

«Γαστρονομική Νοημοσύνη»

(Σε ασύνδετο σχήμα)



Γράφει ο
Βύρων Τομάζος
Μηχανολόγος,
Απόφοιτος Πολυτεχνείου
Μονάχου
e-mail: btomazos@gmail.com

Στις 5 Απριλίου στην αίθουσα Ιωνία της Βούλας έγινε η παρουσίαση του βιβλίου «Γαστρονομική Νοημοσύνη», του Γιώργου Κωστούλα. Ο Γιώργος Κωστούλας είναι συνάδελφος-αρθρογράφος στην εφημερίδα «Η Βούλα κι ο κόσμος της», που εκδίδει ο εκδοτικός οίκος Metro που εξέδωσε και το βιβλίο.

Όταν δει κανείς τον τίτλο διερωτάται «Μα τι σχέση έχει η γαστρονομία με τη νοημοσύνη;», μιας και ο πολύς κόσμος έχει συνδέσει τη γαστρονομία με την καλοφαγία και τη νοημοσύνη με υψηλού επιπέδου πνευματική άσκηση. Όμως ο Γιώργος βλέπει τα πράγματα και από άλλη σκοπιά και τα κύρια σημεία αυτού του κοιτάγματος θα προσπαθήσω να σας μεταφέρω.

Προτού, όμως, μπω στα του Γιώργου θα σας αναφέρω εν ολίγοις τις δικές μου γαστρονομικές εμπειρίες, δεδομένου ότι, απ' όσο πιθανόν να γνωρίζετε, τυγχάνει να ασχολούμαι με τη μαγειρική από τότε που ήμουν φοιτητής που μαγειρεύα και «τάιζα» όλους τους φίλους συμφοιτητές...

Η δική μου μαγειρική είναι μια «μαζική» μαγειρική για πολύ κόσμο, όπως τις Καθαρές Δευτέρες που μαγειρεύω για περίπου 1.000 άτομα στο Πανόραμα της Βούλας. Επίσης έχω ετοιμάσει κατά καιρούς διάφορα γεύματα, για μέχρι 250 άτομα, σε πολλά μέρη ακόμα και στο εξωτερικό, στη Γερμανία, στην Κίνα κ.α. Τα φαγητά μου βασίζονται κυρίως στην παραδοσιακή ελληνική κουζίνα ή σε κάτι ξεχωριστό που βρισκόμαι από τις άλλες κουζίνες.

Πριν πολλά χρόνια συνεργαζόμουν με έναν Έλληνα, τον Στρατή, που έμενε στη Γένοβα» πουλούσαμε ανταλλακτικά για μηχανές πλοίων. Ήταν ελεύθερος, καλοστεκούμενος, άρχοντας, ζούσε μάλιστα με την αδελφή του που είχε τα ίδια χαρακτηριστικά με εκείνον.

Ο Στρατής μάς έλεγε και μας ξανάλεγε να πάμε για ένα γεύμα στην Ιταλία. Τελικά αποφασίσαμε και πήγαμε μαζί με τον συνάδελφό μου τον Γιώργο. Το γεύμα δόθηκε έξω απ' τη Γένοβα και κράτησε μία μέρα, από πολύ νωρίς το πρωί μέχρι αργά το βράδυ!

Μας έφεραν πολλά μικρά πιατάκια με μπουκιές, ο Γιώργος μέτρησε κάπου 36. Ήταν μία γαστρονομική λέσχη. Βλέπαμε τους συνδαιτυμόνες μας πώς έτρωγαν σιγά σιγά, με μικρές μπουκιές που τις απολάμβαναν, σαν να τις εξέταζαν επιστημονικά. Ήταν ολόκληρη διαδικασία και ιεροτελεστία ο τρόπος που έτρωγαν. Επίσης δοκιμάσαμε και καμιά δεκαεξαρία κρασιά, το θυμάμαι γιατί ο Γιώργος το έλεγε και το ξανάλεγε.

Ήταν μια πρωτόγνωρη και αξέχαστη εμπειρία για μας. Ίσως εκεί πήραμε το βάπτισμα της γαστρονομικής γεύσης - επιστήμης.

