



En librerías a partir del 1 de septiembre de 2020



Comer Setas

Llorenç Petràs

Con la colaboración de **Laura Conde**

Fotografías de **Becky Lawton**

Recetas de **Eva Hausmann**

Un extraordinario libro con todo lo que hay que saber sobre el mundo de las setas y los hongos de la mano de uno de los mayores expertos del país, Llorenç Petràs

Las setas comestibles se han convertido en una de las mayores delicias de la gastronomía española. España es además uno de esos países en el que el consumo de setas está muy extendido y cada comunidad autónoma cuenta con sus propias setas autóctonas, y en consecuencia, con una gran variedad de platos inspirados en estos manjares de la tierra.

Hace casi medio siglo que Llorenç Petràs decidió abrir una *parada* de setas, Bolets Petràs, en el Mercado de la Boquería de Barcelona, que con el tiempo se convirtió en una institución para **los paladares más sibaritas de España**. Cocineros de todo el país, así como cocinillas aficionados y otros gourmets intrépidos, confían en su criterio a la hora de escoger las mejores setas para sus cocinas. Petràs es una auténtica **enciclopedia de las setas**, un conocedor en profundidad de **un producto que le entusiasma y que domina como nadie**.

Este **libro** recorre la historia de este singular personaje, un puntal del Mercado de la Boquería, De su mano conoceremos las **principales setas comestibles que existen, anécdotas, curiosidades y secretos de cocina**, nos colaremos en las **cocinas de algunos restaurantes emblemáticos** y disfrutaremos de un **amplio recetario** de lujo para sacarles el máximo partido a los fogones.

EL MEJOR BOLETAIRE DEL MUNDO

Prólogo, por José Andrés

Todavía es imposible alcanzarle, descubrir cómo lo hace, dónde fue capaz de hacernos soñar con ese nuevo secreto que ha puesto en el bosque. Lleva años, medio siglo, obligándonos a salir de casa con la cesta y la ilusión a cuestas. Lo descubrí y los disfruté con mi padre. Era y es un ser diferente. Miraba su barba y creía descubrir algún secreto. La parada 866 terminó convertida en el bosque más grande de Europa. La Boqueria es mucho más gracias a sus pócimas y encantos. Ha terminado convertida, además, en ese rincón secreto del mejor *boletaire*.

Llorenç Petràs ha conseguido rizar el rizo. Hacernos pensar que todavía no todo está escrito. Que en su mundo —y a pesar de los suyos— hay todavía mucho por descubrir y mucho más por hacer. Disfruta haciéndonos pensar que se deja mandar. Que son ahora sus hijos, Isaac y Xavier, los que le dan permiso para hacer lo que siempre quiso: seguir llenando la cesta de las ilusiones y repartirlas lejos de virus y de miedos controlados.

Esta vez, otra vez, la lección de Petràs viene envuelta en secretos. Sus palabras tienen las claves que nos regala el alquimista. Ya no hay fronteras, pero en los bosques que cultiva y hace crecer Llorenç, cada día es diferente. No hay forma de llegar a descubrir por qué en su cielo azul llueve lo mismo en verano que en invierno. Resulta imposible explicarse por qué las estaciones del año no acaban nunca de matar sus proyectos...

Él siempre ha hablado de amigos, de buenos contactos, de mejores productores y distribuidores. Pero hay más, mucho más, para poder explicarse tantos y tan pequeños detalles con los que ha sabido marcar diferencias. Ganarse el respeto. Pisar fuerte en ese otro mundo de magia que tratamos de compartir cocineros de los cinco continentes.

Es un milagro llegar a saber cómo es de verdad el bosque en el que vive Llorenç Petràs. No hay forma, ni con libros, de explicarse por qué sus setas preferidas han acabado en reliquias de recuerdos. Él ha inaugurado una nueva forma de salir y viajar con la cesta a cuestas. Es la fórmula Petràs: descubrir cómo todos los bosques y setas del mundo están al alcance de nuestra mano.



«La mía era una vida más o menos previsible hasta que un día, con poco más de veinte años, decidí dar un giro a los acontecimientos y tomar una decisión que marcaría no solo mi futura carrera profesional, sino también el resto de mi vida: abandonar la Carrera de Medicina para dedicarme al mundo de la gastronomía»

Llorenç Petràs

LLORENÇ PETRÀS **EL REY DE LAS SETAS DE LA BOQUERÍA**

A **Llorenç Petràs** le cambió la vida casi sin darse cuenta. Abandonó la Carrera de Medicina y se dedicó al mundo de la gastronomía. Trabajó en el negocio familiar, aunque enseguida los acontecimientos empezaron a precipitarse y acabó abriendo una **tienda de setas**, que sigue en pie y con muy buena salud en el Mercado de la Boquería de Barcelona. En aquella primera época iban a los mercados desde los pueblos en busca de productos, tanto conejos como pollos, setas, caracoles o frutos del bosque. Esta época le supuso un **gran aprendizaje** y mucha diversión. Iba por los mercados en busca de las mejores setas, que les vendían en cestos directamente las señoras que las recogían.



