

# La grieta culinaria: el pescado da batalla a la carne para conquistar el paladar argentino

Cada argentino come 7,1 kilos al año y un grupo de cocineros busca impulsar su consumo y diversificar la dieta nacional; los nutricionistas destacan sus virtudes

DOMINGO 30 DE JULIO DE 2017

[Soledad Vallejos](#)

SEGUIR +

LA NACION

239

**P**UERTO MADRYN.- Cordero versus langostino. El menú del almuerzo solidario de la décima edición del festival Madryn al Plato esconde una lucha culinaria que tiene raíces en nuestra rezagada cultura gastronómica de mar. Nadie quiere ponerlo en esos términos, pero

mientras que los 76 corderos a las brasas se despachaban sin descanso, el pescado o los langostinos al ajillo no corrían la misma suerte. Había que promocionarlos: "Estos langostinos son los mejores del mundo", vociferaba un cocinero.



*Mariscos, otro de los platos del encuentro.  
Foto: Rodrigo Ruiz Ciancia/ Madryn al Plato*

El consumo de comida de mar o río en la Argentina no sólo es bajo e irrisorio si se lo compara con el de la carne, sino que viene derrumbándose a paso lento desde hace dos años. En la mesa de los argentinos, y según el último informe de la consultora Investigaciones Económicas Sociales (IES), la ingesta anual de pescado por habitante es de 7,1 kilogramos, mientras que la de la carne vacuna ronda los 55 kilos. Ahora un grupo de cocineros busca alentar su consumo.

Mientras el consumo interno se retrae, las exportaciones del sector pesquero tuvieron el año pasado un récord absoluto: generaron 1699 millones de dólares, un 62% más que los ingresos que dejó al país la industria de la carne.

Hay un grupo de cocineros de distintas regiones del país que trabajan desde hace varios años para darle continuidad a la gran variedad de pescados que ofrece el Atlántico. "Basta de ojo de bife", ruegan los chefs que pretenden conquistar el

paladar de sus comensales con platos en los que la trucha, el salmón blanco, el mero, el lenguado, la merluza, la corvina, el abadejo, el besugo, las navajas, la panopea, las cholgas, las ostras, las almejas, los langostinos, los calamares, los caracoles y una lista infinita de especies tienen un lugar protagónico.

Gustavo Rapretti es el alma máter de Madryn al Plato y desde hace más de diez años trabaja para unir la grieta culinaria patagónica entre la Cordillera y el mar. En su restaurante, En mis fuegos, trata de imponer los productos locales a sus clientes, y en esa búsqueda intenta alentar el consumo de pescado. "Te doy un ejemplo. Hoy ofrezco salmón blanco y el comensal lo rechaza porque dice que la carne es seca, pero si está bien hecho nunca puede quedar así. Muchos no saben cómo tratar el pescado, el modo correcto de descongelarlo, el punto de cocción. Con las navajas [un bivalvo alargado y caparazón color marfil] tuve que insistir para que la gente se anime a probarlas. Nadie las conocía y por eso costó mucho que se pudieran vender. Cocidas en su punto son deliciosas; si se pasan quedan gomosas", cuenta.

Para la nutricionista Mónica Katz, hay barreras de todo tipo. "Culturales, de habilidades culinarias y de poder adquisitivo. La carne vacuna también está cara, pero si la gente hace un esfuerzo en gastar más seguro que por el pescado no hará el sacrificio." Sin embargo, los nutricionistas insisten porque, como dice Katz, "ningún otro alimento aporta los beneficios en cuanto al consumo de Omega 3, que disminuye los niveles de triglicéridos y colesterol, previene la formación de coágulos en las arterias, el Alzheimer y el Parkinson, entre otras". Para la experta, la gente incluye pescado en su dieta porque lo asocia con un plato liviano, sano y no siempre es así. Saludable no es lo mismo que *light*, recuerda Katz.



En el festival Madryn al Plato, se asaron 76 corderos. Foto: Rodrigo Ruiz Ciancia/ Madryn al Plato

b a c

La cocina del Martín Rebaudino siempre estuvo ligada al mar. Desde sus años en el restaurante Oviedo hasta hoy, al mando de su propia casa, Roux, en Recoleta. "La cultura pesa mucho. La gente sabe mucho de carne y casi nada de cómo elegir o preparar un pescado. Pero de a poco las cosas van a ir cambiando. Hace algunos años nadie en mi restaurante iba a pedir un pescado jugoso, y eso sucede ahora. La mayoría de los pescados son de cocción rápida y no deben cocinarse en exceso. Y cuando uno va a la pescadería tiene que saber algunas cosas. De ninguna manera debe tener olor fuerte. Si el pescado es entero, hay que prestarle atención a los ojos, que estén brillosos y saltones. Otro síntoma de que el pescado es fresco es la firmeza de la carne. Para darse cuenta, hay que hacer una ligera presión y la carne debe volver a su lugar. Se puede *freezar*, pero para descongelarlo hay que llevarlo a la heladera, nunca en agua porque pierde el sabor y la carne se desarma", repasa Rebaudino.

El cocinero Pablo Soto es de Comodoro Rivadavia. Participó en la última edición de Madryn al Plato y dice que la preferencia por la carne está presente en todas

las regiones del país. "Uno siente que rema contra la corriente. Creo que también faltan políticas de desarrollo para fortalecer el mercado interno. Todos hablan de la cocina peruana, por ejemplo, y puede ser una buena influencia para que nosotros hagamos lo mismo. En nuestros restaurantes trabajamos mucho para mostrar nuestros productos de mar, pero cuando la gente se sienta a la mesa termina pidiendo un ojo de bife. Dejemos de vender tanto lomo, pero también dejemos de vender salmón de Chile y ofrezcamos lo nuestro, como la trucha del lago Musters".

Para Anthony Vázquez, al mando de los fuegos del peruano La Mar, la Argentina es un país "mu generoso" en su costa. "La cantidad de productos no explotados es increíble. En los tres años que llevo acá no he hecho más que encontrar productos distintos, variados y en cantidad. Hoy en Perú se come mucho pescado, pero fue un trabajo que llevó muchísimo tiempo. Hay que aprovechar para hacer un giro y cambiar la forma de comer. Más legumbres, más frutas y pescados."

En esta nota:

[Gastronomía](#)