Επίσης θυμάμαι, όταν τελείωσα το Πολυτεχνείο στο Μόναχο, που υπήρχε τρομερή έλλειψη μηχανικών και οι εταιρείες προσπαθούσαν να μας δελεάσουν να δουλέψουμε γι' αυτές. Έτσι, λοιπόν, η BASF, η γερμανική εταιρεία κολοσσός (που αγόρασε πρόσφατα τον άλλο κολοσσό, την εταιρεία των μεταλλαγμένων Monsanto, για να μην κατηγορούμε τους Αμερικανούς για τα μεταλλαγμένα, τώρα θα είναι κράμα γερμανοαμερικάνικο) μας κάλεσε στα κεντρικά της και επί αρκετές μέρες μάς καλοτάιζε σε διάφορα καλά γαλλικά εστιατόρια της περιοχής, τα οποία σέρβιραν και αυτά 7 courses (πιάτα). Μεγάλη εμπειρία για μας, τους λιμοκτονούντες, παμφάγους φοιτητές.

Μια άλλη φορά πάλι είχαμε επισκεφτεί μια μεγάλη πολυεθνική εταιρεία στη Γαλλία με την οποία είχαμε ικανοποιητική συνεργασία. Εμείς θέλαμε να δούμε το εργοστάσιο και τα προϊόντα. Οι Γάλλοι είχαν κλείσει ένα πολύ ακριβό εστιατόριο, για να μας ευχαριστήσουν, μακριά από την εταιρεία, στο οποίο όμως επειδή αργήσαμε δεν προλάβαμε να πάμε. Το έλεγαν και το ξανάλεγαν και μας ζητούσαν συγγνώμη που φάγαμε τελικά στο εστιατόριο των διευθυντών: ήταν ένα φανταστικό εστιατόριο, πάλι με 7 courses...

Στη συνέχεια επισκεφτήκαμε μια άλλη πολύ μεγάλη πολυεθνική στη Γερμανία. Το μεσημέρι μάς προσέφεραν για φαγητό snacks (σαλαμάκια, σαντουιτσάκια κ.λπ.). Εμείς βέβαια πάντα διακρίναμε τις διαφορές των λαών, ειδικά στην εστίαση.

Το ίδιο ζήσαμε όταν ήμασταν ακόμη φοιτητές στο Πανεπιστήμιο του Μονάχου. Είχαμε προσκληθεί σε μία ανταλλαγή φοιτητών από το Πανεπιστήμιο του Παρισιού. Εκεί μας πήγαν στο φοιτητικό εστιατόριο που έμοιαζε με καλό εστιατόριο του Μονάχου και το βράδυ σε πολύ ωραία κέντρα όπως το Moulin Rouge κ.λπ. Στο τέλος όλοι εμείς οι γερμανόφωνοι και οι Γερμανοί μαζί, αναρωτιόμαστε πώς θα περιποιηθούμε αυτούς τους ανθρώπους, που το φαγητό μας, στο φοιτητικό εστιατόριο, έμοιαζε με αυτό της φυλακής; Δηλαδή με άλλα λόγια οι Γάλλοι και η γαλλική κουζίνα δίνουν τεράστια σημασία

στο φαγητό και για μένα καλά κάνουν. Άλλωστε το φαγητό είναι απ' τις πιο ωραίες απολαύσεις της ζωής. Λέγαμε τότε στο Μόναχο ότι στους Γάλλους για πολλά βγάζουμε το καπέλο, αλλά ειδικά στο φαγητό όλοι άπιαστοι.

Μου έχει μείνει επίσης αξέχαστο ένα περιστατικό από τη δεκαετία του '70. Μας είχε καλέσει ένας εφοπλιστής για φαγητό στον Αστέρρα Βουλιγαμένης, ο οποίος τότε είχε υιοθετήσει τη γαλλική κουζίνα. Ο δικηγόρος μας, που ήταν μαζί μας, ήταν μεν εξαιρετικός δικηγόρος αλλά ολίγον τι βλάχος. Γι' αυτόν, λοιπόν, ήταν πρωτόγνωρο το περιβάλλον ενός τέτοιου εστιατορίου, κι όταν το γκαρσόνι είπε τη λίστα των φαγητών στα γαλλικά αυτός παρήγγειλε σατομπριάν. Όταν φάγαμε και πήρε λίγο θάρρος ο δικηγόρος, όταν δηλαδή άρχισε το κλίμα να φτιάχνεται στο τραπέζι, όπως αναφέρει και ο Γιώργος στο βιβλίο του, δημιουργήθηκε μια σύμπτωση και στο δικό μας τραπέζι. Ο δικηγόρος λοιπόν φωνάζει το γκαρσόνι και του λέει «από πού είσαι, ρε;», εκείνος απαντάει «απ' την Κοκκινιά» και τότε ο δικηγόρος του λέει, «δεν μας λες ότι έχεις πατάτες με κρέας και μας λες σατομπριάν και σατομπριάν!».

