

■ Chef&Hotel | opinión

Flores comestibles: el futuro de la gastronomía sostenible



Rodrigo Durand Cerda

Asesor Culinario
 Chef Director de "Küme-Chile"
 www.kume-chile.cl
 @durandcheff

En los últimos años, las flores comestibles se han ganado un lugar destacado en la alta cocina. No solo por su belleza, sino también por la capacidad de transformar un plato, añadiendo sabores, aromas y texturas únicas. Estas flores, que van más allá de un simple adorno, son ingredientes que aportan diversidad y complejidad, desafiando los límites tradicionales de la gastronomía.

Algunas flores tienen un sabor picante o amargo, otras son dulces o incluso cítricas. Esta variedad permite a los chefs jugar con combinaciones inesperadas, desde ensaladas y sopas hasta postres y cócteles. Pero no es solo su perfil de sabor lo que las hace interesantes, sino también su capacidad para enriquecer la experiencia sensorial de la comida, ofreciendo un juego de colores y aromas que convierten cada plato en una obra de arte.

EL AUGE DE LAS FLORES COMESTIBLES EN LA COCINA MODERNA

El uso de flores comestibles no es una moda pasajera, sino una respuesta a un cambio más profundo en la gastronomía contemporánea. La creciente demanda de ingredientes sostenibles y la tendencia plant-based han impulsado la exploración de nuevos productos que sean respetuosos con el medioambiente, y las flores comestibles encajan perfectamente en esta filosofía.

Muchas de estas flores pueden cultivarse de forma local y orgánica, lo que no solo reduce la huella de carbono, sino que también apoya la biodiversidad local. En este sentido, las flores comestibles representan una excelente opción para los chefs que buscan incorporar sabores originales

sin comprometer el respeto por la naturaleza.

Chefs de todo el mundo, como René Redzepi en Noma, han experimentado con flores y hierbas locales, explorando sabores puros y poco procesados que reflejan la esencia de la naturaleza. Este enfoque se ha extendido a muchos restaurantes y hogares, donde las flores se han integrado en una variedad de platos, desde ensaladas hasta postres.

DIVERSIDAD Y PROPIEDADES DE LAS FLORES COMESTIBLES

Las flores comestibles son increíblemente diversas. Algunas de las más populares en la alta cocina incluyen la **capuchina**, con su sabor picante y sus colores vibrantes; el **pensamiento**, cuya dulzura suave es ideal para postres; la **lavanda**, que se usa en postres y bebidas por su toque floral; y la **caléndula**, un sustituto del azafrán con un sabor ligeramente amargo y un brillante color dorado.

La **flor del calabacín**, clásica en la cocina mediterránea, aporta una textura delicada y un sabor suave que la convierte en un ingrediente versátil en rellenos y sopas. Además de su valor culinario, muchas de estas flores también tienen propiedades medicinales, lo que las convierte en una opción no solo sabrosa, sino también saludable.

Una gastronomía más consciente

El uso de flores comestibles no es solo un reto culinario, sino también una oportunidad para reflexionar sobre cómo producimos y consumimos nuestros alimentos. Cada flor tiene una historia, una conexión con el entorno en el que crece, y al integrarlas en los

platos, los chefs están promoviendo una cocina más respetuosa con el medioambiente.

En un mundo que cada vez se preocupa más por el impacto ambiental de sus decisiones alimentarias, las flores comestibles representan una manera de volver a lo natural y de apreciar lo que la tierra nos ofrece de manera más responsable. Estos ingredientes no solo enriquecen el sabor y la presentación, sino que también nos invitan a reconsiderar nuestra relación con la naturaleza.

Aprender a innovar con flores comestibles

Para aquellos que desean profundizar en el uso de flores comestibles y entender mejor sus posibilidades en la cocina, se está ofreciendo un taller especializado. Este taller tiene como objetivo enseñar a chefs y aficionados a la gastronomía a utilizar estas flores de manera innovadora y responsable. Los participantes podrán conocer las técnicas culinarias adecuadas, explorar nuevas combinaciones de sabores y, lo más importante, integrar prácticas sostenibles en su cocina diaria.

La formación está dirigida por dos empresas comprometidas con la sostenibilidad y la circularidad gastronómica, **Fiore di Cuore** – productora de flores comestibles de la región de La Araucanía – y **Küme-Chile Gastronomía SPA**, especializada en desarrollar proyectos de gastronomía circular. A través de este taller, los participantes aprenderán a trabajar con flores comestibles y a integrar la circularidad en sus prácticas gastronómicas, favoreciendo una cocina más consciente y respetuosa con el medioambiente.