

# Innovación en la gastronomía desde el placer de la alimentación y la nutrición: un caso ejemplar desde Segovia

Rafael Urrialde

Departamento de Genética, Fisiología y Microbiología. Facultad de Biología. Universidad Complutense de Madrid. 28040. Madrid. España.

La alimentación ha tenido un objetivo de funcionalidad para aportar nutrientes y otras sustancias con posible efecto fisiológico, pero siempre englobada con aspectos culinarios que aportaban y modificaban la palatabilidad de los alimentos y bebidas para dar placer en la degustación de los alimentos y hacer también que la alimentación pudiera adquirir la faceta de satisfactoria. Además de estos aspectos, y sobre todo cuando entran en juego otros factores como las celebraciones, restauración y en el siglo XX el desarrollo económico, la sociabilidad adquiere un ámbito prioritario en los aspectos relacionados con la alimentación, la nutrición y la dietética<sup>1</sup>.

Por tanto, el paso en la evolución de la alimentación es claro, aunque siempre de forma paralela han ido de la mano alimentación y gastronomía, con un valor de nutrición indirecta por conocimiento de datos observacionales. Desde los últimos 70 años se ha pasado desde unas fases de garantía de la higiene y la seguridad alimentaria acompañadas de una innovación continua en los aspectos de la gastronomía, un ejemplo de ello es Segovia, con un fuerte grado exponencial de crecimiento entre los años 1950-1990, hacia unos periodos en los que la tecnología primaba y la nueva cocina de creación de diseño, para posteriormente potenciar los valores nutricionales e información nutricional con unos resultados finales de recuperación de los valores tradicionales, sobre todo en la preparación de los aspectos culinarios dentro de la gastronomía<sup>2</sup>.

En el caso de Segovia, estandarte de la cocina y gastronomía en España en los años 50-90, antes del surgimiento de una nueva gastronomía basada en los elementos, parámetros y valores de la cocina sobre los aspectos denominados de sala (como se conocía a mediados de los años 50 al comedor, incluso había los llamados jefes de sala) en el resto de España, se inició todo un cambio muy sustancial, tanto en la forma como en el modo de llevar a cabo las recetas culinarias, junto con la innovación de platos, la incorporación de la nutrición en base a datos observacionales, hizo que se plasmará una

nueva de activación en la innovación desde la cocina hacia la mesa, frase de total actualidad en estos momentos y que era un argumento potencial en los años 50, 60 y 70 en los restaurantes de Segovia, sobre todo en el Mesón de Cándido, tomando todo el protagonismo la figura del cocinero, del jefe de cocina.

Existen en Segovia dos ejemplos claros en este sentido, los *Judiones de la Granja* y el *Cochinillo Asado* de Segovia, que desbancó claramente al cordero asado y posteriormente veremos por qué.

En el caso de los *Judiones de la Granja*, leguminosa que no se consumía en los años 50, fue en 1955 cuando para un banquete, el Jefe de Cocina del Mesón de Cándido con su innovación creó este plato, no sin las posibles críticas de expertos, pero que quedaron minimizadas por el éxito del mismo y las felicitaciones de los comensales que lo degustaron<sup>3</sup>. Hoy es un plato que no puede faltar en ninguno de los restaurantes de Segovia capital y provincia, e incluso que ha evolucionado con otros ingredientes y presentaciones, y en otras regiones, teniendo como base la legumbre pero variando el acompañamiento para realización de un plato totalmente diferente, como pueden ser almejas, hongos, ensalada... La receta original y mantenida con la denominación del plato como *Judiones de la Granja*, y el único reconocido como tal dentro de la marca de garantía del *Judión de la Granja*<sup>4</sup>, es con el concepto de valor energético y nutricional que se tenía en el momento de su creación y que claramente, en una zona como era Segovia, mayoritariamente agrícola y ganadera, era totalmente justificada. Además, la receta, tanto a nivel de contenido de proteínas, como de hidratos de carbono de absorción lenta, de fibra y grasa, tanto saturada como monoinsaturada y poliinsaturada, estaba balanceada. Aunque uno de los aspectos que se deben anular durante la cocción son los efectos de los disacáridos no digeribles y que pueden generar cierto grado de flatulencia.

