimientos con solera • 302

RECETAS • 309

Índice de recetas y cocktails • 369

Bibliografía • 371

Agradecimientos • 379

Introducción

En *Recetas de la Transición* abordo la gastronomía y las costumbres españolas desde la década de los sesenta hasta 1982. Al igual que hice con el anterior libro, *Recetas de guerra*, me empapo de la vida social de aquellos años y recreo decenas de recetas que eran típicas de la época. Aunque el foco principal lo situemos en los convulsos, interesantes e importantes años de la Transición, he querido incluir la década de los «felices sesenta», cuando es palpable la alegría y la evolución de la sociedad española tras los avatares de la dura y larguísima posguerra.

En los años cincuenta y sesenta mi madre comenzó a escribir su libro manuscrito de recetas en el que me he inspirado. Mi objetivo es recuperar muchos de aquellos platos de los años sesenta, setenta y ochenta. Algunas de esas recetas son de mi madre o de mis abuelas; otras, de los grandísimos chefs que ya destacaban en nuestro país; o de importantes hosteleros que, con sus restaurantes y su buen hacer en los fogones, marcaron una época y sirvieron, en muchos casos, de sustento y aliento de políticos para conseguir aquella deseada Transición.

He querido mantener la esencia de cada cocinero en el que me inspiro. Cada uno redacta las recetas a su manera y eso lo he querido preservar. He intentado recrear su plato y fotografiarlo ambientándolo con revistas y objetos de aquella época. La casa de mis padres ha sido una gran ayuda para

ello, pero también, como ocurrió en el libro anterior, me he aprovechado de objetos que me han dejado familiares y amigos. He vuelto a bucear en puestos de rastros y mercadillos... Durante casi un año me he nutrido de historias, recuerdos y vivencias de quienes vivieron aquellas etapas. La biblioteca gastronómica de mis padres ha sido indispensable para indagar en las costumbres culinarias de entonces.

También he procurado incluir en estas páginas cada rincón de nuestro país. Investigando cocinas regionales o nombrando restaurantes, pastelerías, bares, etc., de distintos puntos de nuestra geografía que, por distintas razones, he considerado que debían estar aquí. Es imposible nombrar a todos; solo espero y deseo que mi selección particular os permita recuperar aquellos sabores de la cocina más emocional.

Este libro es un homenaje a mi madre y a todas las amas de casa de aquella generación. Pero también a muchos padres que, como el mío, trabajaron y avanzaron en la cultura del esfuerzo, sin despistar los valores y principios familiares. Esos que me han llevado hasta aquí. Quiero honrar a esa generación silenciosa, padres de los «boomers» y los «X», que son nuestros abuelos de ahora y que sembraron en nosotros las semillas de la disciplina, el respeto y la lealtad. Porque somos lo que comemos, pero no solo nutricionalmente. La cultura gastronómica, las sobremesas, las largas conversaciones en las cocinas, los recetarios familiares, las escapadas al campo a coger caracoles o cangrejos de río, sin pantallas ni aplicaciones de por medio, pueden marcar tanto o más que los momentos históricos que nos toque vivir.

De eso trata este libro: de los sabores de entonces, de los recuerdos, de la nostalgia, de la cocina emocional y, por supuesto, de los avances de la gastronomía en España. Fueron tan importantes para la sociedad como los hechos históricos y políticos que tuvieron lugar.