

SANZ, Elena: *La ciencia del Chup Chup*. Madrid: Crítica, 2021, 176 páginas, ISBN: 978-84-9199-350-6.



Chup Chup en la cocina es una bonita onomatopeya que nos recuerda a los guisos a fuego lento, a la tradición, a las casas de los abuelos y abuelas, y al aroma de las cocinas. A través de este recuerdo nos guía Elena Sanz, periodista y especialista en ciencia, salud y cerebro, por la cocina de su abuela y el análisis de sus elaboraciones desde la ciencia.

Así, este libro se mueve, de una forma brillante, entre la reivindicación de la cocina tradicional y la potente base científica que la envolvía. La abuela de la autora, principal protagonista junto con ella, es como muchas de nuestras abuelas una excelente cocinera y científica sin saberlo. El libro explica las nociones de química que están unidas a la cocina tradicional y permite visibilizar estos procesos para entender los procesos culinarios y perfeccionarlos.

Actualmente sabemos que hay mucho de ciencia en la alta cocina, pero no atribuimos esta misma base en la cocina mas tradicional y popular de tiempos atrás, ignorando que la cocina tradicional es parte de la ciencia que se transmite de generación en generación sin saberlo.

Si os pregunto, ¿tenéis gases cuando coméis legumbres? ¿poneis en remojo los garbanzos? ¿utilizáis comino en los guisos? ¿solo el olor el pan ya alimenta? ¿sabíais que somos más altruistas cuando olemos pan recién hecho?, en este libro podréis obtener las respuestas. O si pregunto, ¿cuál es la mejor tortilla de patatas?, encontraría discrepancias miles, pero esta cuestión pasa por escuchar a las patatas, elegir la patata correcta y del huevo y el limón... si, habéis leído bien, el limón, pero para descubrirlo tendréis que leer el libro.

Finalmente, remarcar que es un libro de gran utilidad en la enseñanza de las ciencias, en concreto de la química y la educación en la alimentación, con una conexión con algo tan cercano como es la cocina y la cocina que está presente en todos los hogares. Como

dice el Chef Dani García en el prólogo, “*Además de viajar en nuestra infancia y evocar los sabores que nos marcaron podemos llegar a comprender los fundamentos de la cocina que nos ayudaran a manejarnos mejor entre fogones de ahora en adelante*”.

Ana Isabel Mora Urda

ana.mora@uam.es

Departamento de Didácticas Específicas

Universidad Autónoma de Madrid