BRÚJULA COTIDIANA

Director Riccardo Cascioli

HECHOS PARA LA VERDAD

MONASTERIO EN LA COCINA/9

Los licores terapéuticos que fomentan la "lentitud"

CREACIóN 07_11_2020

Liana Marabini

La herboristería es un arte noble y antiguo que se ha cultivado y estudiado en los monasterios desde la Edad Media. En esa época, los monjes no sólo recolectaban plantas medicinales que crecían naturalmente, sino que empezaban a cultivarlas. Solían

secarlas para tenerlas siempre a mano.

Llegado un momento, sin embargo, descubrieron que podían conservarse durante más tiempo sumergiéndolas en alcohol cuando aún estaban frescas. Y así, los monjes comenzaron a multiplicar sus experimentos con diferentes plantas y especias, desarrollando "pociones" diseñadas para curar, tonificar y rejuvenecer. Se utilizaban todas las partes de la planta: las hojas, los tallos, las raíces, las flores, las semillas y las bayas. Cada componente tenía un uso en la obtención de estas bebidas fitoterapéuticas. Los llamaban "elixir": había uno para cada enfermedad y el sabor final cambiaba según las plantas utilizadas y el tiempo de infusión.

Los elixires son los precursores de los licores de hierbas que conocemos hoy en día, especialmente los amargos, desarrollados de manera particular por los licoristas monásticos. (Aunque también existían en la antigüedad: Hipócrates recomendaba un licor amargo preparado con cebada, miel y hierbas añadidas al vino para digerir largos y abundantes almuerzos).

A diferencia de los licores de aperitivo, que se sirven antes de la comida y que son más bien ligeros y secos, los digestivos, que se sirven al final de la comida, son mucho más fuertes en alcohol, y pueden ser dulces, amargos o incluso picantes. Pueden obtenerse por maceración de las plantas en alcohol, por destilación o por la combinación de ambos procesos. Los digestivos más conocidos fueron perfeccionados por los monjes entre los siglos XVI y XIX.

Los digestivos medicinales, que son, por así decirlo, la evolución de los elixires (nacidos con un mero propósito medicinal), se transformaron con el tiempo en bebidas de "sociedad", vendidas por los propios monasterios pero también en farmacias y herboristerías. Los licores amargos se administraban entonces como medicamentos estimulantes en caso de falta de apetito o como digestivos. Pero la definición de amargo como medicina digestiva cambió en 1906 debido a una reclamación de la *Food and Drug Administration* de los Estados Unidos que decretó su tributación como alcohol, lo que provocó una caída en las ventas.

Afortunadamente en Italia las propiedades beneficiosas de los licores amargos siguieron siendo apreciadas. De hecho, Italia sigue siendo el país productor con el mayor número de amargos del mundo, que van desde los vermús hasta los licores. Y todo gracias a los monasterios, conventos y abadías.

La receta del licor amargo medicinal fue transmitida de generación en generación por

los monjes. En los siglos IX y X se va formando una verdadera escuela de medicina, la llamada “Escuela de Salerno” que conocerá su mayor esplendor en los siglos siguientes. Su fecha de origen es incierta pero es seguro que nació en un ambiente monástico. De hecho, ya en el 820 parece que el archidiácono Adelmo di Montecassino había fundado un hospicio para enfermos en Salerno, mientras que la enfermería para los monjes ya funcionaba en la misma abadía desde los tiempos de san Benito.

Los digestivos son numerosos y casi todas las recetas son más o menos secretas. Una de las recetas más secretas es la de la *Chartreuse*, que es uno de los digestivos más famosos. Según la historia de la orden de los monjes cartujos, que sigue siendo propietaria de la receta y de la marca, fue el Mariscal de Estrées quien entregó la receta original a los monjes de la Cartuja de Vauvert, en París, en 1605. Pero fue el monasterio de Grande-Chartreuse, en Isère, el que asumió la producción en 1737, siguiendo la receta original, que luego fue mejorada por el farmacéutico del monasterio, el hermano Jérôme Maubec. Esta fórmula todavía es utilizada hoy en día por los monjes para producir el famoso licor verde, que también han realizado en otros colores.

