

SIGUIENTE
DESTINO

Tel Aviv al vegetal

ESTE DESTINO ISRAELÍ, QUE SE NUTRE DE COCINAS VIAJERAS Y SE REHÚSA A TENER ETIQUETAS, SE HA CONVERTIDO EN UN PARAÍSO PARA LOS VEGETARIANOS Y VEGANOS.

POR ANGELA LANG



PARA LLEGAR A CARMEL, el mercado de frutas y verduras en el corazón de Tel Aviv, se puede caminar por Neve Tzedek, un barrio pionero lleno de galerías, grafiti y tiendas de artistas locales que celebra la variedad de estilos de los inmigrantes y la aproximación creativa de los israelitas al pasado y al futuro. Las calles se vuelven angostas y los puestos se multiplican, con letreros en hebreo, árabe e inglés para identificar verduras, frutas y nueces. Los plátanos, las cebollas y especias coloridas como la *sumak*, una hierba ácida y roja, y el *zaatar*, una mezcla de hierbas, sal y semillas de ajonjolí, muy común en la cocina del Medio Oriente, se encuentran lado a lado en los *stands*. En una calle aledaña, casi dentro del mercado mismo está **Ha Basta**, un bistro con cuatro mesas en la calle. El menú, una fotocopia escrita a mano, es una carta de amor a los productos del mercado. Organizado bajo mar, carnes, vegetales, platos pequeños y dulce, ningún plato lista más de dos o tres ingredientes y muchos son vegetarianos, accidentalmente veganos.

“La naturaleza siempre nos supera, ningún chef en el mundo puede duplicar el sabor de los tomates, pero nosotros hemos entendido cómo tratar un ingrediente, darle un toque simple y destacar sus mejores cualidades y sabores. La cocina israelí es como el nuevo hijo de la cocina mediterránea, más simple en sus preparaciones y más densa en la presentación. En vez de tener muchos platos como el *mezze* árabe o el griego, tenemos dos o tres, y los vegetales que eran un terreno inexplorado o un acompañamiento sin mucha creatividad en sus recetas, acá se han vuelto el centro de atracción”, comenta la chef, columnista y *best-seller*, Limor Tiroche, quien acaba de publicar un libro de ensaladas israelíes. “Como somos una mezcla de tantas culturas y estamos rodeados de varios países, tenemos la ventaja de encapsular al mundo en un espacio pequeño, con ingredientes que se van



renovando y recetas que nos dan la posibilidad de experimentar con nuevos sabores y técnicas”, como parte de esa idea de renovación constante, la chef Tiroche nunca ha tenido un restaurante, pero es reconocida por sus clases y cenas *pop up* en su casa en Jaffa, el barrio y puerto antiguo árabe.

“Las personas quieren comer saludable, en armonía con el ambiente y con preparaciones fáciles e interesantes no sólo en los restaurantes, también en sus hogares. En los últimos diez años, el sabor de los insumos animales ha cambiado. La agricultura y la ganadería de producción masiva y las hormonas han hecho

← Banana Beach en Tel Aviv, cerca de la ciudad antigua de Jaffa y los modernos resorts.

↑ Un plato de Limor Tiroche, quien acaba de publicar un libro sobre ensaladas israelíes.

FOTOS: GETTY IMAGES / LIMOR TIROCHE



← Una propuesta del campo a la mesa de la chef Limor Tiroche

↓ La terraza del restaurante Ha' Achim y uno de sus platos estrella.



que se pierda la calidad. Los beneficios de los vegetales han tenido mayor difusión gracias a la comida *raw* y el veganismo. Por eso no hay que ser vegano o vegetariano para tomar un ingrediente tradicional de los polacos y rusos como el trigo sarraceno verde, que antes sólo se conseguía tostado, y crear una ensalada de desayuno o reemplazar el *bulgur* por coliflor rallado al hacer un *tabouleh* y crear múltiples combinaciones creativas y deliciosas”, agrega la chef Tiroche.

Con sus playas mediterráneas y una escena de bares y restaurantes multicultural, la innovación culinaria en Tel Aviv se nutre del espíritu viajero de sus residentes y de la posibilidad de reinventarse, al ser una nación de inmigrantes con diferentes tradiciones y raíces que trae ingredientes y recetas para crear una historia común. Los platos son pequeños, casi portátiles, algunos para untar, siempre hay una o dos ensaladas inclusive al desayuno, algún queso o yogurt y una variedad de pan.

