

# GLAMOUR

## La nueva quinoa y la guía foodie 2015

15-01-2015

Por Blanca de Almandoz

Ahora que se ha revelado la receta del cronut, la gastronomía busca nuevo plato estrella. Desabróchense los cinturones, tenemos algunos candidatos y las 10 tendencias del año.

[Ver 10 fotos](#) | [Las 10 tendencias foodie de 2015](#)



Ahora que se ha revelado **la receta del cronut**, la gastronomía busca nuevo plato estrella para este año y no faltan los candidatos. 2015 trae buenas noticias para los que se estaban **empezando a instruir en el noble arte de la cocina ecológica**: la **espirulina** y los **superalimentos** continúan su ascenso a los altares foodie -también conocidos como especieros- donde la **maca en polvo** y las **semillas chia** tendrán que hacer hueco a otros productos milagrosos como el **té matcha**.

No alcanzan la categoría de super pero tampoco hay que subestimar los poderes de la **coliflor** y el **freekeh** llamados a sustituir al **kale** y a la **quinua** respectivamente. ¡Ahora que por fin sabías qué son y donde comprarlos! Lo mismo pasa con el **jengibre** que pasará de ser 'eso que apartas de tu bandeja de sushi' para convertirse en la 'salsa de todos los guisos'.

La gastronomía sostenible y la *slowfood* dejaron de ser corrientes minoritarias el año pasado cuando se incrementó la apertura mundial de restaurantes con política kmo como **El huerto de Lucas**, en Madrid, que compra la mayoría de sus productos en las proximidades de la localidad; o los **flexitarianos**, como **Flax&Kale** en Barcelona, que hacen las delicias de los vegetarianos ocasionales. Su dueña es también la propietaria -y visionaria- de **Teresa's Juicery** o, **¡alerta foodie! el negocio de 2015**.

Según el informe **Baum + Whiteman**, con más de 14 millones de resultados en 0,48 segundos, la búsqueda '**Cómo abrir una tienda de zumos**' anticipa el éxito de este tipo de comercios. Así que olvídate de abrir una pastelería de *cupcakes*, tu propia panadería con masa madre milenaria o hacerte con una **franquicia Burger King ahora que tienen servicio a domicilio**. Mejor reinventa la fórmula del **zumito verde** y a ser posible añade ingredientes milagrosos como el **coco**, el **nopal**, el **agave** o el **diente de león**. Si la mezcla no te convence quizá quieras tener en cuenta que existe un quinto sabor al que los occidentales no terminamos de coger el punto y del que oírás hablar bastante a menudo en los próximos meses: dulce, salado, ácido, amargo y... **umami** que se sitúa en mitad de la lengua e identifica las proteínas en la comida salada, como el beicon o las algas.

Pero no todo van a ser esnobismos: **en 2015 maridaremos nuestra cerveza artesana** con unas exquisitas... redoble de tambor... **albóndigas**. Puedes llamarlas como quieras -por su nombre, *meatballs* o almóndigas que para eso está admitido por la RAE- pero lo cierto es que **el bocadillo favorito de Joey Tribiani de Friends nunca ha estado tan de moda desde que acabó la serie**. A quien lo mire con escepticismo, le aconsejo que se pierda por Nueva York en busca de un *diner* con el nombre de María en algún lugar entre Central Park, el Upper West Side y Harlem y descubra a qué sabe el paraíso. Si no, siempre puede recurrir a **Bolero Meatballs para degustar el fenómeno a este lado del charco**. Las sirven con salsa **teriyaki**, con **chimichurri**, **veganas**, en plato o en bocata porque, ya os lo anunciamos: **el sandwich ha vuelto**, más gourmet que nunca y **comer con las manos** no sólo sienta mejor sino que está bien visto.

La explicación nos la podría dar la **neurogastronomía** o ese revolucionario concepto culinario basado en la percepción, la memoria del gusto y las emociones de la comida. En otras palabras, así es cómo Diageo aprendió que sus bebidas espirituosas sabían más dulces si prescindían de mobiliario rojo o cómo Ferrán Adriá demostró que puedes aumentar el

dulzor de un postre de fresas un 10% sirviéndolo en un plato blanco y, aún más, si éste es redondo. Quizá sea este mismo principio el que justifique la **dieta Pantone** o que los **platos azules sacien más**.

Ya tenemos el qué, el cómo y el por qué. Nos falta un dónde y ese lugar es la calle. Aún falta un poco para que nos acostumbremos a la tendencia **street food** pero no faltan las iniciativas para facilitarnos la tarea: concretamente, **del 16 al 19 de enero, regresa MadrEat** con más de 40 propuestas de restaurantes madrileños -**Kabuki, Chifa, Crumb, Salchichen, Tepic...**- que pondrán sus platos a la venta en las furgonetas aparcadas en Azca.

Desabróchense los cinturones, aquí las 10 tendencias que DEBES probar:



<http://www.glamour.es/placeres/gourmet/articulos/la-nueva-quinoa-el-sustituto-del-kale-y-las-novedades-foodie-2015/20981>