

Entrantes y aperitivos

Cocina afrodisíaca

Cocina afrodisíaca

¿Existe realmente la cocina afrodisíaca? Pues no, y mira que lo siento. Sería estupendo zamparse un pincho de tortilla y ponerse sensual e intenso como el negro de Boney M. Sin embargo, la ciencia lleva siglos intentando encontrar, sin éxito hasta el momento, algún argumento que sustente la relación causa-efecto entre la ingestión de ciertos alimentos y el despertar de los bajos instintos. Existen en la naturaleza y en determinados alimentos sustancias que despiertan el apetito sexual, pero sólo en apariencia. Algunos porque tienen un efecto irritante de la vejiga y la uretra. La consiguiente irrigación de los vasos sanguíneos de la zona se puede identificar fácilmente con un ligerito picor en la zona genital que nos puede confundir y llevar a desear que nos coma el tigre. Otras sustancias son afrodisíacas porque actúan reduciendo las inhibiciones que todos, en mayor o menor grado, tenemos. En otros casos, la llamada «sabiduría popular», casi siempre basada en mitos y leyendas ancestrales, también otorga a ciertos manjares y bebidas propiedades mágicas y afrodisíacas. A pesar de todo, a la hora de la verdad, queda claro que afrodisíaco (o sea, todo aquello que aumenta el deseo y los impulsos sexuales), en el sentido estricto del término, no hay nada. De hecho, no es gratuito afirmar que no hay nada más afrodisíaco que llevar una vida sana, combinando ejercicio físico y una buena alimentación. Ya, no resulta muy espectacular, pero es la pura verdad.

Cocina cerebral

Porque sí. Puesto que el cerebro es nuestro órgano sexual más importante, y tal como están las cabezas, no hay que desdeñar el poder afrodisíaco que pueden tener ciertas situaciones asociadas con la comida. Morbo, lo que se dice morbo, se puede sacar de muchas situaciones. Por ejemplo, cocinar. No hay acto de amor más supremo que ponerse cocinitas y deslumbrar al objeto de nuestro deseo con una succulenta paella. O unos macarrones con foie-gras (esta receta la he probado y, aunque es un poco indigesta, oye, mano de

santo). Vamos, que tampoco hace falta ponerse excesivamente «profesionales» ante los fogones... Y mucho menos experimentales. Las pruebas más vale dejarlas para uno solo. También puede ser altamente afrodisíaco ver comer a nuestro objetivo carnal. No me refiero a hacer el tonto y cucamonas a la hora de comerse una ostra o un espárrago triguero. Hablo más bien de esa sensación de pensar «Olé, cómo me come mi niño» al ver la felicidad y pasión con la que engulle una fabada. En estos tiempos de pescadito a la plancha y quintales de lechuga (o directamente barritas dietéticas), ciertas muestras de entusiasmo en la mesa suelen ser preludio de otras habilidades, éstas carnales. De todas maneras, y ya que hablamos de habilidades amoratorias, hay que poner en cuarentena algunas de las afirmaciones anteriores. Ciertos alimentos provocan digestiones pesadas o flatulentas que no ayudan demasiado al buen funcionamiento sexual.

Cocina estimulante

Una vez aclarados los puntos básicos de esta cuestión (vamos, que para milagros, a Lourdes), no está de más echar un vistazo a algunas sustancias que al menos pueden provocar esa ilusión afrodisíaca, gracias a sus virtudes vasodilatadoras o reconstituyentes. Tal es el caso del chocolate, cuyo alto contenido en teobromina actúa combatiendo el cansancio y estimulando las facultades mentales. O la miel (de ahí deriva la expresión «luna de miel»). O el ajo. O el aguacate... Y así hasta llegar a la yohimbina. Bajo tan sugerente nombre se esconde una sustancia alcaloide que se encuentra en la corteza de un árbol que crece en el África tropical. Parece ser que actúa sobre la libido ya que, tras su ingesta, los vasos sanguíneos se dilatan ejerciendo un efecto hipotensor. De esta manera facilitan la erección y la secreción de flujo de las mucosas vaginales. Además, produce un ligero incremento en la secreción de andrógenos y estrógenos, hormonas sexuales que participan de forma entusiasta en el aumento del deseo sexual. Su uso en tratamientos contra la disfunción eréctil ha caído en picado tras la llegada al mercado farmacológico de la Viagra o el Cialis. Una vez más, permitidme recordar que dichos medicamentos no son afrodisíacos. Todas estas sustancias no producen por sí mismas un giro erótico a nuestras vidas. Sin una estimulación, no funcionan. Queda muy gracioso en los chistes, pero nada más.

OSTRAS «CALENTITAS»

INGREDIENTES
(para 2 personas)

12 ostras
50 g de cebolleta

2 cucharadas de zumo de limón
1/4 de vasito de vino blanco
Mantequilla
Sal
Pimienta negra

PREPARACIÓN

Abrimos las ostras y las colocamos en una fuente de horno untada con un poco de aceite. En una sartén aparte, ponemos un poco de mantequilla y salteamos la cebolleta. Cuando esté blanda, añadimos el zumo de limón y el vino blanco y dejamos hasta que reduzca. Sazonamos.

Repartimos el resultado por encima de las ostras y ponemos al horno fuerte de 10 a 15 minutos.

Se sirven «calientes».