

# Las especias: sabores que definen la gastronomía

Christl Scholz Ramírez

## RESUMEN

No cabe duda que sin las especias cocinar sería, más que un gusto, una obligación, ya que gracias a ellas se crea gran variedad de platillos con diferentes sabores, texturas y colores.

Por definición, las especias son sustancias vegetales aromáticas, cuyos sabores y olores —perfumados o picantes—, sazonan los platillos de todas las cocinas a nivel internacional.

Su nombre proviene del latín *species*, palabra con que nuestros ancestros identificaban la mercancía selecta. Desde tiempos remotos, fueron utilizadas por varios pueblos del mundo para condimentar sus alimentos y bebidas. La especia más antigua de la que se tiene referencia aparece en la «Biblia»: es la canela; pero también se cree que fue en Oriente donde se originaron las especias más valiosas, como el jengibre y clavo. Asimismo, los

huertos de pimienta de la India pueden considerarse como primitivas regiones productoras de especias.

Cada zona del planeta aporta sus secretos gastronómicos para que la industria alimentaria cuente con los sabores, aromas y sensaciones que éstos brindan al ser agregados a una receta para conseguir alimentos apetecibles y llamativos al paladar. Al conocer estos valiosos elementos que proporciona la naturaleza, nuestros horizontes culinarios se extienden y nuestra imaginación se despierta, ante la grandeza de las especias y su aportación en la historia de los platillos típicos de cada país del mundo.

## ABSTRACT

### **SPICES: FLAVORS WHICH DEFINE GASTRONOMY**

It cannot be denied that without spices, cooking would be more an obligation than a pleasure, however thanks to these spices a great variety of dishes can be created with different flavors. Spices are by definition aromatic, vegetable substances whose flavors and aromas, perfumed or piquant, serve to season dishes of all international cuisines. The name comes from the latin *species*, a word our ancestors associated with select goods since remote times, they were used by various peoples of the world to season their food and drinks. The earliest reference is to cinnamon which appeared in the bible but it is be-

lieved that it was in the orient where the most valuable spices originated such as ginger and cloves. Similarly the pepper gardens from India can be considered as primitive regional producers of spices.

Each zone of the planet contributes its gastronomic secrets allowing the food industry to count on flavors, aromas and sensations which spices provide when they are added to each recipe to obtain tempting and attractive dishes for the palate. Due to the knowledge of these valuable elements, which nature has given us, our culinary horizons are extended and our imagination is awakened when faced with the magnificence of spices and their contribution to the history of typical dishes from every country in the world.

## ANTECEDENTES HISTÓRICOS

**S**in pretender realizar una descripción exhaustiva de las especias, es importante destacar que han sido utilizadas, con múltiples fines, desde tiempos inmemorables. La primera descripción documentada acerca de su uso en la cocina, data del año 2600 a.C., en Egipto. Especias fragantes (anís, cassia y canela) sirvieron para el embalsamamiento de cuerpos de personajes ilustres. Otras evidencias históricas demuestran que los egipcios utilizaban también ciertas especias en productos medicinales,

cosmetología, perfumería y fumigantes contra insectos, plagas y serpientes; pero un dato interesante es que la especia más utilizada en esta civilización —mencionada en los papiros egipcios bajo el término griego *Kinnamomon*— era la canela.

Muchas de las especias utilizadas en el mundo antiguo provenían de los países asiáticos; su transporte y comercialización hacia otras regiones dio origen a un próspero negocio para diversos pueblos. Durante varios años, las especias fueron uno de los artículos más apreciados y caros de la época; normalmente se guardaban en cajones o arcones bajo llave, ya que representaban un gran tesoro.

Gracias a su estratégica ubicación geográfica, Arabia poseía el control de dicho negocio. Durante mucho tiempo, los mercaderes árabes detentaron prácticamente un monopolio sobre la comercialización de las especias de la zona.

La búsqueda de especias tropicales jugó la parte más importante de la historia mundial, ya que estimuló la exploración y el descubrimiento del Continente Americano y dio inicio a la apertura de los países del Este hacia la civilización y mercado de los países del Oeste.

Posteriormente, los portugueses lograron llegar a Oriente abriendo nuevas rutas para la comercialización de las especias. En consecuencia, en el siglo XV, Portugal y España controlaron el comercio de Oriente y Occidente, respectivamente. A finales de ese siglo, Holanda e Inglaterra se enfrentaron en una guerra —conocida co-

mo «Guerra de las Especias»— para apoderarse del monopolio, pero finalmente los ingleses fueron relegados.

A fines del siglo XVIII, debido a su abundancia, sus costos bajaron, por lo que la gente podía preparar las recetas cotidianas con todo tipo de especias. Así nacieron gran variedad de exquisitos platillos, considerados como típicos de cada país, hasta que lograron ocupar el lugar esencial que tienen hoy en la gastronomía mundial.

