

# fuera de SERIE

Nº 458  
22 DE MARZO  
DE 2014



**UN BACALAO  
LLAMADO  
SKREI**

EL MÁS EXQUISITO  
PESCADO  
NORUEGO



CUATRO  
DE SIETE  
RECETAS  
CON SKREI

Siete reputados cocineros elaboraron sofisticados platos con este pescado durante el viaje de FS. Estas son cuatro muestras.

#### 1. EL VIAJE DEL NÓMADA.

**HUNG FAI (ESPAÑA). Ingredientes (4 pers.).** Cuatro lomos de skrei; una zanahoria; cuatro tallos de ajos tiernos; 400 g de algas codium; 40 ml de vino blanco; una guindilla; cinco dientes de ajo; 100 g de queso manchego; aceite de oliva virgen extra; sal maldon; 30 ml de salsa de soja; dos láminas de pasta de rollitos; aceite de girasol; 200 g de mahonesa; 150 g de pimientos de piquillo; 40 g de aceitunas; 40 g de pepinillos; un huevo; una lima; 150 ml aceite de oliva virgen extra; una cucharadita de mostaza en polvo; una chalota.

**Elaboración.** Sofreír el ajo y la guindilla. Retirar y conservar. Confitar el skrei a 80° seis minutos. Triturar los pimientos y mezclar con la mahonesa. Mezclar la mostaza con agua, incorporar una yema, añadir aceite y emulsionar. Agregar pepinillos, aceitunas y chalota picados. Salpimentar y añadir el zumo de media lima. Rehogar las verduras con la salsa de soja y el vino blanco. Colocar encima el skrei, napar con la salsa piquillo, rayar el queso y gratinar. Añadir unos fideos de pasta de rollitos en juliana y frita y la mahonesa.



GOURMET Skrei

# ORO DE NORUEGA

Viaje al Ártico para capturar, cocinar y degustar un preciado bacalao. Por JUAN CARLOS

RODRÍGUEZ Fotografías de M. FISKUM Y Ø. BERTELSEN

# E

El sol helado del Ártico se refleja en las cumbres nevadas de las islas Lofoten, al norte de Noruega. Situada entre los paralelos 67 y 68 de latitud norte, más allá del Círculo Polar, conforman un muro montañoso atravesado por innumerables fiordos. No por casualidad, Lofoten significa *pie de lince*. Desde la avioneta se divisa un paisaje de belleza casi irreal, como sacado de un sueño de Tolkien. Mientras sobrevolamos este archipiélago de 24.000 habitantes, la azafata nos informa de que las condiciones climatológicas son óptimas para ver auroras boreales. Ojalá. Aunque el motivo de nuestro viaje, rea-

lizado a mediados de enero, es conocer la cultura del skrei: el bacalao *pata negra* que, desde hace siglos, es el principal sustento de los pescadores de Lofoten.

Como las auroras boreales, la llegada del skrei (que en noruego significa *el nómada*) es un pequeño milagro que acaece cíclicamente cuando llega el invierno. Cuando los marineros gritan: “¡Ya vienen, ya vienen!”, es señal de que este pez migratorio ha regresado y se celebra por todo lo alto. No solo en Lofoten, sino en el archipiélago vecino de Vesterålen, situado al noreste. La temporada de pesca abarca desde enero hasta abril, y durante estos meses los barcos salen del puerto en busca de este tesoro con escamas.

Lo que convierte a un bacalao normal (*Gadus morhua*) en skrei es su épico viaje de más de 4.000 km:

## 2. SKREI CON PIMIENTO

### ASADO E HINOJO. BEN

### POLLINGER (EEUU). Ingredientes.

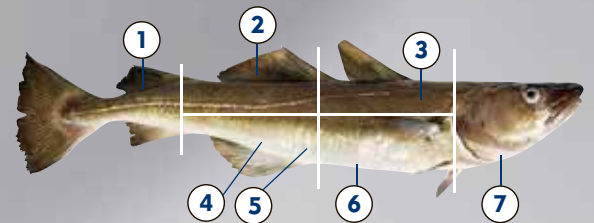
Cuatro trozos de *skrei* de 150 g; dos cucharadas de aceite de oliva; una cebolla blanca pequeña; cinco dientes de ajo; un hinojo pequeño; una patata Yukon Gold mediana; un bote de pimientos rojos asados; ¼ cucharadita de pimienta cayena; ¼ vaso de vino blanco; tres vasos de agua; albahaca; brotes de espinacas. **Elaboración.**

