

Órgano Informativo De La Escuela De Lancaster, A.C.

FULCRUM®

“DAME UN PUNTO DE APOYO Y MOVERÉ AL MUNDO”

ARQUÍMEDES

- Entrevista con Cristina Barros
- Restaurante Nagaoka, sabores de Japón
- Crumbl Cookies®
- PAN...demia y masa madre
- Huertos urbanos
- El café oaxaqueño
- Hábitos alimenticios, ejemplos de lunch
- Razones éticas de por qué ser vegana
- Un día en la vida de un estudiante de Gastronomía



Gastronomía

Arte y cultura de la cocina del mundo

Incluye:
Recetario
del mundo

Comité editorial

Carolina Alvarado Graef
Madeline Amieva Mayett
Gloria Sandoval García
Beatriz Sapiña Sánchez
Charlotte Crossland
Caroline Horowitz
Ma. Elena Guzmán
Santiago Sánchez
Claudia Ramírez
María del Pilar Muguira
Víctor Fabián Nava Salazar
Mariana S. Kostina
Kaby Vallejo Guerra
Erandi Montes Margalli
Alexia Suárez Morales
Ileana Conde Rubio
Sylvia Castañeda Herrera
Jessica Carreón
Pita Espriú Tinoco
Sergio Iris Peña
Lúcia Muñoz Guemes
Idalia Silva Hernández
Paola Kuri

Comité editorial estudiantil

Francisco Sánchez Díaz
Michelle Kramer Ayala
Cassandra Solorio Sandoval
Carmen Tapia Alvarado
Isabella Rodríguez Alarcón
María José Rueda Barla
Camila Schverdfinger Ludlow
Lila Urbina Espriú
Aura Itzayana Luna Luna
Natalia Márquez Bañuelos
Marian Moranchel Hernández
María De Tavira Gajá
Alexa Díaz Gutiérrez
Miranda Olvera Arroyo
Natalia Lara Molinero
Eugenia Navarrete Vargas

Edición

Carolina Alvarado Graef
Madeline Amieva Mayett

Revisión de estilo

Carolina Alvarado Graef
Madeline Amieva Mayett
Víctor Fabián Nava Salazar
Gloria Sandoval García
Beatriz Sapiña Sánchez

Línea del tiempo

Ileana Conde Rubio

Diseño y formación

Mariana S. Kostina
Kaby Vallejo Guerra

Zona recreativa

Gloria Sandoval García

Arreglo de contraportada

Mariana S. Kostina

Impresión

Akory Impresiones

ISSN

2954-422X



Portada

Orly Echávarry

Orly Echávarry es artista visual, gestora cultural y mamá de tiempo completo de Lila e Ilana. Ha participado en más de 30 exposiciones individuales y colectivas de dibujo, pintura, grabado, cerámica, fotografía e instalación.

Ha realizado proyectos de ilustración para varias instituciones y proyectos literarios independientes relacionados con temas de salud mental, equidad de género y cuento infantil, así como gestionado proyectos educativos e interdisciplinarios para niños y comunidades vulnerables desde 2008. Es co-fundadora y gestora de una plataforma de cultura medio ambiental a través del arte que involucra procesos artesanales y el rescate de pueblos originarios.



<https://lancaster.edu.mx/fulcrum/>

Crítica *culinaria*

Antes de la existencia de las redes sociales, cuando todavía dependíamos de las reseñas de restaurantes y de las críticas gastronómicas en publicaciones periódicas para enterarnos de las novedades en la oferta de la ciudad, me invitaron a colaborar en la creación de una revista dedicada a la cultura y entretenimiento en el entonces Distrito Federal. Se llamaría dF y a mí me tocaría ser la editora de gastronomía. Lo que más me emocionaba de este nuevo rol era hacer la crítica gastronómica de restaurantes de mi ciudad.



Carolina Alvarado Graef



*Chef Juan Mari Arzak y Carolina Alvarado.
Fotografía por Adam Wiseman*

Entre emoción y nervios, me puse a elaborar una lista de restaurantes para el directorio de recomendaciones de la revista. El primer número tendría como artículo de portada el de gastronomía y trataría sobre restaurantes de “poco ruido y muchas nueces”. La idea era hacer reseñas de restaurantes poco conocidos, lo que valía la pena destacar de ellos y mencionar también cuáles se habían dormido en sus laureles y sobrevivían más por la fama heredada que por seguir produciendo platillos sabrosos o dando buena atención a los comensales.

La intrepidez de la juventud y la novedad de mi misión me infundieron valor. Tenía una buena idea tanto de quiénes serían los recomendados como quiénes estarían en la lista de los obsoletos. ¿Cómo no iba a poder criticar esos restaurantes de renombre que eran caros y malos?

Debo confesar que fui despiadada en varias ocasiones: no sólo por la línea editorial que se me había encomendado, sino porque percibía que esos lugares estaban estafando de cierta manera a los comensales. Me di también a la tarea de elaborar una lista de restaurantes

de la ciudad a los cuales les hice una breve reseña de un párrafo para que también se publicara en la revista a manera de directorio gastronómico.

dF se lanzó el 8 de octubre de 2003 con una megafiesta en el último piso de la Torre Mayor. El artículo fue muy bien recibido y me enorgulleció escuchar comentaristas en el radio que hablaban de los restaurantes que había recomendado.

