



**QUIQUE
DACOSTA + JOAN
ROCA + BENJAMÍN
LANA**



**EL LIBRO DE
LA GAMBA ROJA**



A la venta desde el 4 de octubre de 2023



EL LIBRO DE LA GAMBA ROJA

QUIQUE DACOSTA + JOAN ROCA + BENJAMÍN LANA

El gran libro que merece uno de los productos más importantes y emblemáticos de la gastronomía española, de la mano de dos de sus mayores exponentes: Joan Roca y Quique Dacosta

La gamba roja (*Aristeus antennatus*) se ha convertido en el **nuevo icono gastronómico del Mediterráneo**. En las últimas décadas ha logrado atraer la atención de los comensales más exigentes y de los grandes cocineros, como Joan Roca y Quique Dacosta, cuyas recetas creativas y tradicionales conforman buena parte del corpus de este libro.

La *antennatus* vive días de gloria culinaria, pero tanto su futuro como el de los pescadores que la capturan en las profundidades pasan por una situación compleja que obliga a pescar menos y mejor para garantizar el futuro de la pesquería y, por ende, de muchos puertos mediterráneos.

A lo largo de estas páginas descubriremos los secretos de la fisiología y el hábitat de la gamba roja, pero también la realidad de los seres humanos que se dedican a su captura y a su cocina. Y disfrutaremos de una cincuentena de recetas tradicionales y creativas de estos dos genios de los fogones, para disfrutar de la gamba roja en toda su plenitud y esplendor.

«La *Aristeus antennatus* se ha convertido en uno de los referentes gastronómicos del Mediterráneo, aunque su presencia sea común también en las costas peninsulares del Atlántico portugués, hasta las Azores y Cabo Verde, incluso en el Índico, en el sur de las costas africanas y en varias islas desde Madagascar hasta Maldivas»

Presentación, por el periodista **Benjamín Lana**



«Al mismo tiempo que su **excelencia culinaria es cada vez más reconocida a nivel nacional e internacional**, desbancando a las cigalas, bogavantes y langostas de **las preferencias de los más exigentes gastronómicos**, el sistema de extracción de la gamba, el arrastre, tiene cada vez más detractores debido a los efectos que ejerce sobre los fondos marinos y la captura accidental de especies conocidas como «descartes».

Las nuevas tecnologías, como las puertas deflectoras hidrodinámicas que mantienen el arte de pesca sin «arar» el fondo, mitigan los efectos negativos del arrastre tradicional, y al realizarse la pesca de la gamba a grandísimas profundidades apenas se capturan otras especies, hasta el punto de afirmar que es una pesquería casi

monoespecífica. Los puertos pesqueros y la actividad socioeconómica que generan dan vida a miles de personas: los que pescan, los que transforman el producto capturado, los que lo transportan a los diversos centros de venta y distribución y los que trabajan en las empresas que atienden las necesidades de la flota y de los puertos. Hablamos de unos cien mil empleos directos dados de alta, solo contando los profesionales de la pesca marítima y las industrias de transformación, según datos actuales de los ministerios de Agricultura, Pesca y Alimentación, y de Trabajo y Economía Social. Son muchas las familias que aún mantienen una actividad milenaria, dura y arriesgada, y que sostienen una cultura santo y seña de nuestras sociedades costeras. El futuro, como se verá a lo largo del libro, pasa por **actuar para garantizar la sostenibilidad de la especie**, algo que los científicos consideran posible si se toman las medidas necesarias por parte de las cofradías de pescadores, algunas de las cuales, como la de Palamós, llevan años autorregulándose en exigentes vedas, tanto temporales como espaciales, reduciendo días y horas efectivas de pesca y otras medidas que iremos desgranando a lo largo de las próximas páginas. **Pescar menos, pescar mejor y preservar el recurso**, que puede

seguir siendo sostenible gracias a la trazabilidad, la manipulación excelsa desde su pesca, las vedas y la renuncia a la captura de juveniles con la utilización de un tipo de redes específicas.