El licor de hierbas *Bénédictine*, producido con las mismas 27 plantas y especias que cuando fue creado en la Abadía de Fécamp, Normandía, en 1510, es también un digestivo conocido y apreciado en todo el mundo. Además de estos legendarios digestivos, hay algunos menos conocidos, pero con historias significativas. El *Kylon*, por ejemplo, es un licor de hierbas similar al *Nocino* italiano (cuya receta completa este artículo). El *Kylon* es un elixir con propiedades digestivas y desintoxicantes, que es el resultado de una larga maceración de nueces verdes frescas mezcladas con treinta y dos plantas exóticas y alpinas, entre las que se encuentran clavo, naranja amarga, menta, canela, tomillo, cilantro, mejorana, anís verde, flor de tilo y raíz de achicoria.

Los Hermanos de la Sagrada Familia mantienen aún en secreto la composición completa. Esta congregación siempre ha estado presente en Belley, Francia. Expulsados de Francia en 1903, los hermanos de Belley tuvieron que mudarse al país vecino, Italia. Sólo unos pocos hermanos ancianos y enfermos permanecieron en Belley, donde sobrevivieron durante un largo período de 35 años, hasta 1939, cuando los hermanos exiliados también regresaron al país, algunos para ser reclutados al comienzo de la Segunda Guerra Mundial. A lo largo de los años, la Congregación se desarrolló en otros países de diferentes continentes. Y continuaron produciendo su propio digestivo.

En términos de producción, hoy en día nada o casi nada ha cambiado. La destilería extrae los principios de las plantas en alambiques de vapor. Y después de seis meses de maceración llega el momento de una larga crianza en barricas de roble. Lo único que ha

cambiado es la creación (en los años sesenta) de una bebida no alcohólica idéntica, llamada *Kario Kylon* –"extracto de nuez", en griego- mientras que la receta original de *Kylon* tiene un contenido de alcohol de 23°. En la antigüedad el alcohol era necesario para estabilizar la receta, mientras que hoy en día la pasteurización permite obtener un refresco conservando la mayoría de los ingredientes activos de las plantas.

Otros monasterios y abadías producen una gran variedad de digestivos. Algunos ya en el siglo XVIII, otros más recientemente, aprovechando el entusiasmo que las bebidas monásticas siempre han despertado. Los monjes y monjas de Lérins, Sénanque, Sainte-Marie-du-Désert, Vallombrosa, Monte Senario, Orte y muchos otros lugares, siguen produciendo digestivos a veces centenarios, a veces más recientes, en la más pura tradición de sus respectivas órdenes, custodios de un magnífico patrimonio que muchos envidian.

Existe incluso una empresa distribuidora, *Terra in cielo* (terraincielo.it) que en su rico catálogo vende los productos envasados por los religiosos de más de 50 monasterios, abadías y conventos, principalmente en Italia, pero también en Francia, Bélgica, Austria y Holanda. Actualmente hay ochocientos productos en el catálogo, incluyendo cervezas, vinos, miel, caramelos, remedios naturales y otras delicias, todos estrictamente naturales.

Todos los licores de hierbas se basan en el alcohol como ingrediente básico, que luego se aromatiza y se endulza. La base de la bebida espiritosa suele ser un brandy neutro, pero también puede ser un buen alcohol como el whisky escocés utilizado para hacer *Drambuie* o coñac, que se utiliza para hacer el *Grand Marnier*. La lista de ingredientes utilizados para aromatizar es interminable, limitada sólo por la imaginación del licorista. Pero muchos de los que se considera que tienen propiedades medicinales tienen un sabor amargo. Este es el caso de plantas como la genciana, la angélica y la quina, por ejemplo, conocidas por estimular las funciones digestivas.

Los licores amargos son ciertamente los que más se acercan a un digestivo real. Son numerosos, cientos sólo en Italia, y ofrecen una amplia gama de sabores. Algunos son más dulces y fáciles de beber, aunque el amargor sigue presente. Otros son muy amargos y deben ser "domesticados" (con un poco de agua, o mejor aún, con cubitos de hielo). Y así es como las bebidas diseñadas para curar enfermedades se convierten en "bebidas de la sociedad".

Puede que los digestivos no tengan las virtudes digestivas que se les atribuyen, pero el "ritual digestivo" merece su atención. Terminar la comida con un ritual digestivo prolonga el placer de la cena y la compañía de los amigos, la velada y la conversación.

Para relajarse, charlar, reír. Para disfrutar del tiempo. Hay algo lento en los digestivos. Nunca los bebemos rápido. Los probamos, los degustamos, los saboreamos. Tal vez esa sea su virtud curativa: fomentan la lentitud. Y no hay nada como el tiempo que avanza lentamente para digerir bien.