La mayoría de las personas considera que las especias se han utilizado principalmente como condimento en la cocina, pero esto no siempre ha sido así. En la Antigüedad se utilizaban para conservar los alimentos en unas salsas muy condimentadas, y a veces para enmascarar el efecto de descomposición de las carnes; también tuvieron gran valor como ingredientes básicos para la fabricación de incienso, ungüentos, perfumes, antídotos, cosméticos, medicinas; además de su uso intensivo para embalsamamiento de cuerpos. Su utilización en la preparación de alimentos fue y es ilimitado. En el siglo I d. C., en Roma, el empleo de especias tuvo, por primera vez, un incremento notable para proporcionar sabores característicos a los platillos.

## ORIGEN Y CLASIFICACIÓN

Muchas especias se originaron en el Oriente, principalmente en la franja latitudinal entre 250° al Norte y 100° al Sur del Ecuador. En los trópicos asiáticos han surgido especias como la pimienta negra, canela, clavo, jengibre, cardamomo, cúrcuma, nuez moscada, entre otras; del trópico americano son originarias la pimienta gorda, vainilla y diversos tipos de chiles. El área mediterránea, incluyendo el Norte de África, ha contribuido con muchas de las especias culinarias, como la semilla de cilantro, comino, mostaza y azafrán. Las regiones frías del Norte de Europa y Asia han aportado pocas especias, entre ellas: la alcaravea y semilla de rábano.

Existen varios métodos para clasificarlas. De acuerdo con sus propiedades, se distinguen tres grupos: condimentos estimulantes (pimienta negra, chile, ajo, mostaza...); especias aromáticas (anís, cardamomo, canela, clavo, jengibre...); especias que proporcionan color (azafrán, páprika y cúrcuma). La clasificación según la familia botánica de la cual provienen las plantas ha causado ciertas confusiones, ya que los nombres científicos son difíciles de asociar con los nombres cotidianos.

Definitivamente, la mejor clasificación resulta de la zona específica de la planta de la cual se obtiene el producto final:

1. *Raíz o bulbo*: cúrcuma, raíz fuerte y jengibre.

2. *Corteza*: canela y casia (canela china).
3. *Semilla*: achiote, ajonjolí, comino, cardamomo, mostaza y nuez moscada.
4. *Flor*: alcaparra, anís estrella, azafrán y clavo.
5. *Fruto*: pimienta y vainilla.

## USO Y DESCRIPCIÓN

El uso y la aplicación de las especias depende de la tradición culinaria del pueblo y su gusto para condimentar ciertos platillos. Es cierta la frase que afirma: «Si quieres entender a un país o cultura, conoce su gastronomía, tradiciones, historia y su gente».

La gastronomía de un pueblo es, indiscutiblemente, el reflejo de su identidad, debido a que la alimentación proyecta el desarrollo de cada civilización. Por ejemplo, en la Cocina Oriental, el jengibre es un elemento indispensable; mientras que en la Cocina Mexicana casi no se usa y se emplean otras especias: comino, clavo, achiote... Cómo no identificar a México cuando escuchamos la palabra «mole», esa combinación de ingredientes y gran variedad de especias que caracterizan a este exquisito platillo de la Cocina Mexicana.

En la aplicación de las especias, cabe destacar que su empleo colabora a aromatizar y a proporcionar un sabor característico a cada platillo, por lo que es necesario no abusar de ellas; siempre debe lograrse un equilibrio

para degustar los sabores que nos ofrece cada aportación culinaria.

A continuación, se describen algunas de las más utilizadas en la cocina internacional:

- **CANELA:** *Cinnamomum Verum Zeylanicum*. Lauráceas. Originaria de Sri Lanka, empezó a cultivarse después en Madagascar, India, Brasil y Malasia. Esta corteza se obtiene de las ramas de los arbustos del género *Cinnamomum* que son leñosos y aromáticos. Cuando está seca y desprovista de la epidermis, la corteza interna se enrolla formando un tubo, que en su primera fase es de color blancuzco y, después, al secarse, es café. Su sabor es dulce, amaderado y picante. Se encuentra comúnmente entera o molida.

- **PIMIENTA NEGRA O DE CASTILLA:** *Piper Nigrum*. Piperáceas. Hoy en día se cultiva en la India, Malasia, Madagascar, Brasil, etcétera. Es considerada la especia más utilizada en Occidente; antiguamente se apreciaba de tal manera, que su valor era el de una onza de pimienta por una onza de oro. Durante siglos se utilizó como dinero y en la Edad Media se empleaba para pagar intereses, dotes e impuestos. Tanto la pimienta blanca, como la verde y rosa, son bayas de la misma planta, recogidas durante diferentes estados de madurez: es importante mencionar que la blanca se logra al recoger las bayas maduras y perder éstas su epidermis, después se dejan secar al sol hasta obtener una pimienta de color crema. Su sabor es picante, refrescante y ligeramente amade-

rado. Se encuentra entera o molida; pero se recomienda no comprarla en polvo, ya que pierde su aroma y sabor fácilmente.