«Este libro muestra a la gamba roja desde todos los ángulos, la coloca como producto gastronómico de primerísimo nivel. A mostrar y respetar no solo a la gamba roja, sino también a la comunidad de profesionales y a las familias que viven alrededor de su pesca.»

TURISMO Y GASTRONOMÍA

La **revolución gastronómica vivida en España en las últimas décadas** ha cambiado la vida y el futuro de la gamba roja y de aquellos que interactúan con ella. Los grandes cocineros, buena parte de ellos vinculados a la costa mediterránea, con **Joan Roca** y **Quique Dacosta**, coautores de este libro, a la cabeza, han proyectado una **visibilidad mediático-culinaria sobre el crustáceo como nunca antes tuvo**.

Para Dacosta, la *Aristeus antennatus* se ha convertido en **un símbolo de su cocina**, quizás en el más singular, una suerte de talismán gracias a que **mutuamente se ofrecen excelencia y singularidad**. Los beneficios de esta relación se han extendido a todo el pueblo de Dénia, una de las localidades más turísticas de la costa alicantina y la que, en buena parte gracias a la gamba, es a día de hoy **la de mayor posicionamiento culinario del litoral**.



De hecho, ninguna otra ha recibido el reconocimiento de la UNESCO como «Ciudad creativa de la gastronomía». El paso de la gamba roja de Dénia por la alta cocina, donde **ha salido airosa tras ser sometida a todo tipo de técnicas, procesos y creatividades en los últimos veinte años**, así como la perfección con la que las grandes casas tradicionales de la localidad las trabajan, todos ellos con la **complicidad de la cofradía de pescadores**, que ha logrado **un cuidado exquisito del producto desde el momento de su extracción, manipulación y conservación**, ha convertido el crustáceo en **un valiosísimo activo colectivo que supera con creces su valor económico directo y su aportación a la economía de pescadores y restauradores de la zona**.

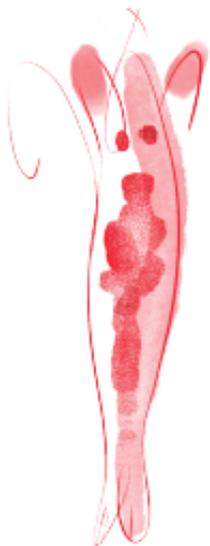
Bogavantes, langostas y cigalas, otras reinas de las grandes celebraciones, mueren de envidia en las cámaras y viveros de los restaurantes y pescaderías ante el **atractivo que para el público, cada vez con más afición a la cocina, tiene la última estrella en llegar al orbe del marisco**.



Todo al ROJO, pero... ¿De dónde viene su color?

El color rojizo de las gambas rojas que vemos en pescaderías y restaurantes **se produce durante su extracción a más de seiscientos metros de profundidad**, donde la presión es sesenta veces mayor que en la superficie. **La descompresión es tan fuerte y rápida que con la recogida del arte de pesca se rompen las membranas de las células coloreadas o melanocitos**, y la **melanina roja** que contienen **se extiende por el caparazón**, apareciendo rápidamente, a veces ya sobre la cubierta del barco, el característico color rojo que marca su nombre común.

Machos VS Hembras



Una de las principales singularidades de la gamba roja es su **dimorfismo sexual**, es decir, el **diferente tamaño que presentan machos y hembras en favor de las segundas**. Los grandes ejemplares que todos buscamos y disfrutamos gastronómicamente, **las mayores de hasta diecisiete o inusualmente veinte o veintidós centímetros**, son casi siempre hembras. De hecho, se podría decir que casi todas las que superan los diez centímetros lo son. En un lote de gambas grandes o extragrandes, del calibre 1 y 2, solo hay hembras. En uno de gambas pequeñas o medianas las habrá de los dos sexos.