Cortar la cebolla en tiras finas, media patata en cubos pequeños y la otra en trozos. Hervir los trozos grandes con dos vasos de agua y sal. Calentar ajo y cebolla en una sartén. Añadir el hinojo y los cubitos de patata. Cocer cuatro minutos. Incorporar la cayena y el vino blanco y dejar que reduzca. Echar agua, los pimientos y el agua de cocción de las patatas. Machacar las patatas cocidas e incorporar. Cocer a fuego lento 12 minutos. Salpimentar los filetes de *skrei*, echarlos a la sopa, cocer suavemente, retirarlos cuando estén hechos y disponerlos en los cuencos. Agregar a la sopa la albahaca troceada y las espinacas. Añadir un cazo al *skrei*.



la migración que realiza, con entre 400.000 y cinco millones de huevos en su interior, desde las frías aguas del Mar de Barents, al norte de Rusia, hasta las cálidas aguas de Lofoten, donde nació, para desovar. Gracias a la influencia de las corrientes del golfo de México, las temperaturas de dichas aguas no suelen bajar de los 5° C incluso en invierno, siendo idóneas para la reproducción de esta especie. Cuando alcanza su madurez sexual, con cuatro o cinco años de edad y más de tres kilos de peso, *el nómada* siente que ha llegado el momento de volver a casa. Durante su largo viaje por el océano Ártico, se alimenta de marisco y arenques al tiempo que va desarrollando unos músculos de atleta. Esto se traduce en una carne más firme, jugosa y menos grasa que la de sus congéneres más sedentarios.

Nuestra avioneta aterriza en el archipiélago Vesterålen, conectado por tierra firme con el de Lofoten a través de puentes. El aeropuerto de Stokmarknes, en la ciudad de Skagen, es el punto de encuentro de *los siete magníficos del skrei*, como los organizadores del viaje denominan a los siete chefs invitados a esta expedición cultural y gastronómica. Se trata del chinoespañol Hung Fai (Hotel Igueretxe, Bilbao), el sueco Stefan Karlsson (Fond, Gotemburgo), el norteamericano Ben Pollinger (Oceana, Nueva York), el portugués José Fernando do Rêgo Cordeiro (Chefe Cordeiro, Lisboa), el alemán Gerald Zogbaum (Küchenwerkstatt, Hamburgo), el británico Simon Hulstone (The Elephant, Torquay) y el francés Thibault Tournaire (Fish Club, París). Entre todos suman cinco ▶



### UN SUCULENTO DESPIECE

**1. COLA.** Sabrosa, pero no tan apreciada como el lomo por su grosor irregular. **2. LOMO BAJO.** Muy apreciado para horno y plancha. **3. LOMO ALTO.** Parecido al lomo bajo, permite cortes más grandes. **4. HUEVAS.** Hay que tomarlas muy frescas, por lo que no suelen llegar a España. **5. HÍGADO.** Rico en vitamina D2, se usa para hacer patés. **6. VENTRESCA.** La parte más gelatinosa y una de las más jugosas. **7. LENGUA.** No es raro ofrecerla rebozada.

► estrellas Michelin. Durante dos intensas jornadas pescarán, cocinarán y degustarán *skrei* en su hábitat natural. Antes que ellos, fue el gran Paul Bocuse quien lanzó a la fama al bacalao más sibarita al incluirlo, en 1987, entre los ingredientes principales de su famosísima olimpiada culinaria (Bocuse d'Or) de Lyon.

Como dice Hung Fai, el representante español de origen chino (Hong Kong, 11-VIII-1973), “se trata de descubrir todos los secretos de esta joya gastronómica y de que cada cual intente sacarle el mejor partido”. En un maletín guarda los ingredientes con los que preparará su plato, un *skrei* al pil-pil sobre una base de espárragos en forma de balsa. “Lo he bautizado *El viaje del nómada*”, adelanta este experto en alta cocina asiática y exconcurante de *Top Chef*.

Tras los saludos de rigor, un autobús traslada a chefs y periodistas hasta Sortland, también conocida como la ciudad azul por sus casitas pintadas de este color. Allí, en el café Ekspedisjon, el propietario, Ringo Haupt, nos ofrece unos sabrosos entrantes de *skrei* fresco: lengua rebozada, paté de hígado, huevas... “Del *skrei* se aprovecha todo, hasta la cabeza”, afirma Tove Sleipnes, directora de marketing de Bacalao del Consejo de Productos del Mar de Noruega, que se encarga de introducirnos en la leyenda de este pez totémico. “Las características que diferencian al *skrei* del bacalao normal proceden de los cambios físicos por no haber desovado y del largo recorrido migratorio. De hecho, una vez culminado su apareamiento en islas de Lofoten, vuelve a ser un bacalao normal”. Lo comprobamos al degustar el plato principal: lomo en rodajas escaladas, acompañado de patatas hervidas y mantequilla. Sus lascas de color nacarado, tersas y relucientes, se separan con facilidad. Rico en ácidos grasos omega-3, vitamina D2 y vitamina A, este pescado tiene, sin embargo, un escaso contenido calórico.