Actualmente, la jubilación le permite a Petràs pasar más **tiempo con su familia**, cuidar de sus gallinas en su casa de Olesa de Montserrat y seguir con la que ha sido su gran pasión: **salir a probar restaurantes**. Quienes saben de su amor por la buena mesa le piden que les recomiende restaurantes.

¿Qué esperar de este libro? Muchas ideas contagiosas; recetas que se pueden realizar en cualquier momento y ver este alimento como nunca antes lo habíamos visto. Además, siguiendo los consejos de Petràs, uno se puede ver convertido en un verdadero experto de un ingrediente que cada vez tiene más importancia en las cocinas de todos los restaurantes de todo el mundo.

«*¡Deben sorprenderse de que un señor de mi edad sepa apreciar las filigranas de los chicos de Disfrutar, o de Albert Adrià y su equipo! Pues claro que las aprecio, del mismo modo que me quito el sombrero ante unos buenos callos, un plato de pasta, un guiso de cuchara o un plato de setas en su punto apenas salteadas con ajo y perejil*» Llorenç Petràs

Las setas



No hay nada más difícil, tanto para neófitos como para iniciados, que **nombrar las setas**. A su nombre científico, a menudo enrevesado, hay que añadir el nombre popular, teniendo en cuenta que en muchas ocasiones la misma seta se conoce de maneras diferentes no solo en las distintas regiones, sino incluso en pueblos cercanos. Esto se debe a que las setas son un importante legado que nos deja la **gastronomía popular**, una sabiduría que se ha transmitido a lo largo de generaciones en muchos rincones del mundo. Son ese **alimento fácil, nutritivo y versátil** que brinda el bosque, que ha alimentado a millones de familias a lo largo de los siglos y puede cocinarse de las más diversas maneras.

En busca de las setas

Cada año, cuando llega el otoño, se da una fiebre colectiva por salir al monte a **recolectar setas**. Ocurre en numerosos rincones de España, pero sobre todo en **Cataluña y País Vasco**, comunidades con una gran tradición en la recogida de setas. A los amantes de esta actividad no suele importarles ni las bajas temperaturas ni los kilómetros que les separan de su objetivo, ni tampoco tener que madrugar para encontrar los mejores ejemplares antes que el resto de buscadores. Esta **pasión por la recogida de setas** es tal que, durante la temporada, se forman incluso largas caravanas en algunas zonas de montaña para poder acceder a los mejores bosques. No importan las horas ni las dificultades: lo que de verdad cuenta es dar con las **mejores setas** para más tarde cocinarlas en casa e incluso congelarlas para que puedan durar unas semanas.



TIPOS DE SETAS

En la recopilación de las principales setas comestibles que aparece en el libro se indica tanto su nombre en latín como el nombre popular más conocido. No hay que olvidar que las que encontramos en este libro representan solo una **pequeñísima** parte de las más de diez mil especies que hay en el mundo, de las cuales unas mil tienen usos medicinales y apenas unas ciento veinte un uso gastronómico.

Setas de cultivo, setas salvajes y trufas

- Es la **seta de cultivo** cuyo consumo está más extendido, una de las pocas que estaba permitido vender hace unas décadas, cuando había restricciones severas por parte de las autoridades sanitarias para la comercialización de la gran mayoría de variedades. El libro nos habla de algunas como el champiñón, orellana, shiitake, setas de importación -enoki, golden enoki y el llamado cardo de cultivo-.
- Aunque para la mayoría de las personas sus nombres no son tan familiares, lo cierto es que los amantes de las setas conocen muy bien las diferentes **variedades salvajes**. En el libro aparecen algunas como el gurumelo, la aronja, el boletus, el niscaló, la mucosa, la lengua de buey, la trompeta de la muerte, la senderuela o la conocida seta de cardo.
- Las **trufas** continúan siendo las setas *gourmet por excelencia*. Son una asignatura pendiente para el gran público, ya que incluso los iniciados no acaban de discernir bien de qué hablamos cuando hablamos de trufas y por qué sus precios oscilan tanto. Si exceptuamos, pues, a los grandes chefs, el consumidor final no suele ser capaz de diferenciar la trufa de verano y la de invierno.



Recetas

Sopa de trufa V.G.E. de Paul Bocuse

(también llamada Sopa Elíseo)

Receta de Ambassade de Llivia (Girona)

Chefs: Albert Boronat y Mélina Allair

4 personas

Ingredientes

1 l de consomé de pollo
150 g de pechuga de pollo
100 g de apio
1 zanahoria
8 champiñones
80 g de trufa
4 cucharadas de Noilly Prat Blanc
60 g de foie de pato confitado
250 g de hojaldre
1 yema de huevo
Sal
Pimienta blanca

Elaboración

Precalentar el horno a 200 °C, sin ventilador. Calentar el consomé. Saltear la pechuga de pollo, añadirla al consomé y dejarla hervir durante 6 minutos a fuego lento. Retirar el pollo, cortarlo en dados y reservar el consomé.