Las diferencias van mucho más allá de su tamaño —aunque esta sea la más relevante desde el punto de vista gastronómico— y de la obvia especificidad de sus órganos sexuales. Hay **otros caracteres externos que permiten distinguirlas perfectamente**, incluso cuando tienen un tamaño similar. La más relevante es la larga espina que las hembras tienen delante de la cabeza, seguida por tres pequeños dientes muy bien formados, denominado apéndice rostral. Los machos, en cambio, lo tienen corto, obtuso y casi necrosado cuando han alcanzado su madurez sexual, sobre el mes de marzo. En los ejemplares de sexo masculino nos encontramos con un par de apéndices modificados (petasma) para colocar el esperma, y los de sexo femenino de un receptáculo para el esperma (thelycum). Podrían citarse otros más que por su exigencia de conocimientos científicos exceden a un libro de divulgación como pretende ser este.

Para el consumidor de gambas es una bendición que en cada población «gambera», por así decirlo, haya muchas más hembras que machos, dada la diferencia de tamaño entre ambas, hasta el 70 por ciento en favor de las primeras en algunas épocas del año. Cuando aún no han alcanzado el estadio adulto, sin embargo, los sexos están porcentualmente más equilibrados.

Hay quien disfruta mucho más chupando los jugos de la cabeza que paladeando la textura de su cola, pero en cualquier caso nuestros bolsillos agradecen, dado el precio que llegan a alcanzar: 250 euros el kilogramo de las de mayor calibre y calidad en julio de 2022 en Dénia

EL NUEVO TESTAMENTO DE LA GAMBA

El nuevo testamento de la gamba, revisado y actualizado, por tanto, comienza con un primer mandamiento que reza: «**Seleccionarás en cubierta y enfriarás la gamba lo más rápidamente posible**», y continúa con otros mandamientos que advierten: «**No romperás la cadena de frío desde que llegue a la cubierta hasta su consumo**», ya que la melanosis o descomposición de los tejidos de la gamba es bastante rápida. De hecho, a partir del segundo día pueden aparecer manchitas negras en las articulaciones de las patas, lo cual no deteriora la calidad del producto durante las horas siguientes, pero sí denota el inicio del proceso. Aunque la gamba, debido a su alto precio en algunas épocas, se consume habitualmente en fresco, al menos las de mayor calidad, **es un alimento que aguanta perfectamente el congelado**.

Cuando se pregunta a los pescaderos y hosteleros acerca de las **cualidades fisiológicas y organolépticas que debe tener una buena gamba**, entramos en el universo de los gustos y de las imprecisiones. «**Tiene que saber a mar, un sabor muy limpio a mar**», «**El cuerpo debe ser meloso y la textura elegante**»...

PROPIEDADES NUTRITIVAS



El comensal que se enfrenta a un plato de gambas rojas no suele tener como objetivo comer sano, sino zamparse algo muy succulento, lo que no obsta para que, al igual que otros mariscos, ofrezcan un **gran aporte de proteínas y de minerales**, entre ellos **calcio, magnesio, fósforo y hierro, y también vitamina A, B2 o riboflavina, B6 y B12** en cantidades relevantes.

Su **contenido en grasas es muy bajo**, las que tiene son poliinsaturadas, las buenas, con ácidos grasos omega 3, que ayudan a la prevención de enfermedades cardíacas. En cambio, **su punto débil es la gran cantidad de colesterol**, pero nadie es perfecto. En todo caso, tampoco las comemos todos los días, y cuando tenemos la suerte de poder hacerlo, raramente suele ser en cantidades dignas de una bacanal, aunque solo sea por su precio.

