

# Siete países, siete comidas tradicionales de Navidad

La Navidad se celebra de muchas maneras en muchos rincones del mundo, y la cocina que marca la fiesta es tan diversa como la gente que la festeja.

Las tradiciones alimentarias son reconfortantes en un momento en el que muchos de nosotros hemos tenido otro año pandémico muy difícil. Y los platos navideños son particularmente especiales en muchos hogares.

La comida típica de Navidad puede ser diferente según el destino, pero la idea de darse un festín, ya sea el mismo día o la noche anterior, no lo es.

A continuación le mostramos cómo celebran la Navidad los habitantes de siete países a través de la gastronomía. Preguntamos a expertos en hostelería sobre estas tradiciones, y compartieron su perspectiva sobre lo que es típico para ellos, así como para sus familias y amigos.

## Francia

Los franceses disfrutan de su abundante comida navideña el 24 de diciembre, dice François Payard, el famoso pastelero que creció en Niza y ahora vive en Nueva York.

Los franceses se sientan a cenar alrededor de las 8 de la tarde, dice, y saborean un primer plato de marisco. Eso suele significar una langosta thermidor (un plato al horno del crustáceo cocido mezclado con mostaza, yemas de huevo y brandy) o unos langostinos.

A continuación, se sirve un gran capón (un pollo macho famoso por su ternura) y un surtido de guarniciones que incluye puré de patatas y castañas salteadas con mantequilla y cubiertas con salvia. «Las castañas son un elemento fijo en cualquier comida navideña para nosotros», dice Payard.

En Francia, la «bûche de Noël» es el dulce final de una copiosa comida navideña.

El postre, el gran final, es un tronco de Navidad, o bûche de Noël, la versión francesa de un pastel navideño. A menudo se sirven dos, uno de chocolate y otro de castañas. Para beber, el

mejor vino que se pueda conseguir, normalmente tinto de Borgoña que no tenga demasiado cuerpo para el capón.

El día de Navidad, los franceses saborean un abundante brunch que puede incluir huevos revueltos cremosos, salmón ahumado y tostadas. La comida termina con un surtido de quesos como el Brie, el Gruyere y el Munster, dice Payard.

## Italia

Al igual que en Francia, los italianos celebran la Navidad con su mayor despliegue en la víspera del gran día. Luca Finardi, director general del Mandarin Oriental de Milán, dice que los lugareños suelen asistir a la misa de medianoche y disfrutar de una suntuosa comida antes de ir a la iglesia.

El salmón ahumado con crostini de mantequilla o un bacalao salado ahumado es el precursor de la comida principal. Los italianos de las zonas costeras, como la Costa de Amalfi, pueden empezar con un crudo, como lubina con hierbas y sal marina, dice Finardi.

Los tortellini en brodo forman parte de muchos platos italianos de Nochebuena.

El siguiente plato es el tortellini in brodo (pasta rellena bañada en un caldo caliente de pollo y queso parmesano), que debe proceder de la región homónima de Italia.

Para la comida principal, los italianos del norte tienden a comer pavo relleno, mientras que los de las zonas costeras pueden degustar una gran lubina al horno rodeada de patatas y verduras asadas.

«El panettone, un pan dulce típico, es el elemento imprescindible en cualquier lugar», dice Finardi. «El secreto es calentarlo solo unos minutos». El Spumante, un vino espumoso, es la bebida preferida.

En cuanto a la famosa comida navideña italiana del banquete de los siete peces, Finardi dice que se limita principalmente a la región de Campania, que incluye la costa de Amalfi y Nápoles.

El día de Navidad tiene que ver más con la conexión con la familia y menos con la comida, dice Finardi. «Comemos las sobras y nos recuperamos del día anterior».

# Inglaterra y la Navidad

Los británicos no suelen darse el gusto de hacer su gran comida navideña en Nochebuena. «El 24 es para cocinar con nuestras familias e ir al pub local a tomar una pinta», dice Nicola Butler, propietaria de la empresa londinense de viajes de lujo NoteWorthy, sobre la Navidad en tiempos no pandémicos.

Los verdaderos festejos comienzan en la mañana de Navidad con una copa de champán y un desayuno de salmón ahumado y trozos de carne picada, dice. Ese mismo día, tras la emisión del discurso anual de Navidad de la Reina, llega la hora de la cena.

Eso significa un pavo o carne asada y una serie de acompañamientos como chirivías y zanahorias asadas, guisantes con mantequilla y coles de Bruselas. Algunas familias incluyen el pudín de Yorkshire, un sabroso producto horneado a base de harina, huevos y leche que se prepara con los restos de la carne.

El postre es el pudín de Navidad, que en realidad es un pastel oscuro y denso hecho con frutos secos, especias y normalmente un chorrito de brandy. «Tenemos mucho vino para acompañar la comida», dice Butler.