**CADA VEZ MÁS.** Aunque los hidrocarburos constituyen hoy el principal motor de la economía de Noruega, durante siglos la comercialización de bacalao fue la mayor fuente de riqueza del país. En la actualidad, la exportación de bacalao seco y salado a España ronda las 6.000 toneladas al año, cantidad que se ha mantenido estable a lo largo de la última década. Curiosamente, las ventas de *skrei* fresco han aumentado sensiblemente en los últimos cinco años, según datos del consejo: si entre enero y abril de 2009 se vendieron 663 toneladas, en 2013 llegaron a 2.181, lo que supone unas ventas aproximadas de seis millones de euros (su precio en pescadería oscila entre los siete y los 12 euros por kilo). Este incremento se debe a un mayor conocimiento del producto, a una creciente demanda y una mayor cuota pesquera en Noruega.

Son las cuatro de la tarde y afuera se hace de noche. Es hora de partir hacia Myre, uno de los mayores pueblos pescadores de toda Noruega. Por el camino es fácil encontrarse con unas estructuras de madera llamadas catedrales del bacalao, secaderos naturales donde el pescado fresco, atado por la cola y boca abajo, se orea al aire libre. Denominados *torrfisk* por los vikingos, llegaron a Italia en el siglo XV a través de la República de Venecia. Allí el producto se conoce como *stoccafisso* y tiene gran prestigio culinario.

En la escuela de cocina de Myre, el chef Jostein Medhus recibe con un caluroso abrazo a los *siete magníficos*, que con las nociones aprendidas se disponen



### 3. SKREI DE BLANCO. STEFAN KARLSSON (SUECIA).

#### Ingredientes (4 pers.).

Cuatro lomos de *skrei* de 160 g; mantequilla; sal marina en escamas.

**Elaboración.** Salar el *skrei*. Precalentar el horno a 130°. Homear en bandeja hasta que el corazón del pescado alcance 45°. Servir con las guarniciones. **Caldo de mar**

**con ostras:** 500 g de mejillones; dos chalotas; 250 ml de vino blanco;

mantequilla; hinojo; 500 ml de nata; ocho ostras; sal; pimienta blanca. Saltear las chalotas y el hinojo. Añadir los mejillones y el vino, hervir y echar la nata. Poner las ostras en una licuadora con mantequilla. Añadir el caldo de los mejillones, batir hasta ligar, hervir y salpimentar. **Migas de pan fritas:** 100 g de pan rallado; mantequilla; sal; pimienta blanca. Freír el pan y salpimentar. **Anchoas glaseadas:** ocho huevos de codorniz, ocho patatas, alcachofas, una chirimía y dos raíces de salsifis negros (todo cocido); anchoa picada; mantequilla; sal; pimienta. Calentar agua y echar los tubérculos precocidos. Cocer a fuego lento, escurrir y añadir mantequilla y anchoas. Salpimentar. Calentar los huevos y servir.



### 4. SKREI CONFITADO CON PURÉ DE GARBANZOS. JOSÉ CORDEIRO

#### (PORTUGAL). Ingredientes.

Cuatro lomos de *skrei*; aceite de oliva virgen extra; 30 g de sal marina; 10 g de sal fina; 100 g de ajo; 150 g de cebolla morada; 150 g de zanahorias; 300 g de limón; seis hojas de laurel, 700 g de garbanzos; 30 g de

mostaza; 40 ml de vinagre de vino; 100 g de jamón ahumado portugués; 200 g de brócoli; 200 g de coliflor; 400 g de tomate Roma; perejil; cilantro; brotes de guisantes y de remolacha; pétalos. **Elaboración.** Cortar el *skrei* en porciones de 160 g y marinar con sal, ajo y limón. Hervir los garbanzos con sal, zanahorias, laurel y cebolla. Saltear el jamón en dados con ajo y los garbanzos. Escurrir y triturar. Aderezar con limón. Hervir la coliflor en leche, sal y agua. Aparte, solo con agua, la zanahoria y después el brócoli. Confitar el *skrei* 10 minutos a 75° y dorar. Sazonar el tomate en dados con aceite, vinagre, sal y mostaza. Servir el *skrei* sobre el puré y, encima, la brunoise de tomate. Acompañar con las verduras y decorar con brotes y pétalos.