LA DIVA DEL MEDITERRÁNEO EN EL CELLER DE CAN ROCA



La prima donna del menú de El Celler de Can Roca, la gamba, la señora Aristeus Antennatus, llega a eso de las siete de la tarde a nuestras cocinas procedente del puerto de Palamós. Antes ha pasado por las redes de L'Havanera, la barca en donde faena Francesc Subirats, quien lleva en la mar desde los quince años, y del que os hablaré un poco más tarde. La gamba roja fresca de los puertos de la Costa Brava era una rareza en la cocina de mi madre, pues era un producto muy caro para un restaurante humilde como el de mis padres. Can Roca, el de toda la vida, se emplazaba en las afueras de un barrio obrero de una capital de provincias. Servíamos un menú de mediodía de lunes a viernes para los trabajadores de las fábricas y talleres de la

zona. Con el tiempo, se empezaron a ofrecer los sábados y domingos algunos platos de cocina tradicional catalana, y en ese espacio de fin de semana fui descubriendo mi lugar en la cocina ayudando a mi madre. Fue a mis catorce años cuando tuve en mis manos por primera vez una Aristeus Antennatus, y el rojo exaltado se tatuó en mi retina.

Joan Roca

Todos los vinos esperan un noviazgo con la diosa del mar, la prima donna mediterránea. Ella es caprichosa, elegante y seductora. Ni se combina con todo, ni permite cualquier acompañamiento. Prefiere encuentros térmicos amables en el paladar. Ni bebidas muy frías ni muy calientes. A la gamba no le gusta sentirse muy fría para desplegar su sabor; y los vinos tampoco deberían servirse muy fríos. La temperatura confortable en el tacto de vino y en el plato es agradecida. En los primeros meses del XXI nos atrevimos a proponer como acompañamiento con la gamba dos vinos a la vez. Un vino para la cola y un vino para la cabeza. Una relación dual de vinos tranquilos, espumosos o encabezados. De menor a mayor intensidad se combinan con las dos partes de la gamba. Un vino fresco para la cola y un vino maduro para la cabeza. Un espumoso de reserva para la cola y un espumoso gran reserva añejo para la cabeza.



Josep Roca

QUIQUE DACOSTA Y LA GRANDEZA DE LA GAMBA ROJA



Mi relación con la gamba roja de Dénia se crea en el inicio de mi carrera, incluso antes de ser cocinero. Cuando comencé a trabajar en Quique Dacosta Restaurante (antes denominado El Poblet), yo me dedicaba a fregar cazuelas y acompañaba al jefe de cocina a la lonja para comprar gambas y cargar cajas. Asistía entonces a un maremágnum de intenciones y energías que se movían en torno a un producto que, si bien es cierto que en aquella época no contaba con el reconocimiento actual, en Dénia concretamente ya era valedor de reconocimiento social tanto en la restauración como en el pueblo y gozaba de gran valor. Siempre cuento, como una anécdota curiosa, que por aquel entonces comprábamos en Navidades la gamba roja de Dénia a 1.300 pesetas/kg (7,80 € al cambio).

Es un producto que quizá en la sencillez de su preparación (para no desvirtualizar su origen) reside la grandeza. La mejor receta reside en la sencillez. Es uno de esos productos que su naturaleza está directamente influenciada y a su vez influye sobre su calidad, algo tan sencillo como relacionar tu genética a un entorno y un lugar. Es uno de esos productos elegidos, como la trufa blanca de Alba, los guisantes lágrima de Getaria, el caviar iraní... productos «de lujo» nacidos en lugares concretos y cuyo entorno determina la genética. En nuestra cocina siempre hay un plato vinculado a este producto, forma parte de nuestra identidad, y en este libro encontraremos algunas de las recetas que he tenido el gusto de servir en los últimos dieciocho años.

Hay un punto de inflexión en nuestra historia en referencia a este producto, fue en la temporada 2011. Quique decidió no crear ningún plato en torno a la gamba roja, «no cocinar la gamba», lo titulamos, servirla simplemente acariciada en una mínima cocción en su propio entorno, con agua de mar. Según sus palabras, lo que él tenía que decir con la gamba ya estaba dicho.