Este plato basado en la especie *Phaseolus coccineus* L, traída de Latinoamérica en los viajes de América del sur, se creó para cubrir las necesidades nutricionales y dietéticas que tenía la población en ese momento, los años 50, sobre todo por combinación de alimentos para un aporte nutricional. Como en invierno se conseguía con los típicos cocidos, guisos o potes, un aporte energético adecuado para ese periodo de finales de la primera mitad del siglo XX. Hay que señalar que el plato fue creado y

**Correspondencia:** Rafael Urrialde.  
Departamento de Genética, Fisiología y Microbiología.  
Facultad de Biología. Universidad Complutense de Madrid.  
28040. Madrid. España.  
E-mail: rurriald@ucm.es

desarrollado en los fogones de la cocina del restaurante "Mesón de Cándido" de prestigio nacional e internacional, y por un líder de la restauración desde el desarrollo profesional bajo los valores de ser un gran cocinero como fue Tomás Urrialde. Indiscutiblemente visionario sobre la utilización de las legumbres dentro de la gastronomía y la alimentación, cuando en ese momento y posteriormente estuvieron totalmente denostadas.

A su vez, en este caso, como en el del *Cochinillo de Segovia*, queda patente que se liga el plato a una comarca de donde es originaria la producción local del ingrediente principal: el judión, y que ha implicado, junto con el entorno y los monumentos históricos de la zona, que sea la Granja de San Ildefonso reconocida de fama mundial. El plato denominado *Judiones de La Granja*, coloquialmente como se conoce a una parte Real Sitio de San Ildefonso, donde se encuentran sus famosas huertas, región de excelencia del cultivo, ha hecho que en el año 2014 a la legumbre se le otorgara, a través de los Amigos del Judión de la Granja, la marca de garantía<sup>4,5</sup>.

Respecto al otro plato, que es conocido a nivel mundial y que supuso un cambio en la concepción de la gastronomía de Segovia, el *Cochinillo de Segovia*. Como en otras ocasiones, fue el cambio de prepararlo y la forma de presentarlo lo que generó todo una revolución de éxito incalculable de la gastronomía segoviana; ello conllevó un cambio sustancial en el modo, sobre todo por el ritual, de presentar el cochinillo y una modificación sin parangón en todos los hábitos de la restauración segoviana. Además, en el año 2002 consiguió también la marca de garantía *Cochinillo de Segovia*<sup>6,7</sup>.

Hay que reseñar que este plato siempre se ha acompañado con ensalada, pues es una forma, gracias a la fibra, sobre todo a partir principalmente de la lechuga y del tomate, y en ciertos casos también de la cebolla blanca, de facilitar el proceso de vaciado y eliminación de los ácidos grasos en el estómago y en el tracto intestinal. Lo que, en la gastronomía en Segovia y su provincia, es típico en los asados, ya que por aspectos observacionales y desde el ámbito de la ayuda fisiológica, se instauró en las comidas de la zona como una forma clara de compartir simultáneamente en la mesa los dos platos: asado y ensalada. Como se puede conocer hoy en día, la circunstancia tiene un efecto medible por la acción de la fibra en la facilitación de la eliminación de ácidos grasos saturados y de ácidos grasos conjugados, sobre todo en el caso del cordero asado.

Como en el caso de los *Judiones de La Granja*, El *Cochinillo Asado de Segovia* es una comida de gran aporte energético, aunque menor que en otros asados de porcino típicos de otras zonas, por la edad que tiene que tener el cochinillo al ser asado o cocinado. Pues solo, al igual que el cordero lechal, deben haber sido alimentados con lactancia materna, durante 21 días y 35 días, respectivamente<sup>6,7,8</sup>. Al no haber comido otro tipo de alimento, tiene un sabor muy equilibrado y sin ninguna desviación de sabor originada por nutrientes o sustancias que provengan de otros alimentos distintos a la leche materna, que dan sabor a la carne de más edad de estos animales, co-

mo por ejemplo grasa saturada o en el caso de los rumiantes los ácidos grasos conjugados.

