



El ser humano no suele reflexionar acerca del prodigio de la naturaleza más cercana.

## flores en el plato

→ Santiago Orts



Receta de Montse Estruch

Pensamos que todo lo que está a nuestro alrededor o entorno no es sino el producto de la casualidad o de algo similar sin reparar que algo tan simple como una simple flor puede ser el resultado de millones de años de evolución vegetal.

Los primeros pseudo-vegetales que colonizaron la tierra fueron los líquenes, una asociación simbiótica entre un alga y un hongo. Millones de años después, la evolución vegetal desembocó en unos helechos muy arcaicos y simples que podían vivir en tierra firme y se reproducían (y lo siguen haciendo hoy) gracias a unas estructuras muy simples llamadas esporas, una especie de semilla

microscópica pero muy simplificada que se dispersa por el aire y que germina con una humedad ambiental determinada. Esto ocurría hace entre 400 y 500 millones de años.

Las primeras plantas con una estructura especial para la reproducción fueron las gimnospermas, entre otras, las coníferas: pinos, cipreses o abetos. Estas estructuras eran elementos formados por un cuerpo ovalado abierto que dejaba a la vista una especie de columna central a la que se unían una especie de óvulos que tras ser fecundados por el polen masculino, darían lugar a semillas que estaban protegidas por una especie de escudete, estructuras que hoy conocemos como piñas de los pinos. Estamos hablando del periodo Carbonífero, y de esto es hace unos ¡280 millones de años! Las primeras plantas con flores no surgirán hasta unos 50 millones de años después.

Las flores son las estructuras más complicadas que desarrolla la evolución de los vegetales con un doble objetivo: primero encerrar o proteger los órganos reproductores de las plantas (pistilos que contienen los óvulos y estambres con sus granos de polen) y en segundo lugar servir de atracción a los principales vectores de la polinización, casi siempre los insectos (otras veces los pájaros) que ayuden a la reproducción y garanticen el milagro de la vida.

La flor más primitiva es la magnolia con pétalos simples y muy grandes, la más evolucionada la orquídea compleja en diseño, colores y formas. No todo lo que nos parecen flores los son en sentido estricto, por ejemplo hay ocasiones que las flores vienen reunidas en otras estructuras florales superiores más complejas llamadas inflorescencias.





Las inflorescencias son conjuntos o agrupaciones de flores, por ejemplo: el girasol, la alcachofa o la manzanilla no son flores sino inflorescencias y están formadas por cientos de diminutas florecillas individuales de forma tubular cuyo conjunto resulta mucho más llamativo a la vista y en la distancia para los insectos. Otras inflorescencias se pueden presentar en estructuras diferentes: en forma de racimo, como la vid, o en forma de umbela - forma de paraguas - como el hinojo, anís o zanahoria.

Gracias a la enorme diversidad vegetal, hay flores de muchos tipos pero todas persiguen el mismo patrón de protección y de atracción y, el hombre, víctima también de esta atracción, ha sucumbido durante milenios a la magia de su belleza como elemento ornamental.

Lo que sí es reciente es el empleo de flores en la cocina. Fue la mítica Garguillou de Michel Bras, allá por los años 80, la que abrió la caja de Pandora. Hasta entonces, las flores sólo se empleaban en la cocina para elaborar las clásicas infusiones de manzanilla, rosas, violetas ó destilados del azahar o jazmín y quizás como centro de adorno en las mesas.

Desde entonces, las flores son usadas básicamente como elementos de adorno cromático, han ganado un hueco en los platos de la cocina más vanguardista, aunque no solo como decoración. Algunas también aportan interesantes notas de sabor como el caso de las flores de las plantas aromáticas (romero, lavanda, tomillo o violetas), las de ajo o cebolla (Liliáceas), o las flores de azahar.

El punto más vanguardista en su utilización lo alcanzaron las flores (más bien las inflorescencias) de la Spillantes acmella, una planta de la familia de las Compuestas con efectos anestésicos y sedantes que introdujo El Bulli en el 2004 con su plato "leche eléctrica". También se emplean algunas especies de plantas que contienen sustancias que en una determinada cantidad pueden ser tóxicas para el hombre, pero que utilizadas en pequeñas dosis, resultan del todo inocuas. Hablamos del Tagete o de la Lantana.

## Cosecha y conservación

La floración es una etapa fugaz en el ciclo vital de las plantas, hay veces en que pueden durar semanas, como las orquídeas, pero en otras ocasiones puede ser tan breve que tan solo dure unas horas o, como es más frecuente, alcance a un solo día. En cualquiera de los casos, este proceso se puede prolongar si las flores se tratan adecuadamente.

La cosecha de las flores debe hacerse, al igual que cuando hablamos de las hierbas, solo de aquellas especies de plantas que conozcamos con certeza como comestibles. Se debería realizar con preferencia a primeras horas de la mañana. Como la mayoría de ellas son helio tróficas, es decir, que se abren con la luz solar, es mejor anticiparse a las horas de más calor con el objeto de que el producto esté lo más fresco posible y su durabilidad y tersura sea máxima. Los pétalos son estructuras muy frágiles que se dañan con mucha facilidad. Para ello, recomendamos manipularlas siempre con pinzas y cortarlas con tijeras para evitar tocarlas con los dedos ya que aumenta el riesgo de dañarlas.

Para su conservación, el mejor lugar es la cámara frigorífica. La opción idónea es colocarlas en un recipiente que contenga un papel absorbente en la base del mismo y donde las depositemos para que absorba la posible humedad que pueda precipitarse sobre los pétalos, evitando así la tan temida Botrytis, enfermedad causada por un hongo del mismo nombre que marchita prematuramente los pétalos.

Las flores de azahar suelen dar un resultado excelente en cocina. No solo se presentan como uno de los pétalos más carnosos y aromáticos de la naturaleza. Además, su tamaño, sabor aroma y textura es diferente para cada especie cítrica y su textura y aroma se conservan muy bien en cámara al menos durante una semana o hasta 10 días. Sus pétalos se desprenden fácilmente de la corola pero aun así resisten frescos sin problemas.

[www.huertodelcura.es](http://www.huertodelcura.es) ■

