



Joan Roca y Martín Berasategui durante su intervención en el I Congreso internacional de gastronomía y nutrición. ©Efe / Kiko Huesca

Los grandes chefs, a favor de enseñar sobre cocina y nutrición en la escuela

23-10-2013

El 26% de los niños españoles sufre sobrepeso y un 19% obesidad, efecto del paulatino abandono de la dieta mediterránea y del sedentarismo. Algunos de los mejores cocineros de España abogaron durante su intervención en el I Congreso internacional de gastronomía y nutrición, por instaurar una asignatura escolar de alimentación y cocina para enseñar a comer sano.

Martín Berasategui, con seis estrellas Michelin repartidas en tres de sus restaurantes, ha abogado por combatir los errores alimenticios en las escuelas, con la incorporación de una asignatura sobre alimentación, nutrición y dietética. *“Luego serían ellos los que educasen a sus padres”*, ha dicho el chef vasco, que participó el pasado 21 de octubre en el I Congreso internacional de gastronomía y nutrición, celebrado en Madrid.

“Me gustaría que los niños crecieran de forma distinta a la nuestra, que tuvieran información para saber por qué les perjudica la bollería industrial y les benefician las verduras. Me parece una torpeza terrible no atajarlo”, añadió Berasategui.

En la misma línea, **Joan Roca**, de El Celler de Can Roca -considerado actualmente el mejor restaurante del mundo-, ha opinado que *“las instituciones tienen que ayudar, intentando que en las escuelas se hable de nutrición y de alimentación y se les enseñe a elaborar los platos para que participen en casa”*. Y no sólo en los centros educativos, sino también en el ámbito doméstico, donde ha reseñado la ‘responsabilidad’ de los cocineros que tienen programas en radio y televisión *“desde donde divulgan cómo hacer una receta más saludable”*.

“Las madres no nos han cocinado bien las verduras”, apuntó **Rodrigo de la Calle**, impulsor de la revolución verde y la gastrobotánica para dar protagonismo al mundo vegetal, y abogó por la creatividad para incorporarlos incluso en los postres, como él hace con el tomate, el pepino o las setas en el Hotel Villamagna de Madrid.

También hizo hincapié en la vertiente educativa: *“Deberíamos empezar por los colegios. Hay que formar a los cocineros de los comedores escolares para que dejen de poner salchichas, fritos, purés de sobre y verduras congeladas”*

Adolfo Muñoz, del Grupo Adolfo (con restaurantes en Madrid y Toledo), defendió, en declaraciones a Efe, que España sería *“un país enorme”* si educase en alimentación *“desde los colegios”* y ha instado a usar la imaginación para que los niños coman verduras y hortalizas, *“como unas croquetas de zanahoria o de remolacha”*.

Elena Arzak ha afirmado que la educación nutricional *“es básica para niños y cocineros”*, mientras que la ‘masterchef’ **Samantha Vallejo-Nájera**, propietaria del catering ‘Samantha de España’ y madre de cuatro hijos, ha opinado que la educación alimentaria de los niños corresponde a los padres, pero también a los colegios, donde ha reclamado además menús más equilibrados.

Quique Dacosta, con tres estrellas Michelin en su restaurante homónimo en Dénia (Alicante), ha compartido sus estrategias alimentarias para con sus dos hijos: para ellos cocina tapas variadas, convirtiendo la cena *“en un momento lúdico y divertido”* donde una crema de guisantes es *“crema de cocodrilo”*, y la de coliflor, *“crema de nieve de Navidad”*.

“Hay que llenar la mesa de fantasía para competir con la industria alimenticia, sus payasos y sus juguetes. Llevarlos a los mercados a comprar la fruta y la verdura, para que se familiaricen con los alimentos naturales; otra buena idea es plantar algo que puedan recolectar en el balcón”, añadió.

Además, el presidente de la Fundación Española de Nutrición, el doctor **Gregorio Varela**, lamentó el *“alejamiento de la dieta mediterránea y la pérdida de habilidades culinarias, porque la gente joven cocina cada vez menos”*.

Fuente: **Efe**