La recomendación de la chef Tiroche para experimentar la nueva cocina israelí es **Joz Ve Loz**, un restaurante en Florentine, un barrio hípster con una onda *vintage*, donde se siente la concentración de jóvenes en busca de oportunidades, talentos y tendencias creativas en la ciudad. El restaurante tiene catorce años bajo ese nombre, pero cambió de dueños hace un par de años y se mudó de lugar a una exfabrica de ropa de techos altos, paredes verdes y mucha personalidad. Desde hace un

FOTOS: LIMOR TIROCHE / CORTESÍA HA' ACHIM

“El ambiente, la hospitalidad y la preparación se juntan con la intención de pensar los ingredientes de una manera culinaria para extraer sabores y destacar el mayor rango posible de cada insumo sin crear culpas o pesadez”.

año no acepta propinas y al final de cada turno se dividen el 25% de las ganancias entre todo el *staff* incluidos el lavaplatos, los chefs, bartenders y meseros. Hace tres meses no tiene un menú y funciona como un “pague lo que guste” donde al final de la cena, el cliente decide el valor de lo que degustó. “Tratamos de imaginarnos qué se podía hacer diferente, qué patrones heredamos y cuáles podemos modificar, y nos llamó la atención la idea de trabajar sin menú para hacer de la conversación sobre las preferencias y el *mood* de los clientes parte de la experiencia con la comida para ayudarlos a estar más presentes y no tener que adelantarse a sus deseos, a como se puedan sentir”, comenta Shay Kenigsberg, uno de los dueños.

Platos como la col árabe grillé en mantequilla, el ajo rojo en salsa de *tahini* y tomate, o aderezos como la *doa*, una mezcla de nueces, hierbas y especias egipcias que acompañan el pan de masa madre, invitan a ahondar en el diálogo entre culturas y redefinir lo local en un terreno que colinda con lo político. Con su cocina de respuestas dinámicas y formato experimental vivo, el chef Ido Kremensky y el equipo crea un diálogo a través de la comida desde el placer sin tratar de evadir temas incómodos. “Nos interesa unir a las personas con un lenguaje de lo local presente en las bebidas y la comida”, agrega Kenigsberg, mientras sirve un vino cuyo nombre se podría traducir como ‘una’, pues es hecho por una sola mujer, desde la siembra hasta la distribución, y luego ofrece un Dabouki de la casa Cremisan, un vino blanco seco de una veta de uvas de tiempos bíblicos que crece entre Belén y Hebron, en el territorio disputado del Banco Oeste. Para cerrar la cena sirve un porto de la casa Galai, hecho en el norte de Israel que ha recibido varios reconocimientos internacionales.

Cada barrio de Tel Aviv devela un aspecto de su personalidad muy multicultural. **Ha’achim**,

en Ibn Gabirol, una calle del centro popular por su vida nocturna, es un buen lugar para disfrutar un *mezze* con un giro local, un servicio y una comida ágil y sin pretensiones. Como en muchos de los restaurantes sin tener que identificarse con la etiqueta, las opciones vegetarianas abundan. Las alcachofas fritas con salsa de queso *labane*, el *masabaha*, una versión de *hummus* con los garbanzos enteros, la ensalada verde con salsa de dátiles y el pan *challah*, crean una combinación balanceada y deliciosa.

En lo que se conoce como el Barrio Blanco, una zona exclusiva de arquitectura Bauhaus, patrimonio de la UNESCO, los bulevares cubiertos de árboles albergan cafés, bici-rutas y plazas con centros culturales y museos. En el jardín y primer piso de una casa modernista se encuentra **Bana**, un restaurante de alimentos a base de plantas del chef Dan Arvetz, un purista de los vegetales que se ha dado a la tarea de crear una experiencia gourmet, donde el ambiente, la hospitalidad y la preparación se juntan con la intención de “pensar los ingredientes de una manera culinaria para extraer sabores y destacar el mayor rango posible de cada insumo, sin crear culpas o pesadez”. Platos como el gazpacho de tomates *cherry* anaranjados con pesto y piñones o los helados de frutos rojos con frutas de temporada alimentan la curiosidad con una bella presentación, excelente sabor y un toque de dulzura y livianez. Para el chef Arvetz, que viene del mundo del *catering*, lo importante no es el concepto, sino el proceso y su sincronía, hacer que cada momento y cada bocado se sientan únicos, “tocar el corazón y el estómago en el *ahora*, al tratar los insumos de la mejor manera posible”. Con una cocina abierta y tonos blancos, verdes y rosados, Bana también le apuesta a un diseño sofisticado que complementa la inversión en los platos. “Las etiquetas funcionan. La gente necesita saber que come carne para sentirse llena, es un tema de expectativas. Lo que más me alegra es que con Bana, en un año y medio, hemos llegado a gente que no es cercana al veganismo, vienen porque los traen los hijos y se sorprenden de que pueden quedar llenos y tener una experiencia culinaria fantástica. Yo siento una inmensa curiosidad por lo que entra en mi cuerpo y quiero compartir un estilo de vida que me satisface, pero no me identifico como vegano solamente, ni me interesa disciplinar”, comenta el chef Arvetz, quien prefiere usar el término alimentos a base de plantas y disfruta de los vegetales tanto en restaurantes que se identifican como tal o no.

→ El comedor de Bana, un lugar especializado en alimentos hechos con plantas del chef Dan Arvetz.



FOTO: CORTESÍA BANA