

BIRGITTA SANDBERG

CHICAS, CERILLAS Y... FOGONES

Cocina sueca para todos

comanegra

Introducción

Lisbeth Salander, la heroína de *Millenium* de Stieg Larsson, es asidua al 7-Eleven de la calle Götgatan, de Södermalm, un barrio de Estocolmo, donde va a comprar, además de sus cartones de Malboro Light, enormes paquetes de Billys Pan Pizza congelados y otras provisiones de la llamada comida basura. A pesar de lo espartano de su dieta, quisiera, con este libro, demostrar que la cocina sueca es bastante más variada que lo que este hecho pueda sugerir. Dado el indudable auge de la novela negra sueca en España, quisiera aproximar a los lectores a la misma dando algunas pistas sobre otros platos que degustan los protagonistas de estas obras, ya que la cocina sueca es una gran desconocida en España. Brindo en este libro algunas recetas de lo que se sirve en el Hotel Continental de Ystad —el hotel más antiguo de Suecia que data de 1827— donde Kurt Wallander, el protagonista de las novelas de Henning Mankell, se deja caer muchas veces. En su carta encontraremos platos clásicos, equivalentes en España al cocido o a la tortilla de patatas, que se pueden encontrar prácticamente en toda Suecia, como son las *albóndigas* o el *pytt i panna*. Pero también especialidades tradicionales de la región de Scandia, donde se halla Ystad, como el *äggakaka con tocino frito* o la anguila ahumada, que se sirve con huevos revueltos. Otra de las especialidades de su carta es el *filet de buey marinado con salsa de mostaza* y, si Wallander quiere redondear la cena con algo dulce, lo típico en Scandia es la *tarta de manzana con salsa de vainilla*.

Rebecka Martinsson, la abogada protagonista de la célebre novela *Aurora Boreal* de Åsa Larsson, se mueve a 1.500 km de Ystad, alrededor de Kiruna, a 145 kilómetros al norte del Círculo Polar Ártico, donde las condiciones climáticas son totalmente diferentes. Mientras que el sur ofrece un paisaje llano con excelentes tierras de cultivo, pasto para vacas y donde se crían cerdos y ocas, el norte se distingue más por la caza, la pesca y la cría del reno, lo que caracteriza su dieta. Obviamente la carne de reno se encuentra con frecuencia en las mesas nórdicas, pero también se sirve pitepalt, muy parecido a *kroppkakor*, trucha y lucio que en uno de los libros de Åsa Larsson se sirve ahumado (ver *pescado ahumado*), una excelente manera de dar gusto a un pescado que, al ser de agua dulce, resulta menos sabroso.

En el restaurante Kvarnen de Estocolmo, situado en Södermalm cerca de la redacción de *Millenium*, frecuentado por Lisbeth Salander y Mikael Blomkvist (y por Stieg Larsson), podemos encontrar en su carta platos como *pytt i panna*, *albóndigas* (estabais avisados), pero también *salmón a la media sal con patatas a la crema con eneldo* y *virutas de carne de reno* con setas, o *pannbiffar* (hamburguesas) *con cebolla*. Las recetas de los platos en cursiva se encuentran en este libro y si tenéis cualquier problema, me podéis escribir a birgitta@musicspain.com.

Por otra parte durante los años que hace que resido en España en numerosas ocasiones he podido constatar la pobre imagen que de la cocina sueca tienen los habitantes de este magnífico país al que considero como una segunda patria. La mayoría de españoles que he conocido en estos años, me han dado siempre la impresión de creer que el pueblo sueco se alimenta exclusivamente de salmón. Opinión que, por analogía, equivale a la de aquellos suecos que piensan que el pueblo español se alimenta básicamente de paella. La riquísima cocina española, que admiro, degusto y elaboro con enorme satisfacción, no puede compararse con la de mi país por razones evidentes. España es un país mediterráneo que goza de un clima privilegiado gracias al cual se producen gran variedad de frutas y verduras que favorecen su mesa, cosa que no sucede en Suecia debido al largo período invernal. Sin ir más lejos España cuenta en su mesa con un aliado de excepción: la vid. Gracias a ella se obtiene uno de los productos cuya calidad y variedad brindan un sinnúmero de placeres que acompañan su gastronomía. Me refiero evidentemente al vino, producto que en Suecia sólo puede conseguirse gracias a la importación ya que en nuestro clima resulta imposible el cultivo de esa simpática planta. Sin embargo, a pesar del inconveniente que supone la falta de algunos sabrosos condimentos, quiero afirmar rotundamente que la cocina sueca, aunque sencilla, es también rica y variada.

Con este librito, a la usanza quijotesca, he pretendido enderezar este viejo entuerto, poniendo a los españoles en contacto con una cocina que por desconocida y lejana no tiene nada que envidiar a otras cocinas más cercanas. Consciente de que la gastronomía es una manifestación más del acervo cultural de los pueblos, me vería recompensada si, gracias a este modesto trabajo, lograrse que mis lectores conocieran Suecia un poco mejor. Espero que la degustación de estas recetas contribuya a ello.

Algunas consideraciones generales sobre la cocina sueca

La cocina sueca es muy sencilla, pues emplea los ingredientes que ofrece espontáneamente la Naturaleza como las bayas silvestres, las setas y las hierbas aromáticas como el eneldo. Disponemos de gran variedad de pescado que nos brindan nuestros más de 100.000 lagos, y los mares que bañan nuestros más de 2.000 kilómetros de costa. Existen dos clases de pescados que siempre han tenido una importancia fundamental para la cocina nórdica. El bacalao, cuya versión en salazón servía para el comercio con los países del sur; el arenque y su hermano pequeño el *strömming* que, debido a su abundancia y su fácil almacenamiento y a que admite todo tipo de conserva, son los habituales de la mesa familiar sueca. Disponemos así mismo de una magnífica res autóctona como es el reno: el regalo de los lapones. Aunque la carne más consumida es la de cerdo, un animal que resulta de fácil crianza durante el invierno cuando todos los pastos están cubiertos de nieve.

