

## Importancia de la cocina francesa

La cocina francesa es reconocida a nivel mundial gracias a su alta calidad, platos exquisitos y muy refinados

La evolución de la cocina francesa

Por supuesto que la gastronomía francesa ha evolucionado a lo largo de la historia, se ha adaptado a cambios socios culturales importantes, modificando su forma de hacer manteniendo su esencia tradicional y se dice que es en Francia donde se dan los primeros pasos a la cocina vanguardista.

La variedad de platos autóctonos de cada región francesa, la diversidad de estilos que varían según la ubicación, la tradicionalidad en la preparación de las comidas de acuerdo a los ingredientes locales, de las estaciones, etc., no hace fácil unificar a la cocina francesa.

Ingredientes y productos de alta calidad y tan exquisitos como vinos, carnes, setas, quesos y muchos otros marcan la diferencia y ponen en la vanguardia a la gastronomía francesa debido a la alta calificación de la que gozan estos productos.

La cocina francesa es la más influyente en el mundo. Por sus técnicas ancestrales y su reconocimiento en relación a la creación de la brigade de cuisine. Ya sea por los nombres de los cortes de vegetales y carnes, por el Chef Paul Bocuse, quien junto a muchos otros chefs cambió la visión de la gastronomía mundial en los años 70, o el champagne, Francia ha dejado impregnada su huella en la historia de la Alta Cocina.

La gastronomía francesa está presente cada vez que un chef prepara una comida. Por ejemplo, para preparar salsas, mermeladas o derretir fácilmente el chocolate, se utiliza la técnica de Bain-Marie, más conocida como Baño María.

Al igual que en Perú, en Francia, la gastronomía juega un papel importante en el día a día de las personas. En los años 70 surgió la nouvelle cuisine, que buscaba darle un nuevo enfoque y presentación a las comidas, haciéndolas más livianas y delicadas..

Cuáles son los aportes de la cocina francesa?

Muchos de los aportes que a lo largo de la historia de la gastronomía ha proporcionado el arte culinario francés aún siguen vigentes y es que el servicio a la francesa, consiste en disponer en la mesa una variedad de platos para que los comensales se sirvan y disfruten al gusto de estos.

En la cocina francesa es común:

El uso de las salsas en las preparaciones de comida

Las especias, su uso prevalece en la cocina de la actualidad.

Los utensilios presentes en la mesa, en otrora se compartían y en la actualidad se han individualizado gracias a su diversidad y evolución.

La introducción de los buenos modales a la hora de comer, posturas, uso de los utensilios entre otros que han sido incorporados en el transcurrir del tiempo.

Mejoran las vajillas, piezas rústicas mejoradas con un recubrimiento de esmalte para dar un toque más elegante a la mesa.

El Roux, que resulta de mezclar harina de maíz o de trigo con cualquier grasa comestible y que sirve como base en la preparación de muchas salsas.

La creación de los coulis o jugos concentrados obtenidos de la cocción de carnes, verduras, vegetales o frutas para bañar los alimentos o para usarlas como base en la preparación de otros.

Nace el Puré y el mousse.

Surge el término Restaurant, que en un principio se trataba de la preparación de un caldo con las cualidades de restaurar a quien lo consumiera.

Se origina el servicio a la carta, vale decir plato por plato.

Eliminan la discriminación en el trato a los invitados comensales.

Surge una novedad en la cocción de alimentos, el braseado donde se somete al alimento a un proceso de dorado para luego terminar cociéndolo en una salsa.

Todos estos aportes se llevaron a cabo desde la edad media, pasando por el renacimiento hasta llegar al nacimiento de la restauración.

Bases de la cocina francesa:

Las carnes

En Francia, lo que predomina es la carne guisada o cocinada al horno. Y no solo se prepara carne vacuna, de oveja o de las aves de corral, sino que también se utiliza -con mucha frecuencia- la carne de animales de caza.

Algunos platillos recurrentes en la comida de los normandos (pueblo del noroeste de Francia) son: el cassoulet, guiso de frejoles blancos servido con pato confitado y carne de cerdo; y el gardianne de taureau, una especie de estofado con carne de toro.

Pescados y mariscos

En esta categoría están las ostras, que podemos encontrarlas en los restaurantes típicos; y los mejillones, cocinados al vapor junto con muchas salsas y diversidad de papas fritas. Un plato que destaca por sobre el resto es la bouillabaise, sopa deliciosa preparada con pescados de río y del mar Mediterráneo.

Verduras y frutas

El primer plato de toda comida francesa es una rica ensalada. Verduras como el zapallito italiano y berenjenas son muy usadas en el sur de Francia. Un ejemplo de ello es que la ratatouille es muy popular.

En cuanto a las frutas, en las regiones más tropicales del país, se pueden cosechar piñas, plátanos y mangos. Pero lo más resaltante son las mermeladas con sabores de membrillo, naranjas y mandarinas.

## Quesos

La variedad de quesos es muy amplia; sin embargo, podemos decir que hay para todos los gustos: suaves, duros o cremosos; de cabra, de vaca o de oveja. Los más conocidos son el Roquefort, el Brie, o el Camembert. En Francia existen más de 450 tipos de quesos y, de ellos, más de 300 tienen denominación de origen (label rouge), que se usa para identificar un producto cuya calidad depende únicamente de la geografía en la que crece o se prepara.

## Vinos

Francia es el primer productor de vinos del mundo. Gracias a los viñedos de Bordeaux y Bourgogne, los franceses han posicionado esta bebida entre las más requeridas y caras en los restaurantes más importantes del mundo.