

COCINAR EN MARRUECOS



PHOTO STOCK

UNA MANERA DE DESCUBRIR LA INTENSA VIDA CULINARIA DE FEZ, LA LEGENDARIA CIUDAD MARROQUÍ, ES TOMAR CLASES DE COCINA CON UN JOVEN CHEF, QUIEN NOS LLEVA DE LA MANO POR LOS MERCADOS DE LA LOCALIDAD Y NOS DESCUBRE LOS SECRETOS DE SUS FOGONES.

JUDITH RODRÍGUEZ SERVÍN



OTHER IMAGES

Fundada en el siglo VIII poco después de la invasión árabe, Fez se ubica en el norte de África. Es una de las cuatro ciudades imperiales de Marruecos que se mantienen en pie, junto con Marrakech, Meknès y Rabat. La medina (barrio antiguo) de Fez el Bali, una de las tres zonas que la conforman, es el área peatonal más extensa del mundo, y debido a su belleza fue designada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. También se la conoce como el corazón de Marruecos, ya que antiguamente era el centro religioso y cultural de ese país.

Al recorrer las calles de Fez sobresalen las puertas labradas y las paredes cubiertas de *zelling* —coloridos mosaicos geométricos hechos de cerámica—, que le dan un encanto único. Las miradas de sus habitantes nos siguen a nuestro paso hacia el *riad* (casa o palacio marroquí) donde nos hospedamos. Una constante a lo

largo de todo el trayecto es la indiscrible música de fondo, y el ir y venir de la gente por corredores que atraviesan arcos y umbrales.

Aunque llegamos a esta ciudad con la intención de conocer su magnífica arquitectura, para muchos más atractiva que la de la misma Marrakech, la verdadera razón que nos condujo hasta sus puertas fue la gastronomía. Descubrir los ingredientes que la conforman relata una historia tejida a lo largo de los siglos por dinastías locales, colonizadores e inmigrantes. Nadie puede negar, al probar

sus platillos, que es una manera muy particular de adentrarse en los misterios de esta parte del mundo.

MIRADA DE CHEF

Lahcen Beqqi es joven y experimentado. De origen bereber, sintió desde muy joven una fascinación por la cocina, de modo que después de graduarse en hotelería trabajó en algunos de los



JUDITH RODRÍGUEZ SERVÍN

Salir de compras con el chef adquiere una dimensión especial por la explicación detallada que ofrece de cada ingrediente.

Los mercados al aire libre son una visita obligada.



OTHER IMAGES

mejores restaurantes de Azrou y Fez, donde, asegura, obtuvo sus más valiosas experiencias gastronómicas.

Sin embargo, hace un par de años decidió independizarse y desde entonces se dedica a dar clases de cocina para extranjeros. Lo hace en distintos idiomas: español, inglés, francés y árabe. Es su manera de conjuntar, en un espacio apropiado, su experiencia y el proyecto per-

sonal de difundir la cocina de su patria. Encantado de compartir los secretos de la gastronomía marroquí, recibe a sus ansiosos estudiantes de diversas nacionalidades, que pueden elegir desde clases de uno a tres días hasta un curso de una semana.

A las nueve de la mañana el chef nos recibe sonriente. El primer reto es elegir nuestras recetas y anotar los in-

IR DE COMPRAS AL MERCADO O SOUK



Nueces y frutas secas, una constante en la cocina de Marruecos.

GETTY IMAGES

ES ENTENDER MEJOR LA CULTURA MARROQUÍ.

Consulte
www.fescooking.com

gredientes que iremos a buscar a algunos de los souk o mercados al aire libre. Durante el recorrido, apunta que la cocina de sus antepasados bereberes aún existe y que sus principios son la base de la actual. Tal es el caso del cuscús, plato tradicional hecho a base de sémola de trigo y salsa, que se sirve con carne o verduras, y el tajín, guiso de carne y verduras, preparado y servido en un recipiente de barro cocido que se llama igual que el guiso. Luego, Lahcen se refiere a las influencias que heredaron de sus invasores: de los árabes, las especias, las semillas y los frutos secos, así como la característica mezcla de sabores dulces y amargos. Los moros introdujeron los oli-

El kebab, hecho de carne asada, es un platillo típico que debe probar.



PHOTO STOCK

vos y los cítricos, mientras que los judíos árabes dejaron como legado las técnicas de encurtido para preservar frutas y legumbres. El consumo de la carne a la parrilla, mejor conocida como *kebab*, es una aportación del Imperio Romano. La cultura del café, la pastelería y el vino son herencia de la colonización francesa.



GETTY IMAGES

El té de menta, caliente, refresca la temperatura corporal.

de volver lo antes posible para empezar a cocinar el menú completo en la cocina del *riad* donde Lahcen imparte el curso.

SOUVENIR TRADICIONAL

Al inicio de la clase, Lahcen dice que nos llevaremos con nosotros un receta-rio que contiene todo lo que cocinaremos, con el fin de que una vez de regreso en casa sigamos disfrutando la riqueza de esta cocina. La clase dura hasta las dos de la tarde y durante ese tiempo preparamos una sopa haria, a base de tomate, garbanzos y carne. La entrada son unos deliciosos brioutes, especie de empanaditas con pasta fila, queso de cabra y condimentos marroquíes. Para acompañar el tajin de pollo con salsa de pasas, dátiles y chabacanos cocinamos cuscús con varios vegetales.

No podía faltar como postre un delicioso *kateef*, panqué relleno de queso, almendras y miel.