En todas las prácticas culinarias siempre se han podido aplicar procesos de investigación desarrollo e innovación, tanto en la composición de los platos como en los procesos de elaboración y sobre todo a mediados del siglo XX. Muy concretamente en España, y específicamente en Segovia, se empieza a innovar en la forma de presentación de los mismos. Se desarrollaron conceptos y elementos, a veces basados en los grandes ágapes y banquetes medievales reservados para la corte y personas con gran nivel económico, para generalizar los mismos en restaurantes y llegar al máximo grado de espectacularidad. Este es el caso de la imagen que cambió por completo la forma de presentar el *Cochinillo Asado de Segovia*, y que en concreto fue gracias al cambio en la forma de asar y presentar el mismo, incluyendo el ritual con las andas donde se portan cuatro cochinillos sobre ramas de tomillo prendidas al fuego, y partiendo los mismos con el borde de un plato a la vez que se recitaba un poema enmarcado en la historia de la ciudad de Segovia.

Como en el caso anterior de los *Judiones de la Granja*, la fama del *Cochinillo Asado de Segovia* ha permitido conocer a Segovia desde varios ángulos como son la gastronomía, sus monumentos históricos y la cultura en general. Posibilitando además la creación de todo un desarrollo agrícola y ganadero basado en la producción de alimentos para ser degustados en sus innumerables restaurantes.

El inicio del desarrollo del ritual conocido a nivel mundial, surge, gracias a documentos del propio Tomás Urrialde, de una forma casual pero comprensible dentro de las figuras de la gastronomía de la época de los años 50 en Segovia, donde la innovación era un eje prioritario. El documento de valor histórico, escrito en el año 2001 y titulado: "Por qué ganó la partida el cochinillo al lechazo"<sup>9</sup> recoge que: "*todo aquel que decida visitar Segovia se quedará perplejo y maravillado al comprobar, el encanto de pasear por sus calles, visitar sus magníficos monumentos y detenerse unos momentos delante del Acueducto para admirar su grandeza y solidez; una construcción que, desde la segunda mitad del siglo I a. C., ha permanecido como testigo viviente del devenir de la historia*".

Este no es el único encanto que tiene esta ciudad castellana, sino muchos más que hacen que al Acueducto y a la ciudad vieja en el año 1985 la Unesco la inscribiese como Patrimonio de la Humanidad<sup>10</sup>. Su afamada gastronomía, avala a Segovia como uno de los lugares de paso obligatorio para todos aquellos amantes del buen yantar. Pero, sin duda alguna, es el cochinillo asado la carta de presentación que le ha abierto las puertas de la cocina internacional allá donde quiera acudir. Este plato típicamente segoviano posee, una presentación, una simbología y un ritual que se han ido fraguando y perfilando con el paso del tiempo. Para este ritual, según relata Tomás Urrialde, con la inestimable colaboración de Juan Garaballa, Petronilo Pérez-Escorial y el indiscutible buen hacer de Cándido, hicieron posible la imagen y el prestigio internacional que caracterizada este manjar segoviano.

Todo comienza a finales de la década de los cincuenta, a la vez que se empezaba a utilizar el color en los diferentes trabajos fotográficos. Juan Garabella, reconocido fotógrafo de la casa García Garabella de Zaragoza se trasladó a tierras de Castilla, concretamente a Segovia, con el objeto de realizar un reportaje sobre el museo de la Catedral. Su importancia, en esta historia es fundamental ya que fue el pionero de comercializar y difundir por la geografía las postales de platos regionales gastronómicos. Ya había fotografiado con un éxito rotundo la paella valenciana, la fabada asturiana y pensó en el cochinillo segoviano como su próxima reproducción a inmortalizar tras el objetivo de la cámara.

En palabras del propio Tomás Urrialde, indica que este ejercía labores profesionales como Jefe de Cocina del "Mesón de Cándido" y su padre y maestro, Fidel Urrialde, realizaba las mismas tareas en el Restaurante Duque. Su padre, al enterarse del cambio que estaba a punto de producirse, le preguntó cómo estaba haciendo para seguir él los mismos pasos.

