

# Garam masala, el condimento hindú: qué es, cómo hacerlo y cuál es su uso

Las especias tienen la capacidad para transformar el más insípido de los platos en una exquisitez. Las combinaciones son infinitas, tantas como cocineros. Sin embargo existen mezclas que, por lo bien que funcionan, se han ganado un nombre propio. Tal es el caso del Garam masala. Si eres aficionado a la cocina hindú es más que probable que lo conozcas e, incluso, tengas un tarro en tu cocina. Pero si no es el caso, te contamos qué es el Garam masala y cómo prepararlo en casa.

Garam masala, que se traduce al castellano como *mezcla caliente*, es una combinación de especias **originaria del norte de la India**. Se utiliza para condimentar platos de carnes, pescados, mariscos y verduras. Recuerda a lo que en occidente conocemos como *polvos de curry* (que también es una mezcla de especias), solo que no es de color amarillo porque no contiene cúrcuma entre sus ingredientes.

## ¿Qué especias lleva el Garam masala?

La **mezcla básica** del Garam masala se elabora con semillas de cilantro, comino, canela, clavo de olor, nuez moscada, cardamomo y pimienta negra. No obstante no existe una preparación única y canónica. Los ingredientes de preparación del Garam masala varían de pueblo en pueblo, incluso de familia en familia. Con el Garam masala *cada maestrillo tiene su librillo*.



## ¿Se puede comprar ya hecho?

Puedes encontrar esta mezcla de especias lista para usar en **grandes superficies, mercados y tiendas especializadas**. Es más fácil encontrarla en grandes ciudades y en localidades turísticas, pero también se puede comprar en tiendas de alimentación on line. No obstante, si quieres cocinar con Garam masala, nuestra recomendación es que hagas tu propia mezcla.





# Nuestra receta de Garam masala

Aunque ya hemos mencionado que las especias y sus proporciones varían según quien prepare el Garam masala, **esta es la fórmula que nosotros usamos**. La puedes usar como punto de partida y adaptarla a tu gusto añadiendo o suprimiendo ingredientes, cambiando las cantidades, etc.

## Ingredientes



- Comino en grano 1 cucharadita
- Cilantro en grano 1 cucharadita
- Pimienta negra en grano 1 cucharadita
- Cardamomo 1/2 cucharadita
- Canela molida 1/2 cucharadita
- Nuez moscada 1/2 cucharadita
- Clavo de olor 1/4 cucharadita
- Chile seco una pizca

## Cómo hacer Garam masala casero

Dificultad: Fácil

- Tiempo total **15 m**
- Elaboración **5 m**
- Cocción **10 m**

Calentamos una sartén a fuego suave y agregamos todas las especias. Tostamos entre cinco y diez minutos para que suelten todo su aroma y sabor, controlando que no se quemen.

Cuando esto ocurra, retiramos del fuego y molemos en un mortero, con un molinillo de especias o café o, incluso, con un robot de cocina. Para conservarlo en buen estado durante meses, lo guardamos en un bote hermético y protegido de la luz y el calor.

Con estas proporciones se obtiene una **mezcla bastante equilibrada** de Garam masala. Ni muy fuerte, ni muy suave, ni muy picante y con todos los sabores y aromas de las especias presentes. Ninguna destaca sobre las demás.

Puedes preparar gran cantidad de Garam masala y usarlo cuando quieras. No obstante, para que se aprecien mejor y más su sabor

y aroma, lo ideal es **hacerlo al momento** para condimentar el plato. Es decir, moler, rallar o triturar cada especia según vamos cocinando.



## Hacer Garam masala en casa compensa (y mucho)

Tres son las razones esenciales por las que **compensa preparar Garam masala en casa**:

- **El coste.** El garam masala es una mezcla que suele venir en pequeñas cantidades y a precio elevado. Es más económico hacerlo nosotros mismos ya que por el mismo precio vamos a disponer de más cantidad.
- **La frescura.** No se puede comparar la potencia de sabor y aroma de una especia molida desde hace tiempo a la que aporta aquella recién molida.
- **El sabor.** Al no haber una receta oficial de Garam masala, hacerlo en casa permite personalizar la mezcla y adaptarla según nuestros gustos, preferencias e incluso cambiando las proporciones dependiendo del plato a utilizar.

## Cómo usar el Garam masala

Muchas son las elaboraciones a las que se puede añadir Garam masala, pero por lo general se utiliza para terminar **platos de curry, carnes, sopas, guisos y recetas con verduras**. También platos de legumbres como es el caso de lentejas y garbanzos y resulta muy interesante el sabor que aporta en el chocolate caliente, frutos secos especiados, así como galletas.

A diferencia de otras especias el Garam masala **se suele añadir al final de la cocción**. Lo puedes agregar a un estofado de verduras y pollo, por ejemplo, cuando esté a punto de terminar la cocción. Cinco minutos antes de apagar el fuego y servir, se incorpora el Garam masala. Con ello, sus sabores y aromas se conservan más intensos porque no se diluyen por completo y el sabor del plato es más potente.

Con información de Directo al Paladar y Receta Venezolana.