Chateaubriand-Σκατομπριάν



Και τώρα στο βιβλίο του Γιώργου για τη γαστρονομία: Γαστρονομία είναι συλλογικό πολιτιστικό δημιούργημα των λαών, που συναρτάται με τα ήθη, τις συνήθειες, τις μνήμες, την ιστορία και τις προσδοκίες τους. **Ασχολείται με τη φιλοσοφία της γεύσης, την αισθητική της, την κοινωνιολογία της και βεβαίως την τελετουργική της διάσταση.**

Και όλα αυτά, ενσωματώνοντας **μια επικούρεια αντίληψη της ζωής**, όπου το σώμα και οι αισθήσεις ανακτούν τα δικαιώματά τους και ανοίγουν τον δρόμο για την πραγματοποίηση της ανθρώπινης ευτυχίας, εδώ και τώρα (το amor fati μέσω ενός ήπιου και εύλογου ευδαιμονισμού, που μνεί τις χαρές της ζωής).

Ακόμη, η γαστρονομία είναι ένας απ' τους παράγοντες της κοινωνικής συνοχής. Διευρύνει το πνεύμα της συντροφικότητας, το οποίο συνδέει καθημερινά τις κοινωνικές τάξεις, συγχωνεύοντάς τες σε ένα ενιαίο σύνολο, τώννει την ανταλλαγή ιδεών και αμβλύνει τις κοινωνικές ανισότητες.

Ένα πολύ επιτυχημένο περιστατικό στο βιβλίο του είναι η πρόσκληση της συνάδελφου του Γιώργου σε γκαλά δείπνο στο σπίτι της. Το δείπνο κατάφερε να τους φέρει πολύ πιο κοντά απ' τις άλλες φορές, δεδομένου ότι είχαν συναντηθεί πολλές φορές, αλλά φαίνεται ότι το δείπνο στην ερωτική ζωή του Γιώργου ήταν καταλυτικό. Ο Γιώργος, λοιπόν, το γράφει σαν παράδειγμα θέλοντας να πει πόσο σπουδαίο είναι και πόσο βοηθάει στον ερωτισμό ένα καλό γεύμα σ' ένα καλό περιβάλλον. Αποτελεί ένα «μεγάλο όπλο του κυνηγού», μειώνει κατά πολύ τον χρόνο εκτέλεσης της ιεροτελεστίας και φυσικά αν το περιβάλλον έχει και λίγη μουσική, αυτό είναι το αποκορύφωμα. Το έχει τόσο ωραία περιγράψει που θα 'πρεπε να γίνει και ερωτικός μυθιστοριογράφος παρόλο που στην περίπτωση του δεν είναι μυθιστόρημα αλλά πραγματικότητα...

Δίνει μεγάλη σημασία στο φαγητό και πώς επιτυγχάνονται οι στόχοι, ειδικά στα business lunch που έχουν καθιερωθεί. Μάλιστα από την εμπειρία μου οι Κινέζοι σχεδόν σε όλες τους τις συζητήσεις τις κάνουν γύρω από στρογγυλό περιστρεφόμενο τραπέζι. Η αλήθεια είναι ότι όλοι ξέρουμε ότι στα business lunch η ατμόσφαιρα του τραπέζιου, η συνεστίαση, το κρασί κ.λπ., όλα βοηθάνε στην επίτευξη του σκοπού όποιος και αν είναι αυτός.

Το βιβλίο δεν είναι ένα απλό βιβλίο μαγειρικής και γαστρονομίας, είναι ένα βιβλίο που καταπνέεται με πολλά και μεταφέρει αρκετές γνώσεις για διάφορα θέματα. Έτσι όποιος το διαβάσει δεν θα έχει απλώς μια ευχαρίστηση, μόνο για να του ανοίξει την όρεξη αλλά θα έχει και μια πνευματική ευχαρίστηση αφού θα αποκτήσει πολλές πρακτικές γνώσεις γύρω απ' τη ζωή και γύρω απ' το φαγητό.

Επίσης παρουσιάζει πολλές θεωρίες και παρέχει γνώσεις όπως π.χ. οδηγίες για εστιατόρες. Περιγράφει το πρώτο γαλλικό εστιατόριο (1765), πληροφορεί ότι η λέξη προέρχεται απ' τη γαλλική restaurer (αποκαθιστώ), και εξηγεί ότι τα εστιατόρια δημιουργήθηκαν μετά τη Γαλλική Επανάσταση, όταν οι μάγειρες των ευγενών έμειναν χωρίς δουλειά και άνοιξαν προσιτά εστιατόρια για τους μπουρζουάδες (τους πλούσιους αστούς), δίνοντας την ιδιωτική απόλαυση του φαγητού σε αυτή την κοινωνική τάξη.