El cochinillo, tal y como hasta entonces se asaba tradicionalmente, era boca arriba y abierto, incluida la cabeza. En opinión de Juan Garabella, la presentación le parecía poco fotogénica y poco agradable a la vista debido a la disposición del animal. Juan Garabella propuso, una nueva imagen del cochinillo; una que había visto en una representación de la última cena, posiblemente la que existe en Santa María de Los Reyes (Laguardia)<sup>11</sup>, en la que, como en varias de la comarca de la época medieval aparece representado en el centro un cochinillo asado. El manjar estaba dispuesto de forma redonda, mirando boca abajo y sin ser partido por la parte superior. Acto seguido, Tomás Urrialde mostró cuatro cochinillos, sin asar, para que Juan Garabella eligiese la manera y posición más adecuada a la hora de realizar la fotografía. Al día siguiente Tomás Urrialde se dirigió al asador de su equipo de cocina, Primitivo Martín, haciéndole partícipe de la brillante idea que Juan Garabella había tenido. Se asaron cuatro cochinillos, tal y como aparecen en la imagen típica de las andas de la celebración de Cándido, esperando ser inmortalizados. En este intervalo de tiem-

po llegó Petronilo Pérez-Escorial, persona a la que Tomás Urrialde apreciaba enormemente y de la cual había recibido más de un consejo en busca de una buena comida, y observó lo que allí se estaba fraguando. Claramente la innovación puede surgir en cualquier momento y circunstancia, y en la evolución profesional puede ser un valor tanto al inicio de una carrera profesional como al final. Prueba de ello son las imágenes plasmadas en la figura 1, donde la forma de presentación del cochinillo de Segovia, difiere aproximadamente unos 30 años. Ambas fotografías están tomadas por el mismo profesional, con un cambio culinario y forma de presentación, pero con un eje común, la posición y forma surgida en los años 50.

Siguiendo con el ritual de presentación del *Cochinillo Asado de Segovia* y desarrollado desde la figura de Tomás Urrialde, que según recoge en el escrito fue Petronilo Pérez-Escorial quien le aconsejó incluir el fuego en dicho rito, pues siempre acostumbraba a pasar por la cocina en el restaurante "Mesón de Cándido" antes de pasar al comedor para que Tomás Urrialde, como Jefe de Cocina, le aconsejara que comer. Le comentó lo que estaba gestando, de la idea original de Juan Garabella. En la mitad de su comida, Petronilo regresó a dónde se encontraba Tomás Urrialde y le dijo mostrándole un dibujo: "*Mira Tomás, estamos en la tierra de fuego, idéate algo para presentar al cochinillo segoviano de forma única y original, tal como los tienes aquí expuestos, pero dándoles fuego. Hazlo de esta forma, no dudes que la gente se quedará boquiabierta*".

Con esta nueva aportación, se plasmó el carácter innovador de Tomás Urrialde en la cocina. Pues además, fue uno de los primeros cocineros, por no decir el primero, en salir a saludar a los comensales a los comedores cuando hasta esa fecha era espacio reservado exclusivamente para los camareros, jefes de sala o de comedor y *sommeliers*.

La idea era sacar los cochinillos en una especie de procesión colocados en unas andas, rociados con ron o brandy, para ello era necesario crear todo el soporte para poderlo hacer. Con su carácter innovador, Tomás Urrialde, contactó con el taller de Lorenzo Salcedo (taller de car-



Fig. 1.—Cochinillos preparados por Tomás Urrialde al estilo segoviano (años 60) y a la inglesa finales de los 80<sup>12,13</sup>.



*Fig. 2.—Bodegón preparado por Tomás Urrialde en el Mesón de Cándido junto con Cándido López, en el que se aprecian los platos tradicionales de la gastronomía del Mesón de Cándido en los años 70<sup>12</sup>.*

pintería), en el que se diseñaron unas andas, que todavía se utilizan hoy en día en el Mesón de Cándido después de más de 65 años, que fueron muy bien torneadas y que portarían los 4 cochinitos en la posición indicada anteriormente. Pero para poder ser presentados con fuego, las andas de madera tenían que tener una placa metálica de protección, que soportara los cochinitos, los costrones de pan y las ramas de tomillo ardiendo, aparte de una decoración que hiciera más llamativo todo. Como eran los 4 antorchados dispuestos en los 4 extremos de las andas y que dieran más espectacularidad a la entrada en el comedor. En este caso acordó su realización con los hermanos Torres (taller de herrería), los cuales lo realizaron para poder presentar el hermoso manjar.