Y entonces empezó el trabajo real en la revista, ¿de qué íbamos a hablar? ¿Sería principalmente un artículo de crítica de restaurantes? ¿Habríamos de otros temas relacionados con la gastronomía? Empecé a entrevistar chefs y restauranteros, asistí a catas, comí en muchísimos establecimientos de todo tipo, desde restaurantes lujosos hasta puestos callejeros. Un día, fui al restaurante de Martha Ortiz Chapa para el especial de Navidad que publicaríamos con recetas de chefs reconocidos como ella, Mónica Patiño, Enrique Olvera, Bruno Oteiza... Me senté a platicar en el desaparecido Águila y Sol, con flan de coco en mano, y Martha me dijo: «No me gustó la reseña que escribiste». Tenía razón, yo había sido sarcástica y dura a pesar de no conocer a la persona detrás de esa cocina, su trabajo y sus



Giant Whisk. Fotografía por Carmen Tapia

¿Había sido la villana en la historia de alguien?

¿Había criticado platillos que provenían del fondo de un corazón lleno de recuerdos?



Revistas dF. Fotografía por Carolina Alvarado

motivos para hacer lo que hacía. Me justifiqué cobardemente explicando que era la línea editorial que me habían dado pero algo cambió en mí tras esa conversación. Mis textos a partir de entonces fueron más cuidadosos, procurando conocer más a fondo los lugares y no sólo emitir un juicio a partir de los platillos que había probado o tras una única experiencia en el restaurante.

Porque aunque es verdad que existen restaurantes que cobran precios altos y ofrecen alimentos

de poca calidad, privilegian las apariencias y se preocupan solamente por tener una clientela mediática dispuesta a gastar, de igual manera hay muchos más que son el producto de un esfuerzo enorme, de años de estudio y con pocas probabilidades de éxito. Y de eso... ya son veinte años.

Al final, dF pasó por varios cambios y yo ya tenía varios meses de embarazo por lo cual dejé de colaborar en la revista.

Unos años después, vi la película de *Ratatouille* y me cuestioné aún más ese papel de juez que había adoptado con tanto entusiasmo. ¿Había sido la villana en la historia de alguien? ¿Había criticado platillos que provenían del fondo de un

corazón lleno de recuerdos? Probablemente sí. Como cocinera aficionada, la culpa siempre se quedó en mí como un parásito que no me mataba pero sí me incomodaba cada vez que lo recordaba.

El arte culinario brota, sí, de la creatividad del cocinero y se enriquece de la experiencia y el aprendizaje, pero en el fondo está siempre matizado por el amor, la evocación, la nostalgia y el deseo de reproducir lo que nos alimentó el alma en el pasado. Y eso no se puede criticar sin lastimar. Hoy tal vez sería pésima crítica pero quiero pensar que los años me han convertido en mejor persona. 🌸

✎ *Carolina es traductora y se ha especializado en los géneros de fantasía y literatura juvenil. Ha tomado varios cursos de cocina, impartido clases, fue editora de la sección de Gastronomía de la revista dF y publicó sobre comida y vinos en revistas como Travesías y Gatopardo.*

¿SABÍAS QUE?

Lo que conocemos como **hamburguesa** el día de hoy está inspirada en el **Hamburg steak**, que era un platillo popular del siglo XIX entre los **inmigrantes alemanes a Estados Unidos**. Este país fue donde la carne se sirvió dentro de un pan para luego convertirse en un **ícono en el mundo**.



¡Participa en FULCRUM®!

Si escribes, ilustras, tomas fotos, investigas, diseñas y, sobre todo, quieres dejar huella, ponte en contacto con nosotros y sé parte del equipo editorial de Fulcrum:

fulcrum@lancaster.edu.mx

En **La Escuela de Lancaster, A.C.** buscamos formar personas críticas y sensibles, con confianza en sí mismas. Promovemos el respeto a la diversidad y los derechos humanos y rechazamos cualquier tipo de discriminación. Este ideal solo se puede alcanzar cuando cada uno de los miembros de nuestra comunidad mantiene una actitud abierta, promueve el diálogo y está dispuesto al cambio siempre dentro del respeto a los valores que compartimos.

La palabra *fulcrum* significa "punto de apoyo" en latín y es justo lo que la revista busca representar dentro de la comunidad. Con esta idea en mente, se formó un comité integrado por miembros de las familias Lancaster, estudiantes de cualquier nivel, exalumnos, docentes, personal administrativo y directivo interesados en dar forma a este proyecto editorial comunitario. Juntos creamos este espacio con varios propósitos: proporcionar un punto de apoyo desde el cual impulsar y divulgar las ideas, el análisis y la reflexión sobre temas de interés para la comunidad y sobre el proyecto educativo donde puedan florecer la creatividad y el pensamiento con absoluta libertad, fomentar la integración a través de la lectura y la expresión de nuestra comunidad, así como ofrecer un medio que informe sobre las actividades que se realizan día a día en nuestra escuela.

A lo largo de los años, la revista **FULCRUM®** ha pasado de ser un boletín a convertirse en una publicación formal con periodicidad anual, registro ISSN y distribución gratuita. Cada año, **FULCRUM®** se centra en un tema específico y el comité editorial busca abordar el contenido de cada edición desde puntos de vista diversos, tanto académicos como sociales y pedagógicos. Se procura de igual manera destacar aspectos que nos ayuden a mejorar como comunidad educativa. Creemos firmemente que una comunidad creativa, lectora y bien informada es más participativa y esa participación activa nos permite avanzar hacia una de nuestras metas más importantes: consolidarnos a través de estos puntos de apoyo como una verdadera organización de aprendizaje.