Η ιδιωτική απόλαυση του φαγητού με λίγα άτομα φέρει έναν πολλαπλασιαστικό χαρακτήρα μέσα απ' το συναίσθημα διάχυτης ηδονής και των άλλων συνδαιτημόνων. Έτσι το εστιατόριο συμβάλλει κατά πολύ στην επίτευξη γνωριμίας, στόχων κ.λπ. και σαν

παράδειγμα γι' αυτό φανταστείτε να φάτε σ' ένα εστιατόριο χωρίς άλλους συνδαιτημόνες.

Η καλώς εννοούμενη γαστρονομία, αυτή του επικούρειου μέτρου και της σύνεσης, που αποσκοπεί στον γαστρονομικό στοχασμό, στο συγκερασμό των αισθήσεων, την υπαινικτική αφαίρεση και την εναρμόνιση του και σώματος είναι φυσική και αναγκαία.

Αν ζούσε σήμερα ο Επίκουρος και δοκίμαζε τη σημερινή γαστρονομία θα συμβούλευε μαζί με το «λάθε βιώσας» και το «λάθε βρώσας», δηλαδή να τρως ήπια και με σοφία, δίχως υπερβολές και κυρίως δίχως επίδειξη και ματαιοδοξία.

Ο καλοφαγάς δεν χαρακτηρίζεται από το τι ή πόσο τρώει, αλλά από το πώς τρώει. **Τρώει σαν εραστής, απαλά, επίμονα, πολύ αργά, χαϊδευτικά. Χαϊδεύει με τα χείλη του το πιρούνι, χαϊδεύει με τη γλώσσα του τις μπουκιές.** Απολαμβάνει κάθε γουλιά του κρασιού.

Δύο αδελφές απολαύσεις, **η γαστρονομική κι η ερωτική**, άκρως συμπληρωματικές, σχεδόν ποτέ ανταγωνιστικές, οι δύο ηδονές ολοκληρώνονται, κορυφώνονται κατά κανόνα, σε συνδυασμό και αλληλοδιαδοχή.

Η γαστρονομική ηδονή υστερεί σε ένταση, έναντι άλλων ηδονών και ειδικότερα της ερωτικής. Υπερτερεί όμως σε διάρκεια.

Σε αντίθεση προς την ερωτική, η γαστρονομική απόλαυση δεν κορυφώνεται, δεν είναι παροξυστική. Στηρίζεται εξ ολοκλήρου στην προσημνη, στην προσδοκία.

Μια ελεύθερη γυναίκα, που έχει δυνατότητα επιλογής, δεν πείθεται και τόσο εύκολα από τον άντρα. Αποτέλεσμα; Υποχρεώνει τον τελευταίο ν' αναπτύξει όλες τις τεχνικές του πολιορκητή, του κυνηγού, που ακριβώς δίνουν υπόσταση και αξία στην κατάκτηση», πράγμα που συστήνει και ο Γιώργος και μέσω του γεύματος.

Το τραπέζι είναι ο εξέχων τόπος, όπου συντελούνται οι δύο βασικές ανθρώπινες λειτουργίες. **Η μία βιολογική και η άλλη κοινωνική: Η διατροφή κι η επικοινωνία.** Γύρω από ένα τραπέζι συγκροτείται ένα συλλογικό σώμα πρόσκαιρης διάρκειας. Πρόκειται περί του σώματος των συνδαιτυμόνων ή ομοτράπεζων, που ως αποκλειστικό σκοπό έχει την απόλαυση της σύνθετης ηδονής που μας προσπορίζουν η κουβέντα, το φαγητό και το κρασί.

Δεν είναι υπερβολή να πούμε ότι η Ελλάδα κέρδισε την αθανασία, χάρις στους ποιητές, τους φιλοσόφους, τους γλύπτες και τους ζωγράφους της, που κι αυτοί δεν ξέφυγαν απ' την επίδραση της διονυσιακής λατρείας, από την οποία άντλησαν τους θησαυρούς που μας κληροδότησαν.

Ο οίνος συνιστά το θεμέλιο του διατροφικού συστήματος των Ελλήνων, από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Μαζί με τα άλλα δύο «ερά» προιόντα, το ψωμί και το λάδι, συγκροτεί το τρίπτυχο της πολιτισμικής ταυτότητας μας, σηματοδοτώντας συγχρόνως την πρώτη υπέρβαση της βαρβαρότητας και την εγκαθίδρυση του πολιτισμού.