En el primer banquete que se ofreció en el Mesón de Cándido se presentaron los cochinitos con su nueva imagen de las andas y el fuego por encima, rociándoles con ron o brandy para ser prendidos segundos antes de sacarlos al comedor para ser degustados. Y fue entonces, ese mismo día, cuando nació otro de los rituales gastronómicos más simbólicos y característicos de la cocina segoviana, un proceso de innovación que perdura en el tiempo: toda una presentación gastronómica organizada desde la cocina y acompañada por los versos de

Mariano Grau recitados por Cándido López y su especial y única forma de partirlos con el borde del plato y posteriormente su manera de brindar y romper el mismo. Por cierto que todo surgió, porque en el primer brindis la mano de Cándido tropezó con la de Tomás Urrialde, lo que supuso que cayera el plato al suelo y se rompiera, tras lo cual los comensales allí presentes aplaudieron. En ese momento Cándido López le indicó a Tomás Urrialde: "hoy hemos triunfado" y desde entonces Cándido y los continuadores de su obra y legado, lanzan el plato una vez han partido el cochinito con el mismo. Claramente un efecto causalidad y casualidad.

Pero toda buena cocina, gastronomía, alimentación y nutrición, desde la innovación hasta el desarrollo, no puede basarse en la realización de un único alimento, bebida o plato. Sino en toda una variedad que dé cuerpo, sobre todo en un restaurante a la ejecución de una carta de acorde con los criterios de estrategia y acción del mismo.

Pero en este caso, también los procesos de innovación, innatos en la persona o en el profesional, como lo queramos definir, hacen que también se pueda evolucionar en 30 años desde la elaboración de la cocina más tradicional con toques de presentación y gran desarrollo

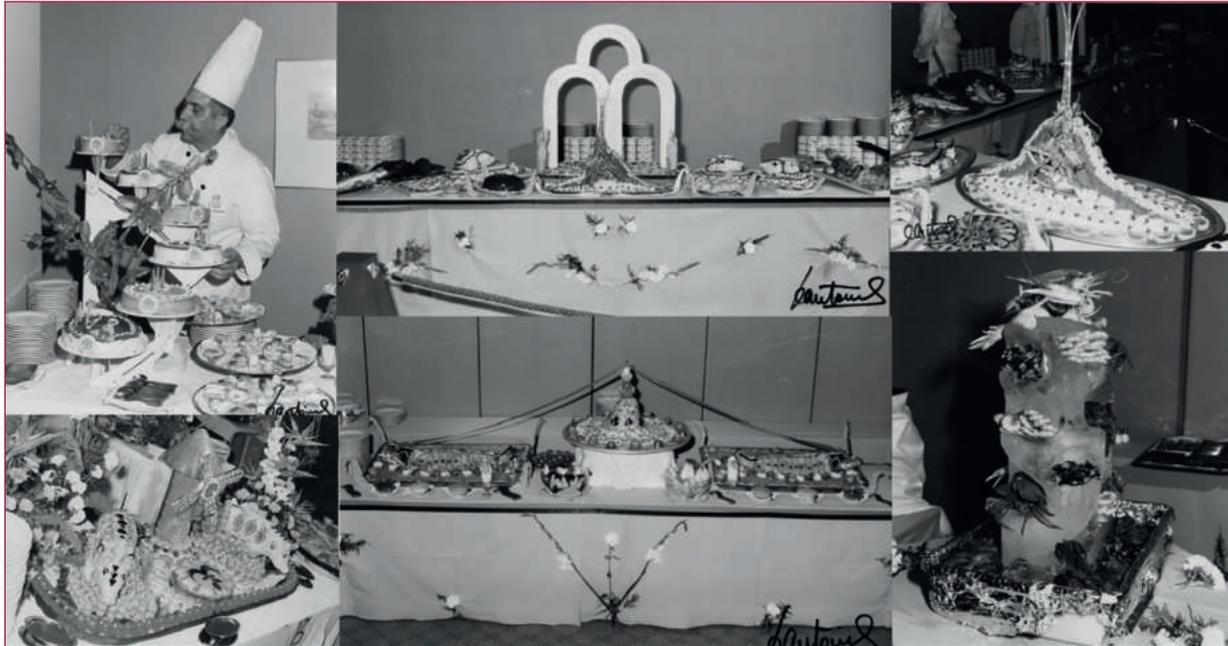


Fig. 3.—Bodegón preparado por Tomás Urrialde en la Cocina de Segovia del Hotel Los Arcos a finales de los años 80<sup>13</sup>.

de variedad de platos hacia una cocina que teniendo la base la gastronomía tradicional se realice toda una oferta de la cocina más moderna, tanto en la formas y métodos culinarios, como en los modos y estructuras de presentación. Pero siempre desde la variedad y moderación que hace que la alimentación, la gastronomía y la nutrición tengan un equilibrio que ha perdurado y se ha adaptado a las necesidades y requerimientos de los consumidores. Este fue el caso del Jefe de Cocina Tomás Urrialde, hijo predilecto de Segovia.