La cocina sueca es una cocina tradicional, en el sentido de que no ha sufrido

grandes cambios a lo largo de los años, heredada de los vikingos, que ya criaban ocas y gallinas y cazaban alces, corzos y osos para alimentarse, algo que se sigue haciendo. Muchas de estas tradiciones se han mantenido inmutables hasta nuestros días debido a que durante siglos Suecia ha sido un país aislado del continente cuya población, al hallarse muy dispersa —ocho millones de habitantes en una superficie similar a la de España—, ha conservado sus antiguos hábitos culinarios, lo que también los hace bastante diferentes de un extremo a otro del país. Tal como ya he apuntado, al igual que en cualquier país, el clima ha resultado un factor determinante en nuestra cocina ya que, obligados por el frío y los largos inviernos, sus habitantes debían planificar la alimentación para asegurar su subsistencia durante la estación invernal. Debido a ello nacieron las salazones, los ahumados y el secado tanto de carnes como de pescados —también herencia de los antiguos vikingos—, tan característicos en nuestra gastronomía. Debe tenerse en cuenta que muchas de las incursiones de nuestros antepasados guerreros se debían principalmente a la falta de alimentos, de ahí que en el Valhalla —el paraíso vikingo— creyesen que vivía el mítico cerdo Särimmer, animal fabuloso que podía ser sacrificado cada noche para revivir a la mañana siguiente.

La cocina en las fiestas tradicionales

Una tradición gastronómica que ha traspasado nuestras fronteras es el tradicional *smörgåsbord*, que ha sido generalmente mal interpretado tanto fuera como dentro de Suecia. Para componer un *smörgåsbord* digno, que ustedes pueden elaborar con las recetas que incluyo en este libro, hay que tener presentes las siguientes indicaciones.

La mesa tiene que constar de cuatro servicios.

Primero: todos los encurtidos de arenque y *strömming*, *solöga*, el revoltillo del vejete, el *potkäs* y quesos curados, acompañados de patatas hervidas, *vörtbröd* y *crackpan*.

Segundo: las preparaciones de salmón, anguila en gelatina, gambas y pescado ahumado de diferentes clases.

Tercero: carnes frías, como los moldes de ternera, los patés, *kalvsylta*, *rullssylta*, ensaladas como la de col roja y manzana, pepino marinado, jamón al horno, etc.

Cuarto: platos calientes como albóndigas, pudín de huevo, *pytt i panna*, patatas a la crema con eneldo, asado de cordero a la antigua, *renskav*, costillas de cerdo, setas a la crema, etc. El postre más adecuado debería ser a base de frutas, en forma de una macedonia o una tarta de manzana o, si estamos en Navidad, *pepparkakor*. Tradicionalmente las bebidas de acompañamiento para los arenques y ahumados son el *aquavit* y cerveza, y para los platos de carne, gracias al comercio internacional, hoy en día se consume vino rosado o tinto.

La mesa navideña es una variante del *smörgåsbord*, ya que en ella se sirven todo tipo de arenques, anchoas, *strömming* marinado, albóndigas, moldes de terne-

ra y patés, y ampliado con *lutfisk*, un pescado tipo bacalao, secado y tratado con cal muerta y sosa que se sirve con salsa de mostaza y guisantes, col lombarda, salchichas gruesas cortadas en rodajas, *dopp i grytan* que consiste en mojar *vörtbröd* (pan de cerveza) en el caldo de cocción del jamón o de las salchichas anteriormente mencionadas, y costillar de cerdo. El postre consiste en *risgrynsgröt* (arroz con leche) y para acabar, café con *pepparkakor* y *klenäter*. Los que se hayan quedado con hambre siempre pueden recurrir a la mesa de las golosinas, dispuesta durante todas las fiestas, en la que suele haber nueces de todo tipo, almendras, toffees, *knäck*, naranjas, dátiles, higos secos, trufas de chocolate y figuras de mazapán y cómo no, las clásicas galletas de jengibre.

En **Pascua** la tradición es decorar un montón de huevos de gallina hervidos que se consumen el Sábado Santo, y el Domingo de Pascua la tradición requiere un asado de cordero y tarta pascual.

San Martín se celebra, especialmente en el sur de Suecia, con oca asada, antes de la cual se sirve la *Svartsoppa* (sopa negra) preparada a base de la sangre de la oca, y de postre, tarta de manzana con salsa de vainilla.

Un plato decididamente especial y no apreciado por todos es el *surströmming* (*strömming*, o arenque pequeño, ácido), típico de la provincia Norrland situada al norte, que se prepara a base del *strömming* típico del mar Báltico, salado y puesto en fermentación en barriles tras lo que se enlata. Es un plato endiablado pues huele de forma horrible y más de una lata, gracias a la fermentación, ha explotado antes de ser consumida, pero ya se sabe que sobre gustos no hay nada escrito.

Por último quisiera señalar que las siguientes recetas han sido elaboradas en base a los ingredientes que pueden encontrarse sin dificultad en el mercado español, por lo que, con toda seguridad, algún experto en la gastronomía sueca echará en falta algunos platos que he excluido adrede, pues sin el ingrediente adecuado no pueden elaborarse correctamente. Por último quiero advertir que cuando no se indique lo contrario, las recetas están calculadas para cuatro comensales.