•CLAVO: *Eugenia Caryphyllata*. Mirtáceas. Es de las especias más conocidas en el mercado. Las primeras referencias del clavo aparecen en la antigua literatura china: para conservar un aliento agradable, los cortesanos y Oficiales de Estado, debían llevar en la boca algunos clavos de olor al dirigirse al emperador. También como dato curioso es interesante señalar que, en la Edad Media, la gente más acaudalada lucía en el cuello, naranjas pinchadas con clavos en la creencia de que así evitaban el contagio de la peste. Actualmente, el clavo se cultiva en Tanzania, las Antillas y Malasia. El clavo es un capullo cerrado de un arbusto perenne; los brotes se ponen a secar al sol, en donde pierden dos terceras partes de su grosor y se vuelven de color marrón. Su sabor es picante, ácido, amargo y fuerte. Se encuentra entero o molido.

•NUEZ MOSCADA/MACIS: *Myristica Fragans*. Mirtáceas. La *Myristica Fragans* es la única planta que produce dos clases de especias: la nuez moscada y el macis. La nuez moscada es el grano de la semilla, posee forma ovalada o redonda; mientras que el macis es la corteza de color escarlata que envuelve al hueso que contiene la nuez moscada. Es originaria de las Islas Molucas y se cultiva principalmente en Filipinas, Sri Lanka, Malasia y la India. Se sabe que en tiempos pasados, se ordenó desde Ámsterdam al gobernador holandés en Indonesia,

quemar los árboles de nuez moscada y plantar en su lugar macis, por su mayor precio, desconociendo que de la misma semilla se obtenían los dos productos. La nuez moscada y el macis poseen aroma y sabor similar, aunque el segundo es más refinado y suave. El aroma es agradable, perfumado, picante, cálido y fresco. Las semillas pierden rápidamente su olor al abrirse, por lo que se recomienda comprarlas enteras y rallarlas cuando se necesite.

- **COMINO:** *Cuminum Cyminum*. Umbelíferas. El comino fue utilizado muchos años antes de Cristo por los romanos, como sustituto de la pimienta, por su sabor picante. Es originario de Egipto y actualmente se cultiva en el Norte de África, Asia, Irán, India, China e Indonesia. Los frutos se cortan cuando las semillas empiezan a colorearse de amarillo, y después se secan al sol. El comino es ligeramente amargo y de sabor persistente, de forma ovalada y tiene estrías longitudinales; su color es café tabaco y se caracteriza por su poder digestivo. Las semillas de comino son un elemento indispensable en los *currys* hindúes. Se encuentra entero y molido.

- **VAINILLA:** *Vainilla Planifolia*. Orquidáceas. «Cuando Hernán Cortés llegó a México (...) fue invitado por Moctezuma a probar una bebida, servida en vasos de oro y preparada a base de cacao, vainilla y miel. La vainilla fue llamada “Reina de las Especies”, por su delicado

sabor»<sup>1</sup>. Más tarde, los españoles empezaron a exportar el fruto y le otorgaron el nombre de vainilla, que quería decir *vaina*, en diminutivo. Es originaria de América Central, México, Puerto Rico y Madagascar. Su sabor es agradable, fragante y dulce. El fruto se cosecha antes de que obtenga la madurez, para evitar que se pierdan las semillas que colaboran al aroma. Después, se someten a una fermentación hasta obtener el color café oscuro. Llegan a medir hasta 15 centímetros de largo. Se encuentra en vaina o esencia.

## MEZCLAS DE ESPECIAS

También existen las mezclas de especias, utilizadas en varias cocinas a nivel internacional para sazonar diferentes platillos. Tal es el caso del *curry*: se le conoce desde hace siglos y se ha convertido en una mezcla clásica de la Cocina India. Se compone generalmente de cúrcuma, comino, cardamomo, jengibre, pimienta negra, semillas de cilantro, clavo, entre otras; la base es, definitivamente, el cúrcuma (al que se debe el color amarillo predominante) y se le agregan hasta siete especias diferentes, por lo que existen diversas variantes de *currys*.

1 Fray Bartolomé de Benavente Motolinia (1969). *Memoriales o Libro de las cosas de la Nueva España*, p. 213.

De gran importancia en China y Vietnam, es el *polvo de cinco especias*, que contiene como principales ingredientes: canela, anís estrella, clavo, pimienta y semilla de hinojo; también puede incluir jengibre y cardamomo.