### Agradecimiento

Tomás Urrialde en este documento que escribió en el año 2001 sobre: "Por qué ganó la partida el cochinillo al lechazo", realizó un agradecimiento específico a Cándido, que con la ayuda y el esfuerzo de todos se consiguiera la imagen que da cuerpo a la leyenda y que hoy, da la vuelta al mundo y representa con orgullo a Segovia en cualquier certamen gastronómico internacional. Además, dicho documento lo compartió con Cándido López-Cuerdo, continuador de la obra de su abuelo.

### Referencias

1. Urrialde R. Evolución de la información relacionada con la alimentación y la nutrición. Retos de adaptación para y por el consumidor. *Nutr Hosp.* 2019; 36 (Nº Extra 3): 13-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.02800>
2. Quirós-Villegas D, Estévez-Martínez I, Perales-García A, Urrialde R. Evolución de la información y comunicación nutricional en los ali-

mentos y bebidas en los últimos 50 años. *Nutr Hosp.* 2017; 34 (Supl. 4): 19-25. DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.1566>

3. Urrialde R, Benavent C, Núñez C. Alimentación, nutrición y gastronomía: tres valores socioculturales para la población de la provincia de Segovia. *Nutr Hosp.* 2019; 36 (Nº Extra 1): 68-77. DOI: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.02698>
4. Asociación "Tutor del Judión de La Granja". El Judión de La Granja. La Granja de San Ildefonso (Segovia): 2020 [Consultado 8 de mayo de 2020]. Disponible en: <http://eljudion.lagranja-valsain.com/recetas/>
5. CCL. Marca de garantía "Judión de la Granja". Organismo de certificación para el sector agroalimentario. Valladolid: 2015 [Consultado 8 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://cclcertificacion.es/certificacion/marca-de-calidad/marca-de-garantia-judion-de-la-granja/>
6. Instituto Tecnológico Agrario. Cochinillo de Segovia. Junta de Castilla y León. Valladolid: 2020 [Consultado 8 de mayo de 2020]. Disponible en: <http://www.itacyl.es/-/mg-cochinillo-de-segovia>
7. PROCOSE. Marca de garantía Cochinillo de Segovia. Segovia: 2020 [Consultado 10 de mayo de 2020]. Disponible en: <http://www.mg-cochinillossegovia.com/>
8. Consejería de Agricultura y Ganadería. Orden de 5 de noviembre de 1997 por la que se ratifica el Reglamento de la Indicación Geográfica Protegida "Lechazo de Castilla y León" y de su Consejo Regulador. Junta de Castilla y León. BOE de 18 de noviembre de 1997; 276:33799-808. Disponible en: <https://www.boe.es/boe/dias/1997/11/18/pdfs/A33799-33808.pdf>
9. Urrialde T. Por qué ganó la partida el cochinillo al lechazo. Segovia, 2001. Colección particular.
10. Patrimonio de la Humanidad. Ciudad vieja y acueducto de Segovia. UNESCO, año de inscripción 1985. [Consultado 10 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://whc.unesco.org/es/list/311#top>
11. Bear M. Santa María de los Reyes, Laguardia. Posted by Manuel Bear on Mar 24, 2016. [Consultado 10 de mayo de 2020]. Disponible en: [http://www.manuelbear.es/2016/03/24/el-sexo-de-los-obispos/img\\_8289/](http://www.manuelbear.es/2016/03/24/el-sexo-de-los-obispos/img_8289/)
12. Hernández C. Bodegón platos Mesón de Cándido. Mesón de Cándido. Segovia 1974. Fotografía colección particular.
13. De Antonio A. Bodegón platos Restaurante La Cocina de Segovia. Restaurante la Cocina de Segovia, Hotel Los Arcos. Segovia, 1986. Fotografía colección particular.