Cocinar los distintos platillos resultó más sencillo de lo que habíamos pensado. Finalizamos nuestra prueba disfrutando el tradicional té de menta marroquí, que al beberlo caliente ayuda a que la temperatura corporal refresque en los climas calurosos. Estuvimos de acuerdo en que con esta experiencia habíamos alcanzado un estado de *shabann* (total satisfacción). Nuestras sonrisas nos delatan... ☺

ENTRE PLAZAS Y MANJARES

Rodeados de distintos aromas que desprenden las especias, caminamos con Lahcen en medio de los *souk*. Visitamos Slaline y Marche, mercados donde él acostumbra comprar pescado. Recorrer Rcif, Lashabine o incluso viajar hasta Azrou al mercado semanal cobra sentido a su lado, debido a las extensas explicaciones sobre los distintos ingredientes. Las aguas perfumadas de rosa y naranja son una tradición que sazona muy sutilmente algunos platillos y no podemos dejar de llevar unas cuantas botellas con nosotros.

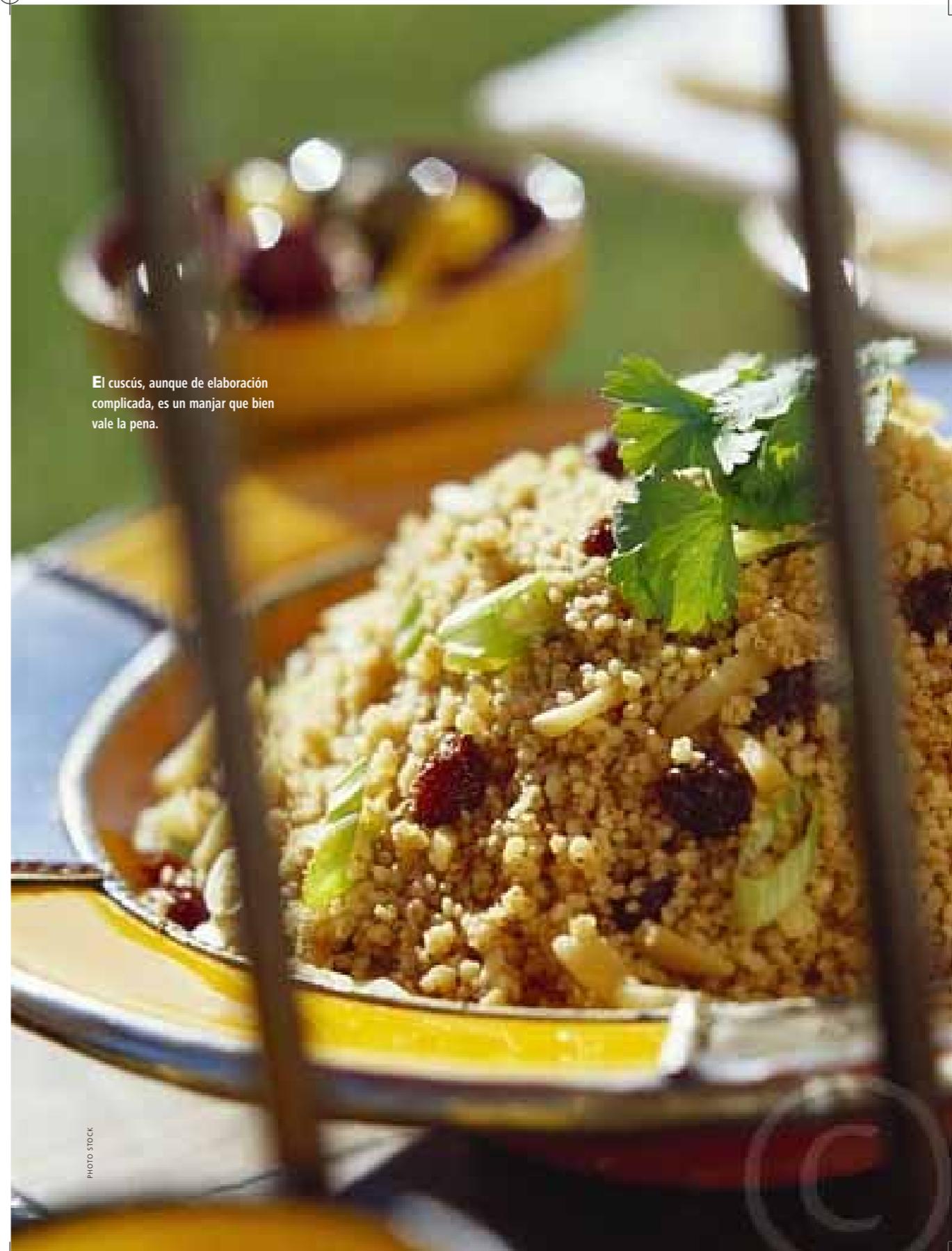
Entre los cientos de puestos que hemos descubierto es fácil reconocer que los dátiles son la especialidad nacional, seguida por supuesto de los higos, las pasas y las frutas secas. La visita matutina sólo logra despertar el deseo

Para volar a Casablanca con sus Kilómetros

Premier usted necesita:

- Clase Turista: 80,000 Kilómetros
- Clase Premier: 128,000 Kilómetros

Viaje redondo ciudad de México-París por Aeroméxico y París-Casablanca por Air France.



El cuscús, aunque de elaboración complicada, es un manjar que bien vale la pena.

PHOTO STOCK