Η αρχαία ελληνική κοινωνία ήταν μια κοινωνία «οινότευκτη», κτισμένη δηλαδή και θεμελιωμένη επί του οίνου, όπου τα πάντα συνδέονται μ' αυτόν: η διατροφή, η υγεία, η θρησκεία, η πνευματικότητα, η συζήτηση, η κοινωνικότητα, η διασκέδαση, οι τέχνες, η ποίηση, η φιλοσοφία. Κι ακόμα η υπέρβαση της καθημερινότητας, η ευφορία, η επίταξη του ερωτικού πόθου, η απελευθέρωση απ' τις κοινωνικές συμβάσεις, με επιστέγασμα τη μέθη, την αταξία και τον λυτρωτικό ύπνο.

Μόνο ύστερα από 12.000 χρόνια και μετά την ανάπτυξη της γεωργίας, οι κυνηγοί-συλλέκτες εκποίστηκαν σταδιακά από τις αγροτικές και κτηνοτροφικές κοινωνίες, στα περισσότερα μέρη του κόσμου, αρχικά κυρίως στη Μέση Ανατολή, Κίνα, Ινδία και Αίγυπτο, όπου αναπτύχθηκαν οι πρώτοι μεγάλοι σύνθετοι πολιτισμοί.

Γύρω στο 6.000 π.Χ. κατακτήθηκαν οι πρώτοι νέοι τρόποι μαγειρέματος. Η εμφάνιση της αγγειοπλαστικής εκείνης της εποχής σηματοδοτεί και τη χρήση του βρασμού στη μαγειρική. Το βράσιμο ήταν η αναγκαία προϋπόθεση για την εμφάνιση στην πορεία διάφορων δημοφιλών, φθηνών και πρακτικών φαγητών, ακόμα και για τις μετέπειτα εποχές, όπως ο χυλός, το κουρκούτι κι οι σουπές από όσπρια.

Ο επόμενος σταθμός στην ιστορία της διατροφής ήταν η ώρα που τα «κρομανιόν» ευθυτενή δίποδα προσέθεσαν αλάτι στο ψημένο κρέας».

Τελειώνοντας θα ήθελα κι εγώ να προσθέσω, με τις πενιχρές μου γνώσεις περί μαγειρικής και γαστρονομίας, τι πρέπει να έχει ένα καλό φαγητό:

- να είναι απλό, από καλά και γνήσια υλικά
- να είναι προσεγμένο και μαγειρεμένο με μεράκι
- να σερβίρεται ιεροτελεστικά σύμφωνα με όλους τους τύπους και τις διαδικασίες, έστω και αν το σερβίρεις από ένα καζάνι 300 μερίδων
- να πεινούν οι καλεσμένοι
- να είναι φτιαγμένο the OPM way (other's people money), τσάμπα, που λέμε εμείς, γιατί ακόμα και στους βασιλιάδες αρέσει το τσάμπα.

Υ.Γ.: Μεγάλο ρόλο στο φαγητό παίζει η δημιουργία κατάλληλου κλίματος και ψυχολογίας.

Κάποτε τηλεφώνησα σε κάποιους φίλους μου ερασιτέχνες ψαράδες και τους είπα ότι μου στέλνουν απ' τη Χίο φρέσκα ψάρια και να έρθουν να τους κάνω το τραπέζι. Τους είπα: «Πάω στο αεροδρόμιο να τα παραλάβω». Πράγματι τους μαγειρέψα το φαγητό, όπως με είχε μάθει κάποιος μάγειρας από το Τουρκολίμανο (έτσι το λέγαμε τότε) να μαγειρεύω εισαγόμενα-πεταχτά ή μπα-γιάτικα ψάρια και να μην τα ξεχωρίζει κανείς από τα φρέσκα και ντόπια.

Έτρωγαν οι φίλοι τα ψάρια και έλεγαν, «Φανταστικά, άμα το πού@@@κο το ψάρι είναι φρέσκο τότε είναι αχτύπητο». Όταν τελείωσαν τους λέω, «Παιδιά με συγχωρείται αλλά τα ψάρια αυτά είναι ιχθυοτροφείου και αντί από Χίο-αεροδρόμιο τα πήρα απ' τον Βασιλόπουλο».

Όλοι κατέβασαν τα μούτρα γιατί έκαναν τους ειδήμονες ψαράδες... Η ψυχολογία λοιπόν και αυτά που προανέφερα

βοηθούν να αρέσει το φαγητό. Πάντα μια ευχάριστη και χαλαρή ατμόσφαιρα στο τραπέζι είναι το πιο νόστιμο καρύκευμα για όλα τα πιάτα.