

Las conservas, un "fondo de despensa" imprescindible

www.abc.es / 09 abril 2013

Las conservas constituyen el equivalente gastronómico del "fondo de armario" del vestir: básicos imprescindibles que "sacan del apuro" y ofrecen "buenos resultados y apetecibles", defiende el cocinero Pepe Solla, con una estrella Michelin.

"Son un gran recurso para cocinar platos sencillos y ricos en poco tiempo y para salir del paso cuando llega un invitado inesperado a casa", sostiene el cocinero de Casa Solla, en Pontevedra, que hoy lo ha puesto en práctica en un "showcooking" en el XXVII Salón de Gourmets patrocinado por conservas Cuca.

En apenas una hora, el chef gallego ha elaborado los platos mejillón escabechado con ajo blanco, navajas con ceviche cremoso, empsalada de bonito -una combinación de ensalada y empanadilla-, bocata de anchoa y queso, melva con pilpil de algas y acelgas, zamburiña viajera "san choi bau", empanadilla de sardina con mojo picante y huevos, patatas y berberecho con trufa.

"Ahora que las despensas son pequeñas, las conservas vienen muy bien porque ocupan poco espacio y se mantienen durante mucho tiempo", ha explicado el cocinero.

En unos días en los que se ha hablado mucho de la fecha de caducidad de los alimentos, Pepe Solla ha explicado que, "al igual que algunos vinos evolucionan con los años en las botellas, en las latas pasa lo mismo porque los sabores se integran más". Aprovechar los líquidos de conservación, como el escabeche, es otro truco que sugiere.

En su "fondo de despensa", según ha explicado hoy a Efe, no faltan "dos conservas de marisco y dos de pescado, teniendo de cada una de ellas una al natural y otra cocinada". Además, se ha confesado un "enamorado de las sardinas enlatadas", ya que permiten consumir este saludable pescado azul, de temporada limitada, todo el año.

Solla también ha destacado la evolución en calidad de las conservas españolas, que utilizan cada vez "mejores ingredientes, como el aceite de oliva, y mejor materia prima", algo que "define al producto español que, a lo mejor no puede competir por precios, pero sí por calidad frente a otros enlatados".