Otra mezcla es el *garam masala*, característico de la Cocina India. La palabra «masala» significa mezcla de especias —aunque también hace referencia a la composición aromática de un plato—, por lo que para llegar a ser un excelente cocinero en la India es indispensable ser un buen «malsachi» («mezclador» de especias). El *garam masala*, se compone tradicionalmente de: laurel, canela, semilla de cilantro, comino, pimienta negra y cardamomo. Existen muchas variedades picantes que, en mayor o menor medida, incluyen hasta doce especias como: clavo, macis, mostaza, chile, cúrcuma, entre otros.

El *quatre-épices*, es un célebre preparado francés, cuyo nombre significa «cuatro especias»; su base es la pimienta. Se utiliza generalmente en estofados y charcutería. Sus ingredientes son: pimienta negra, clavo, nuez moscada y jengibre.

Podríamos enumerar cientos de mezclas de especias, como: la *scappi*, de Italia; el *mélange classique*, de Francia; el *gomasio*, de Japón...

## ALMACENAMIENTO

Conforme pasa el tiempo, las especias quedan expuestas a diversas alteraciones que influyen en su calidad. Esto repercute, positiva o negativamente, en el resultado final del platillo. Por ello es importante conocer el correcto almacenamiento de las especias. Deberán tomarse en cuenta los siguientes aspectos:

1. Almacenarlas en un lugar seco y fresco, sobre todo cuando están molidas, ya que la molienda favorece la volatilización de los aromas. Es recomendable molerlas a medida que se utilizan a fin de conservar su sabor original.

2. Para que no pierdan las propiedades que las hacen tan atractivas por meses y hasta por años, es necesario almacenarlas en recipientes herméticos.

3. Las especias frescas pueden conservarse en el refrigerador, envueltas en papel absorbente, dentro de una bolsa de plástico cerrada para evitar que se deterioren.

4. Cuando se almacenan correctamente, la mayoría de las especias se conservan en buen estado en forma entera y deshidratada, dependiendo de su naturaleza; por ejemplo: mientras que el pimentón pierde su calidad a los tres meses, el comino, anís o semilla de cilantro tienen una vida de dos a tres años; la pimienta, jengibre, cardamomo, nuez y canela suelen mantener su calidad hasta por cinco años.

5. Es un hecho que las altas y bajas temperaturas afectan directamente a las especias. Es conveniente utilizarlas dependiendo de su naturaleza.

6. Es importante tomar en cuenta que algunas especias como el anís, nuez moscada, pimienta, mostaza, entre otras, pierden su sabor con la congelación, por lo que se recomienda agregarlas después de descongelar el platillo.

Como conclusión puede afirmarse que las especias son una parte fundamental de los sabores de la gastronomía mundial. Cada lugar aporta lo suyo para que la industria alimentaria cuente con gran variedad de sabores, sensaciones y aromas conjugados en cada receta para conseguir alimentos apetecibles, originales o llamativos.

Por muchas razones, el conocer cada una y apreciar su exquisito aroma, ayuda a enriquecer nuestros platillos; pocos alimentos, como las especias, han cambiado radicalmente la comida a lo largo de la historia de la humanidad.

También debe recordarse que estimulan el apetito, y que su amplia variedad de sabores y aromas ofrece un abanico de posibilidades al cocinero creativo, así como muchas experiencias gratas al comensal.

Las especias son parte del secreto de muchas preparaciones culinarias. Aprovechar sus virtudes es la base del encanto, y la mejor noticia es... que todos las tenemos a nuestro alcance.

## BIBLIOGRAFÍA

- Bailey, Adrian (1990). *Cook's Ingredients*. New York: Reader's Digest Association.
- Bevavente Motolinia, Fray Bartolomé de (1969). *Memoriales o Libro de las cosas de la Nueva España*. México: Porrúa.
- (1995). *Food Lover's Companion*. New York: Barron's.
- Garland, Sarah (1989). *Gran libro de las hierbas y especias*. Barcelona: Editorial Blume.
- (1999). *Guía completa de alimentos*. Canadá: Könemann.
- Hebbeñ, S. (1980). *Las especias*. Chile: Editorial Fundación Chile.
- Kenji, Hirasa (2002). *Ciencia y tecnología de las especias*. España: Acribia.
- Lambert Ortíz, Elisabeth (1992). *The Encyclopedia of Herbs*. New York: DK Publishing.
- Norman, Jill (1990). *El gran libro de las especias*. Madrid: El País.
- Tainter, Donna y Grenis, Anthony (1996). *Especias y aromatizantes alimentarios*. España: Acribia.

Copyright of Hospitalidad ESDAI is the property of Universidad Panamericana and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.