

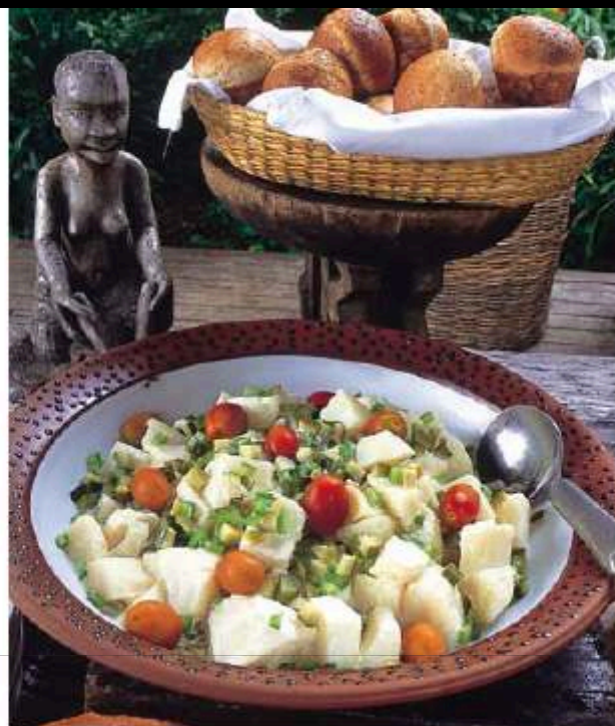
LA GASTRONOMÍA



La gastronomía sudafricana tiene la fortuna de contar con excelentes y abundantes materias primas (como la langosta o los pescados del Cabo, el cordero del Karoo o las frutas tropicales de Kwazulu Natal) y con el talento aportado por oleadas de emigrantes que han creado un auténtico *ovo ius* culinario de sabores. Comer bien en Sudáfrica no sólo es fácil sino casi una obligación para el viajero que quiera apreciar el resultado de una larga tradición que mimó la cocina, cuidó los detalles, eligió bien el vino y compite por ofrecer un enorme agradable, excelentes vistas o el mejor servicio.

El área del Cabo es el territorio donde reinan los pescados,

los *fruits de mer* y la langosta, que se ofrece —condimentada o a la plancha— a unos precios mucho más bajos que en Europa. En las cartas de los restaurantes es fácil que aparezca, como pescado principal, *line fish*, es decir, el pescado del día: fresco, recién traído de la lonja. Muy apreciados son el *kingfish* (pescado blanco, suave, parecido al rape), el *stem bier* (típico de False Bay, de sabor parecido al lenguado), el *skot* (manta raya) o el *moet* (una especie de atún). La variedad de pescados es enorme y propia de unas costas azocadas por corrientes frías (el Atlántico) que atraen a pescadores de medio mundo (incluidos los españoles) para capturar bocados exquisitos.



A los pescados hay que añadir la calidad de calamares, gambas, langostinos (el *eggfish*), pulpo y las excelentes ostras de Kinyana.

En Ciudad del Cabo, por otra parte, será fácil encontrar acentos muy cosmopolitas en la cocina: influencias malayas, chinas, indias y europeas (franceses, ingleses, alemanes, principalmente). Los estilos y sabores indios (el *curry*, los *mtsoori*) están aún más presentes en la culinaria de Durban y de Kwarulu Natal, donde son muy comunes platos ligeros y picantes como los *stews* (judías con tomate y *curry*) o el *boobotie* (picadillo de carne, cebolla y huevo con *curry*).

La cocina del *booi* (antílopes,

cebras...) no es muy común, salvo excepciones como la exquisita cazuela de gallina de guinea o la cecina o carne seca (*biltong*) de antlope o elefante, que se toma como aperitivo. Muy popular es el restaurante Carnivore, en Johannesburgo, que ofrece en sus rodicios carne de cebra, cocodrilo, serpiente, avestruz y varias clases de antílopes.

Una auténtica pasión nacional es el *braai*, la barbacoa, más por razones sociales que culinarias, si bien hay auténticos especialistas en dar el pumero a una carne por lo común excepcional que se sirve acompañada de una salsa llamada *boetsoos* o de otra no menos famosa llamada *shaka-*



LOS 10 MEJORES RESTAURANTES

No le será difícil encontrar buenos restaurantes durante su estancia en Sudáfrica, incluidos los restaurantes de hotel, tan denostados en otras partes del mundo. Una mínima selección destacaría los que según la última selección de la revista *Eat Out* configuran el Top 10 gastronómico

del país: La Colombe, The Roundhouse y The Greenhouse, en Ciudad del Cabo; Mosaic, en Pretoria; Rust en Vrede, Terroir y Overture en Stellenbosch; The Restaurant at Grande Provence, en Franschhoek; Roots, en Krugersdorp, y 9th Avenue Bristo and Bar, en Durban.

laik. Más sencillo es el *bumy chow* callejero: bocadillo de *curry*, en algunos puestos delicioso. Otros platos muy típicos son el *braafie* (cazuela de cordero y verduras) y los *mtsoeri* (pinchos morunos de cordero o cerdo con cebollas).

Los postres registran sobre todo influencias europeas, alemanas y francesas, y tienen una especial tradición en el área de los viñedos del Cabo. Muy dulces son los *toetnoots*, bollitos fritos empueltos en sirope, y un tanto agrídules las frutas *chutney*, en conserva y condimentadas con *curry*.

La tradición inglesa obliga a contar con un buen abanico de té. El más famoso té local es el *rooibos*, té de arbusto digestivo,

que se recomienda con leche. Entre los licores, destaca el conocido *amarula*, realizado con la fruta amarilla del árbol de la manila, bastante dulce.

La cultura del vino ha calado hondo en las mesas sudafricanas, que difícilmente perdonarían la elección de un buen vino a la hora de disfrutar del *memi*. El arco vinícola nacional comprende cavas, espumosos, jerez, oporto, coñac y una amplia referencia de tintos y blancos por lo común jóvenes, de buen cuerpo y mejor color, complejo aroma, inmensos en el gusto y ligeros en el paladar. Los blancos *sparkling* y afrutados y los tintos jóvenes son toda una tentación. ◊