## SABOR MÁS INTENSO

El bacalao *skrei* (bacalao nómada en noruego) es la misma variedad que habita en el mar de Barents (en el norte de este país) y se traslada al archipiélago de Lofoten para realizar el desove en las épocas de febrero y marzo. Ya que tienen que recorrer demasiados kilómetros para ello y las temperaturas del Ártico son tan frías, necesitan acumular bastante grasa para realizar dicho viaje; por ello tienen unas características especiales tales como su sabor más intenso, su jugosidad al comerlo y la carne más blanca y más brillante. Su pesca dura muy pocos días y ha sido un bacalao que ha servido como fuente de alimento durante milenios.

Por JOSÉ LUIS JOÃO ALVES, propietario del restaurante portugués especializado en bacalao Tras-Os-Montes (Senda del Infante, 28. Madrid. Tel.: 91 376 57 27. [www.trasosmontes.es](http://www.trasosmontes.es)).



a elaborar sus propias recetas. Hung Fai, el chef chinoespañol, tiene un pequeño contratiempo: los espárragos trigueros que traía han fermentado dentro de la bolsa. Por fortuna, su colega noruego le presta unas algas codium y el plato no naufraga. “El cambio ha sido un acierto, las algas le han dado un toque a mar”, explica satisfecho.

A su lado, José Cordeiro se afana en cocinar un *skrei* confitado con garbanzos al que añadirá jamón de Braganza. “Es un homenaje a la frontera entre España y Portugal”, explica. Y acto seguido confiesa en voz baja, con un guiño de complicidad: “Los noruegos tienen el producto, pero nosotros somos los mejores cocinándolo”. Cordeiro ya conocía a su colega alemán, Gerald Zogbaum. Antes de preparar su plato, *Cielo y tierra*, a base de manzanas, patatas y salchichas, Zogbaum introduce el pescado en agua fría a la que añade sal y azúcar. “Para darle firmeza y potenciar su sabor”, aclara. Al final de la cena, los comensales agradecen con un aplauso la creatividad de los *siete magníficos*, que al día siguiente vivirán la experiencia más emocionante del viaje: una jornada de pesca en alta mar.

Abrigados como esquimales, salimos del acogedor Hotel Myre antes del amanecer. Nada más llegar al barco, el patrón nos entrega los monos de faena y nos enseña a manejar la caña. “¡Ha picado uno!”, grita a la media hora el norteamericano Ben Pollinger. Emocionado, acaba capturando un hermoso ejemplar de unos seis kilos, el primero de tres. En un abrir y cerrar de ojos, el patrón quita el anzuelo, desangra al pez y lo introduce en una batea de agua helada. Además de la pesca con caña, el *skrei* también se puede pescar con palangre (un sedal con anzuelos que se va arrastrando detrás del barco) o mediante arrastre. Los barcos y las redes no deben superar un tamaño y una cantidad determinados para que la pesca sea sostenible.

Tras la mañana de pesca asistimos al tradicional concurso de cortadores de lenguas en una lonja de Myre. A los niños se les reserva el derecho de cortarlas y comercializarlas, un rito iniciático que les introduce en la actividad pesquera. Junto a una cinta mecánica, los concursantes y los chefs introducen las cabezas de *skrei* en un pincho metálico y, lo más rápido posible, pegan un tajo al preciado apéndice. Hung Fai resulta el vencedor entre los chefs.

Como broche del viaje, cenamos en casa de un crítico gastronómico de Myre, que junto a su mujer nos enseña a preparar el plato tradicional, llamado *mølje*. Los trozos de bacalao hervido se sirven acompañados por el hígado, las huevas y la lengua previamente cocinados, a lo que se añade una guarnición de patatas al vapor y puré de guisantes. “Es una receta muy sencilla, pero el resultado es magistral”, subraya a los postres Hung Fai mientras levanta su copa y agradece la invitación. De regreso al hotel, el chófer detiene en seco el coche. Cree haber visto un destello en el horizonte. Esperamos unos minutos a que aparezca una aurora boreal, pero el cielo está cubierto de nubes y el hechizo no se produce. No importa: el *skrei* y su mágico entorno ya nos han cautivado. ◀



**FRESCO.** El chef chinoespañol Hung Fai, con un *skrei* recién pescado.