## Grecia

Maria Loi, la célebre chef griega, dice que las celebraciones navideñas del país comienzan en Nochebuena alrededor de las 7 de la tarde.

«Las familias se sientan alrededor de la chimenea y comen un pan de trigo especial que solo se hace en Navidad», dice. «En algunos hogares también se comen salchichas de cerdo. Es la única [ocasión] en que los griegos comen cerdo, porque esta carne no es habitual en nuestra cocina».

Las galletas de miel de Navidad forman parte de la comida típica de las fiestas griegas.

Después de asistir a una comunión matutina el día de Navidad, los griegos vuelven a casa para un festival de comida durante todo el día, dice Loi.

Lo primero son las galletas de miel caseras con nueces o almendras, seguidas de la sopa de pollo con orzo. Unas horas más tarde, se come un pollo asado relleno de castañas o variaciones de platos de cerdo a la parrilla o estofados. El plato principal

se acompaña de guarniciones como verduras silvestres salteadas, lechuga romana cortada en tiras finas con cebolletas y queso feta y patatas al limón asadas.

El postre es ligero y puede ser manzanas asadas con miel y nueces o yogur griego cubierto de miel. Para beber, Loi dice que los griegos prefieren el vino tinto.

## **Comida de Navidad en México**

Los mexicanos ponen en marcha las fiestas navideñas el 24 de diciembre, según Pablo Carmona y Josh Kremer, copropietarios de Hoteles Paradero, que va a abrir un local en Todos Santos, en la costa oeste del país.

«Las familias empiezan rompiendo una piñata que está llena de todo tipo de dulces de fabricación local con sabor a chile y tamarindo», dice Kremer. La cena sigue normalmente entre las 7 y las 10 de la noche.

La comida comienza con pozole, un guiso con grandes granos de maíz y carne de cerdo o de ternera que se acompaña de hasta 20 condimentos, como perejil, cilantro, chiles y quesos variados.

En un guiño a la influencia estadounidense en México, el plato principal, al menos para Carmona y Kremer, es un pavo con todos los adornos, como puré de patatas y judías verdes.

El pozole es una forma tradicional de empezar una comida navideña mexicana.

El dulce final suele ser un cremoso flan con fresas y nata. Pero la comida no está completa sin tequilas y mezcales para acompañar la comida.

El día 25, muchos mexicanos calientan las sobras de la noche anterior. «Estamos cansados y no queremos molestarnos en cocinar», dice Carmona.

## **Costa Rica**

Muchos costarricenses celebran la Navidad con una extravagancia a media noche, dice Leo Ghitis, propietario de los hoteles Nayara, en la sierra norte del país. «Vamos a la misa de medianoche y volvemos a casa y hacemos una gran comida a las 2 de la madrugada», dice.

Los tamales caseros, rellenos de pollo o cerdo o de verduras y

queso, son el primer plato. Después, arroz con pollo, el plato nacional de Costa Rica que se prepara con judías verdes, guisantes, zanahorias, azafrán, cilantro y un pollo entero troceado.

El tercer plato es un surtido de proteínas a la parrilla. Los costarricenses que viven en la costa tienen mariscos como el marlín, el atún, el dorado, las gambas y la langosta, mientras que los habitantes del interior comen ternera, cerdo y pollo. Los acompañamientos son los mismos para ambos: arroz con frijoles negros, fruta de palma hervida con crema agria y ensalada de palmitos con aguacate.

Los tamales caseros son un producto básico en Costa Rica.

El postre suele ser un flan de coco y un arroz con leche, es decir, arroz con leche, azúcar y canela.

«Rematamos la comida con mucho ponche de ron y ponche de huevo y no terminamos hasta las 4 o 5 de la mañana», dice Ghitis.

El día de Navidad en sí consiste en terminar las sobras y salir a la calle para celebrar fiestas al aire libre, dice.

## **La comida de Navidad en Bahamas**

El día de Navidad es la gran celebración gastronómica para los bahameños, dice Vonya Ifill, directora de talento y cultura del Rosewood Baha Mar. Los lugareños celebran una gran cena que incluye pavo, jamón, macarrones con queso, guisantes y arroz con leche de coco y ensalada de patatas.

Los guisantes y el arroz adornan muchos platos festivos en las Bahamas.

«Hacemos este festín por la noche y luego, a medianoche, salimos a celebrar el Día del Boxeo con un Festival Junkanoo», dice. «Después de bailar y desfilarse durante toda la noche y hasta la madrugada, terminamos la fiesta con un pescado hervido o un guiso de pescado».

El marisco, dice, siempre se acompaña de pan de patata o Johnny Cake, un pan plano de harina de maíz.

Con información de CNN