



Ada Parellada junto a algunos de los alumnos del taller y Mariona Campà, ex-alumna de Súnion y una de las monitoras del comedor. ©Rest_colectiva

Taller de cata con alumnos, para incluir nuevos platos en el comedor escolar

01-12-2013

La cocinera Ada Parellada ha puesto en marcha en la escuela Súnion de Barcelona, un proyecto educativo que consiste en involucrar al alumnado en unos talleres de cata, para decidir los nuevos platos que se introducirán en el menú escolar.

Ada Parellada colaboró ya con la escuela Súnion el curso pasado para dar un nuevo aire a los menús del comedor escolar. Este año, ha querido ir un paso más allá y propuso al centro poner en marcha un proyecto educativo consistente en involucrar al alumnado en la tarea de escoger los nuevos menús.

Así pues, se organiza una vez al mes un taller de cata para probar los menús propuestos por la cocinera. En cada una de las sesiones, Ada propone tres platos distintos que se someten a consideración de los alumnos; un grupo de ocho voluntarios entre 12 y 16 años, dos de cada curso entre primero y cuarto de la ESO.

La opinión de todos cuenta

El gran hecho diferencial de estos talleres está en el valor que se da a la opinión de los propios alumnos a la hora de decidir qué cambios introducir en los menús. Tuvimos ocasión de participar en una de las sesiones y realmente vimos el buen trabajo que se puede hacer con esta iniciativa.

Lógicamente Ada Parellada propone unos platos que sean nutricionalmente adecuados y factibles en el entorno escolar tanto económicamente como en lo que se refiere a los procesos y técnicas de elaboración.

Ante cada plato, los alumnos valoran primero a través de la vista y luego probando. Como comentó Ada Parellada, la vista es importantísima para darle una oportunidad al plato... un niño nunca va a aceptar algo que no le entre por los ojos.

Además de los alumnos, también participó en el taller al que acudimos, **Mariona Campà**, una de las monitoras del comedor del colegio. *“Un punto de vista imprescindible para la iniciativa –según comentó Parellada–, porque los monitores de comedor son nuestra vista y oídos en la mesa del comedor escolar. Un monitor sabe exactamente qué se comen y qué no se comen los niños y cuáles son sus razones para aceptar o rechazar un plato”.*

Pastel de patatas, bacalao y ñoquis

En el taller al que asistimos se presentó un menú compuesto por los siguientes platos: *Pastel de patata, espinacas y salmón, Bacalao rebozado con corn-flakes y Ñoquis con salsa de sobrasada.*

De entrada nos sorprendieron algunos de los alimentos por ser poco comunes en un comedor escolar. De hecho, según Ada Parellada, ahí está el *quid* de la cuestión. *“Si siempre les damos a los niños lo que les gusta, nunca se van a abrir a otros alimentos... entiendo las razones de la comodidad, tanto en las familias como en las escuelas, por la falta de tiempo y otras circunstancias, pero es necesario dedicar un poco de tiempo, esfuerzos y constancia en hacerles probar alimentos nuevos, por supuesto no como una obligación impuesta (eso no nos llevará a nada), sino como una nueva experiencia y algo positivo”.*

En estos talleres se trabaja con verduras, pescado y frutos secos precisamente porque son alimentos poco apreciados por niños y adolescentes, a la vez que muy interesantes a nivel nutricional. En este caso concreto se introdujo por ejemplo el salmón en el pastel de patata, intentando darle una nueva dimensión, con el objetivo de evitar el rechazo de los alumnos... lo mismo se hizo con las espinacas aunque el color hizo demasiado evidente su presencia. En general el plato gustó aunque quedó patente la dificultad de introducir las espinacas en el menú escolar (se veían demasiado) y se sugirió como posible mejora, la introducción de trocitos de queso, mezclado con la patata.

El *Bacalao rebozado con corn-flakes* fue el plato que más triunfó tanto por el aspecto como por el sabor y por la textura super-crujiente. Ni críticas ni sugerencias, gustó mucho en todos los sentidos. Y finalmente los *Ñoquis con salsa de sobrasada*, aprobaron por su aspecto pero algunos de los 'catadores' dudaron de su sabor al saber, sobre todo, que se trataba de una salsa hecha con sobrasada. Como mejora se sugirió añadir cebolla deshidratada y todos estuvieron de acuerdo en que no sería posible sustituir los macarrones de toda la vida por los ñoquis... aceptaron casi por unanimidad, que no era muy conveniente que les sirviesen ñoquis más que una vez cada dos meses ¡¡como mucho!!

Los niños del taller, los mejores prescriptores para el resto de alumnado

Los talleres se realizarán a lo largo de todo el curso y, a medida que se vayan 'puliendo' los platos, la propia Ada Parellada trabajará con las cocineras del centro para ir incorporando las nuevas recetas a los menús.

Una vez está en marcha cada nuevo plato (hasta ahora se ha introducido sólo una *Sopa de mejillones con arroz*), son los participantes del taller quienes actúan de prescriptores ante el resto de alumnado del comedor.

En definitiva, una interesantísima experiencia que se puede llevar a cabo gracias a la propia filosofía del colegio *“Súñion es una escuela abierta a ideas y proyectos que aporten valor a la educación de los niños”*; al esfuerzo y dedicación de Ada Parellada, una cocinera que siempre ha querido ir un poco más allá y que ha hecho mucha divulgación en diversos campos de la alimentación y la gastronomía; y, por supuesto, gracias también a la participación de los alumnos. Una experiencia para la que se necesita paciencia y constancia y que no tendrá, seguramente, resultados inmediatos espectaculares, pero que si se replicase en muchos colegios, sin duda sería muy positivo para la educación alimentaria de las nuevas generaciones. **A.T.**