

AL DÍA

Una cruzada para descubrir los platos sin azúcar

A partir de 2004, La Arruzafa aplicará una iniciativa novedosa basada en incluir en su menú degustaciones para diabéticos

David Jurado

Existen menús de varios platos, distintos precios y de temporada. La forma de anunciarlos en bares o restaurantes puede ser más o menos atractiva. Algunos incluyen el pan y el café, y otros sólo se sirven durante los días de la semana. Pero la mayoría de ellos carecen de manjares adaptados a las necesidades de las personas con diabetes. A partir de 2004 esto va a cambiar. El Parador de La Arruzafa incluirá en su menú platos para los afectados por esta enfermedad, con una relación de recetas sin azúcares para todos sus clientes.

El jefe de cocina de este establecimiento hostelero, Timoteo Gutiérrez, quien conoce bastante bien la gastronomía especial para diabéticos al padecer esta enfermedad, informó de que en un principio se empezará a trabajar con los postres, principal quebradero de cabeza para estas personas por su alto contenido en azúcar. Para ello, este cocinero está estudiando el tipo de manjares a ofrecer. Por el momento, el jefe de cocina de La Arruzafa tiene claro que incluirá en el menú del parador del año próximo el pastel de

requesón y el helado, puesto que ya existen en el mercado varias marcas especializadas en estos productos. El resto de dulces y postres quedan todavía por definir, pero con sacarina en lugar de azúcar, este cocinero espera ampliar notablemente la oferta gastronómica para diabéticos.

Gutiérrez, además de ser un reconocido cocinero, es también un experto en diabetes. De hecho, con motivo de la celebración del Día Mundial de la Diabetes de este año participó en una conferencia en Plasencia para abordar las claves alimentarias que deben tener en cuenta los afectados por esta enfermedad. Para este profesional de la gastronomía, "los diabéticos podemos y debemos comer de todo pero con moderación ya que nuestros niveles de insulina dependerán mucho del peso de cada

LAGUNA

Las escuelas de hostelería no forman a los futuros profesionales de la cocina en la elaboración de platos para diabéticos

persona, de si se hace o no ejercicio físico, o del tipo de trabajo que realice cada uno y de otros muchos factores".

Entre éstos, hay que ser prudentes y no dejarse llevar por las modas comerciales y los excesos, sobre todo con motivo de la Navidad, cuando los dulces, chocolates, bombones y demás golosinas



PIONERO. Timoteo Gutiérrez es jefe de cocina del Parador de La Arruzafa de Córdoba. También es diabético, por lo que ha puesto su saber culinario al servicio de los afectados por esta enfermedad para crear platos sin azúcar.



COMENSALES. Dos personas degustan algunos de los platos para diabéticos que a partir del próximo año se ofrecerán en el Parador.

inundan los hogares cordobeses. Gutiérrez afirma que "con moderación podremos picotear de todo".

No obstante, los diabéticos sufren una leve marginación cuando entran en un restaurante o centro comercial, ya que o bien no existen productos específicos para ellos o los que existen son demasiado caros. Además, en las escuelas de hostelería no se enseña a los futuros profesionales de la gastronomía la elaboración de platos sin azúcares adaptados para diabéticos. "Esperemos que en un futuro muy inmediato se incluya una asignatura al respecto", matiza el jefe de cocina de La Arruzafa.

Además, la literatura existente sobre gastronomía para diabéticos es inexistente, por lo que los afectados tienen que ceñirse a las dietas que les marcan los médicos. Si la cocina es un arte y comer forma parte de la alegría de vivir, los diabéticos no tendrían que estar privados de este privilegio.