José Antonio Navarrete

GAMBAS FLAMBEADAS AL BRANDI



Ingredientes

1 kg de gambas rojas de Palamós, 4 dientes de ajos laminados, 50 g de brandi, c/n de perejil fresco picado, c/n de aceite de oliva virgen extra, c/n de sal, 1 guindilla seca (opcional)-

Elaboración

Corta las antenas de las gambas para evitar que se nos quemen durante la cocción. Las colas de las gambas se pueden pelar con anterioridad si se quiere. De todas maneras, ayudándonos con un palillo, retira el intestino de la gamba por el orificio que se origina entre la unión del cuerpo y la cabeza.

En una sartén coloca el aceite de oliva virgen extra y los dientes de ajo laminados. Lleva al fuego y deja cocer suavemente. Confito. Si se quiere, como opción, incorpora la guindilla seca en este momento. Seguidamente añade las gambas y deja cocer aproximadamente durante 30 segundos por cada lado. Moja con el brandi y sube el fuego para flambear. Baja el fuego y cuece suavemente moviendo la sartén para evaporar el alcohol.

Cuando se haya apagado la llama deja cocinar durante 1 minuto más, pero vigilando de no cocer en exceso las gambas. Retira del fuego y aliña con el perejil fresco picado. Sirve y consume sin reposo.



Armonía

El perfume del espíritu del brandi sugiere la entrada de un oloroso joven de buen pago. Los aromas de la crianza curada en maderas y alcoholes también acompañan la idea de los vinos rotundos de Corton Charlemagne, la Marsanne de Hermitage, las garnachas blancas y las viuras curadas al aire de crianzas más longevas.

GAMBA AMB BLEDA



Ingredientes

80 g de aceite de oliva suave, 2 dientes de ajo, 1 cayena (o pimienta roja), 5 g de pimentón dulce, 200 g de gamba de río, 200 g de hojas de acelga bien verde y fresca, 200 g de caldo de pescado y gambas, 4 gambas rojas de Dénia grandes, Sal.

Elaboración

En una cazuela de barro calienta el aceite y sofríe suavemente los ajos laminados y la cayena picada. A continuación, añade las gambas de río y sofríe, añade el pimentón y las hojas de acelga, rehoga suavemente removiendo bien y añade

el caldo de pescado y gambas. Deja reducir un poco y baja el fuego, añade las gambas grandes y deja 3-4 minutos a fuego suave hasta que estén cocidas. Retira y sirve.

Armonía

Vino blanco marcado por una parte vegetal y grasa. Un toque untuoso y con buen equilibrio entre madurez y acidez. Vinos tintos marcados por el raspón en la vinificación.

Hemos mirado a la tradición con una perspectiva contemporánea y desde el prisma del actual estilo de vida. En la actualidad no comemos como hace cuarenta o cincuenta años, y tampoco vivimos ni trabajamos como entonces. Todo ello se refleja en nuestra mirada creativa a las recetas de siempre, sin desvirtuar su esencia. Puntos de cocción, reducción de materias grasas, extracción de mayor partido a los sabores de una forma natural...



ÍNDICE DE CONTENIDOS

Benjamín Lana

A modo de presentación

La noble señora *Aristeus antennatus*

Quién es y dónde vive. Biología y hábitat

Dónde y cómo se pesca

Los pescadores y el futuro

La roja y su gastronomía

En las cocinas de ayer y hoy

Dos imprescindibles

Joan Roca

La gamba roja juega en casa

La gamba vino de color rojo y la combino con vino, por Josep Roca

Quique Dacosta

Todo a la roja!

