

Una nova mirada a la manera de menjar




Charles Spence | Cedida

Amb el boom generalitzat i global que viu el món de la cuina i totes les seves derivacions val la pena recuperar un llibre molt interessant i aclaridor, *Gastrofísica. La nueva ciencia de la comida*, de Charles Spence. Spence és el director del Laboratori d'Investigació de Modalitat Creuada (Cross-Modal) i catedràtic de Psicologia Experimental de la Universitat d'Oxford. Porta molts anys investigant la manera que tenim els humans de percebre el món que ens envolta i totes les variables que la condicionen. Assessora multinacionals i també comparteix treballs amb cuiners de primera línia com Ferran Adrià d'elBulli i Heston Blumenthal de The Fat Duck amb tota mena d'experiències que tenen a veure amb les percepcions multisensorials i el disseny d'experiències sensibles.

Això, que de vegades als neòfits els pot arribar a sonar a enganyifa, té molt a veure amb la manera que tenen els sentits i el cervell de percebre determinats estímuls externs, sobretot dels universos gastronòmics. Paidós va publicar aquest *Gastrofísica. La nueva ciencia de la comida*, que és un treball força aclaridor que ens ajuda a entendre que no tot es tan senzill com pot semblar a primera vista.

Una anècdota força il·lustrativa. Blumenthal va crear un gelat de cranc per acompanyar un risotto. Molt satisfet amb el resultat, el gelat comptava també amb l'acceptació de l'equip. Només calia un últim pas, deixar-lo tastar a un grup de clients fidels i valorar les seves reaccions. Després del tast tots van coincidir que estava massa salat i que no els agradava gens. Tanta diferència hi havia entre el paladar dels cuiners i el dels clients com per arribar a conclusions del tot oposades?

La resposta és no. El que passa és que els clients hi van arribar a cegues, sense informació prèvia i es van enfrontar a un gelat de color de rosa que, inconscientment van associar amb la maduixa i amb les fruites dolces. Amb aquestes expectatives, era obvi imaginar que la percepció



obtinguda era del tot salada. Cap dels comensals va afrontar el tast sabent que al davant tenia un gelat de peix. Més endavant es va repetir el tast, avisant què es tractava d'un gelat salat (identificat només amb un número) i els resultats van ser del tot diferents i les valoracions el van considerar un gran plat molt saborós.

Tot i no ser una disciplina científica consolidada i acceptada, el cert és que la gastrofísica va agafant protagonisme i, de fet, simplificant-ho força vindria a ser tot allò que té a veure amb el sabor final dels aliments exceptuant el sabor mateix. La gastrofísica té a veure amb la temperatura, amb les expectatives mentals, amb el pes de la coberteria, amb la decoració, amb el color del plat, amb la companyia que tenim a l'hora de menjar i amb infinitat d'elements que poden fer variar el resultat final de les percepcions que obtenim d'una preparació concreta.

En aquest sentit, es tracta d'estudiar i de valorar tot el que fa referència al sabor, ja que el gust només el podem percebre a través de les papil·les gustatives de la llengua. El sabor és una qüestió molt més complexa.

Si ens diuen que som a punt de tastar un líquid molt amarg, el cervell ja es prepara abans de rebre el primer estímul gustatiu per assumir-ho. De la mateixa manera, si fem un tast de vins i ens diuen que un d'ells és molt més car que la resta, els mecanismes cognitius s'adeqüen i és molt probable que ens sembli més bo que la resta encara que els marcadors neuronals reals no mostrin cap activitat diferenciada.

Això fa que els científics i també les grans companyies, s'interessin força per aquestes qüestions que afecten a la manera de percebre els sabors i a totes les opcions que ho poden condicionar o alterar. I a nivell de curiositat (però no tant) podem parlar d'alguns fets com que el pes dels coberts fa que augmenti la percepció de qualitat de l'aliment que es consumeix; si mengem crispetes al cinema, en consumirem un 55% més si veiem una pel·lícula trista que una d'acció; com més gent hi ha a la taula, més es menja. Les sensacions afecten a tots els sentits de manera individual i també en bloc, convertint-se en un bombardeig que canvia i condiciona l'efecte final.

Sigui com sigui, endinsar-nos a *Gastrofísica* és afrontar el fet de menjar amb una nova mirada.