Cortar en dados pequeños el apio, la zanahoria y el champiñón. Cortar en finas láminas la trufa. Introducir todos estos ingredientes en un bol *tête de lion* u otro apto para el horno, salpimentar y agregar el Noilly Prat Blanc. Por último, incorporar el foie cortado en dados y el pollo, agregar el consomé y por último la trufa.

Estirar la masa de hojaldre sobre una superficie con harina y cortar cuatro piezas redondas un poco más grandes que el diámetro del bol. Cubrir los boles con los discos de hojaldre y pintar con la yema batida. Hornear durante 20 minutos.

Esta sopa se sirve tal y como sale del horno. El comensal rompe el hojaldre y este cae en la sopa, de ahí la expresión *casser la croûte* (romper la corteza, en sentido figurado «hincar el diente»).



Gurumelo con habitas, sepia y caldo de cebolla asada

4 personas

Ingredientes

400 g de gurumelos
400 g de habitas frescas desgranadas
1 kg de sepia
2 cebollas grandes
500 ml de agua, caldo de ave o de cebolla
Sal
Aceite de oliva



Elaboración

Lo primero que tenemos que hacer es limpiar bien los gurumelos (pelar el capuchón y retirar la tierra con un cepillo o puntilla), cortarlos en porciones de bocado y reservar. A continuación, pelar las habitas, escaldarlas en agua hirviendo con sal durante 2 minutos, colarlas y enfriarlas en agua con hielo. Escurrir y reservar.

Cortar la sepia en pequeñas porciones y saltearla junto a los gurumelos a fuego vivo en una sartén con aceite de oliva hasta que queden dorados (es importante añadir poca cantidad para que no baje la temperatura del aceite).

Incorporar las habitas, saltear todo junto durante 2 minutos y sazonar.

Para el caldo de cebolla asada, cortar las cebollas en juliana y asarlas con aceite hasta tostarlas. Pasarlas a una cazuela, cubirlas con el agua (o caldo), sazonar, llevar a ebullición durante 30 minutos, colar y reservar.

Repartir el salteado en cuatro platos hondos y servir con caldo de cebolla.

Consejos Se puede prescindir del caldo de cebolla, o utilizar uno de ave, pescado o verduras.

Fricandó o carne en salsa con senderuelas

4 personas

Ingredientes

1 kg de espaldilla de ternera
cortada muy fina
2 cebollas dulces
2 tomates rallados
100 ml de vino blanco
100 ml de brandy
2 galletas tipo María
60 g de almendras
60 g de avellanas
1 l de caldo de ave
200 g de senderuelas
Harina
Aceite de oliva
Sal y pimienta



Elaboración

Sazonar la carne, pasarla por harina y freírla en abundante aceite muy caliente hasta que quede dorada. Reservarla en papel absorbente.

Sofreír la cebolla picada en una sartén con aceite y, cuando esté dorada, añadir el tomate hasta que caramelice. Incorporar el vino blanco, dejar que se evaporen los alcoholes y sazonar. Reservar.

Disponer la ternera en una olla y flambear con el brandy, añadir el sofrito y cocinar 5 minutos.

Hacer la picada introduciendo en un vaso de túrmix los frutos secos y las galletas. Si es necesario incorporar un poco de caldo.

Agregar el caldo y llevar a ebullición durante 1 hora a fuego medio. Añadir las setas y la picada, y cocinar durante 20 minutos más.

El autor: Llorenç Petràs



Llorenç Petràs es un nombre clave en la gastronomía española. Propietario y alma mater de la tienda Bolets Petràs, toda una institución en el mercado de la Boqueria en Barcelona desde la década de los 70, no solo provee a los grandes chefs de la mejor materia prima para su cocina, sino que a menudo se sienta con ellos a la mesa y comparte platos y confidencias. Es un amante y un grandísimo conocedor del mundo de las setas, al que pocos datos se le escapan sobre variedades, temporadas, secretos, anécdotas, recetas y propuestas culinarias.



sumario

Prólogo, por José Andrés

Llorenç Petràs

Las setas en la mesa

En busca de las setas

Las setas

1. Setas de cultivo
2. Setas salvajes
3. Trufas

Recetas



Ficha técnica del libro

COMER SETAS

Autor: Llorenç Petràs

Editorial: Planeta Gastro

Formato: 19 cm x 25,5 cm

216 páginas / Tapa dura sin s/cub. (cartoné)

PVP c/IVA: 26,95€

A la venta el 1 de septiembre de 2020

Para más información a prensa:

Lola Escudero. Directora de Comunicación de Planeta Gastro

Tel: 91 423 37 11 – 619 212 722

lescudero@planeta.es

www.planetagastro.com

twitter.com/planetagastro / [instagram.com/planetagastro/](https://www.instagram.com/planetagastro/) Facebook: PlanetaGastro/