La grandeza, por Jose Antonio Navarrete

Recetas tradicionales

Introducción Joan Roca + Recetas

Introducción Quique Dacosta + Recetas

Recetas contemporáneas

Introducción Joan Roca + Recetas

Introducción Quique Dacosta + Recetas

Técnicas

Introducción Joan Roca + Recetas

Introducción Quique Dacosta + Recetas

Epílogo, por Benjamín Lana

Índice de recetas

Agradecimientos

BENJAMÍN LANA

Benjamín Lana (Zalla, Bizkaia, 1968), es Licenciado en Ciencias de la Información y master en Periodismo y lleva más de 30 años dedicado al ejercicio del periodismo y al desarrollo de proyectos editoriales y gastronómicos. Desde 2011 hasta 2018 desempeñó el puesto de director editorial de Vocento, tras haber sido director de Innovación y desarrollo Editorial y anteriormente director adjunto de el diario asturiano El Comercio.

En septiembre de 2018 se convirtió en director general de Vocento Gastronomía, la división que engloba los proyectos gastronómicos del grupo, entre ellos Madrid Fusión, del que también es vicepresidente, San Sebastián Gastronomika, El Encuentro de los Mares, Terrae y Worldcanic, entre otros. Lana también es impulsor y consejero del Madrid Culinary Campus, la universidad gastronómica creada por Vocento y Comillas-Icade. Apasionado de la cocina, Benjamín Lana ejerce desde hace décadas como periodista gastronómico. En la actualidad escribe en *XL Semanal*, en la revista gastronómica *7 Caníbales*, de la que es editor, y en los suplementos gastronómicos y secciones digitales de los diarios de Vocento. Entre otros libros es autor “*Casa Marcial, la cocina de Nacho Manzano*”, finalista del Premio Nacional de Gastronomía en 2016. Su última obra, *Animal Cocinero*, fue publicado en 2021.



JOAN ROCA

Joan Roca, formado en la Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona, creció en el restaurante familiar, Can Roca. Con sus hermanos, Josep y Jordi, dirige El Celler de Can Roca, reconocido como el mejor restaurante del mundo en 2013 y 2015. Su cocina combina tradición y modernidad, destacando por su enfoque en la cocción controlada al vacío. Además de su éxito en la gastronomía, Joan es un promotor de la investigación y la sostenibilidad, y ha sido reconocido por su labor educativa y participación en programas universitarios y proyectos de desarrollo sostenible.



Joan Roca ha recibido el premio a “Mejor Cocinero del Año” por la Real Academia Española de la Gastronomía (2000), el Grand Prix del Arte de la Gastronomía por la Academia Internacional de la Gastronomía (2012), el Chef Choice Award de The World’s 50 Best Restaurants (2016). En el mismo año Joan, Josep y Jordi Roca son nombrados Embajadores de Buena Voluntad para el Programa de Desarrollo Sostenible de Naciones Unidas. En 2017 y 2018 Joan es reconocido como el mejor cocinero del mundo por The Best Chef Awards.

QUIQUE DACOSTA



FOTO: PAPO WAIMAN

Quique Dacosta, chef español con tres estrellas Michelin, es reconocido como uno de los mejores cocineros del mundo. Desarrolla su carrera profesional desde 1986. Enseguida comenzó a trabajar en el que hoy es su restaurante. Con él al frente, se empieza a construir y contextualizar una cocina de vanguardia desde su territorio, Dénia, siempre con el Mar Mediterráneo, los vegetales y el parque natural del Montgó como referencias, y apoyado en las artes como vía de inspiración.

Reconocido como Mejor Empresario de la Restauración Española, cuenta con un total de once restaurantes en España y UK, que acumulan siete estrellas Michelin. Premiado dos veces como mejor restaurante de Europa, siendo en estos momentos uno de los 20 mejores del mundo. Su capacidad y representación artística en la cocina han sido meritorias de la Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes.



EL LIBRO DE LA GAMBA ROJA

Quique Dacosta + Joan Roca + Benjamín Lana

Planeta Gastro, 2023

19 x 25,5 cm

264 páginas

Cartoné

PVP c/IVA: 24,95 €

A la venta desde el 4 de octubre de 2023



Para más información a prensa:

Lola Escudero. Directora de Comunicación de Planeta Gastro

Tel: 619 212 722

lescudero@planeta.es