

¿Un Chef nace o se hace?

Sofía Gutiérrez Correa.

Asesora: Ana María Bernal A.

Colegio Marymount

Proyecto de Grado

Medellín

2014

Tabla de contenido

1. Resumen	3
2. Introducción	4
3. Objetivo	5
3.1 Objetivos específicos	5
4. Competencias fundamentales para ser un buen chef.....	6
4.1 Qué es cocinar	6
4.2 Competencias fundamentales según un prestigioso amante de la cocina	6
4.3 Aspectos que hacen a un chef exitoso	7
4.3.1 Educación	7
4.3.2 Creatividad	7
4.3.3 Administración.....	7
4.3.4 Físico	8
4.3.5 Trabajo en equipo.....	8
4.3.6 Intuición.....	8
4.3.7 Frustración	8
4.3.8 Paciencia.....	8
4.4 Requerimientos para ser chef.....	9
4.4.1 Aspecto personal.....	9
4.4.2 Hacer lo mejor de los diferentes momentos	9
4.4.3 Respeto.....	10
4.4.4 Práctica.....	10
5. Destacar los aspectos para considerar a una persona chef y no cocinero	12
5.1 Cocinero	12
5.2 Chef	12
5.2.1 Cocinar con amor	13
5.2.2 Conocer el público	13
5.2.3 Volver a los orígenes.....	14
5.2.4 Ser solidario	14
5.2.5 Investigar.....	14
6. Características innatas contras las adquiridas	16
6.1 Capacidades	16
6.2 Tipos de habilidades en el hombre	18
6.2.1 Habilidades sensoriales.....	19
6.2.2 Habilidades manuales	19
6.2.3 Habilidades innatas.....	20
7. Conclusiones.....	21
8. Bibliografía	22

1. Resumen

Actualmente, ser un prestigioso chef es el sueño de miles de jóvenes, pero lo que pocos saben es que esta profesión no es algo que se alcanza de la noche a la mañana o que con solo obtener el título de una prestigiosa universidad se va a obtener el éxito, por esto, la gastronomía es una de las profesiones que más humildad y pasión requieren. Casi todos sueñan con llegar a tener prestigio como el chef español Ferrán Adriá, considerado el mejor chef del mundo, pero muy pocos, o acaso ninguno llegará a tenerlo, porque no son conscientes de lo que se requiere para llegar a ser un gran chef.

La comida no debe ser vista como un medio de supervivencia, sino como algo que representa la cultura de cada lugar, que genera motivos para reunirse con las amistades, algo que nos transporta a todos los lugares del mundo y que nos trae recuerdos de momentos importantes de nuestras vidas, en otras palabras, la comida le da sentido a nuestras vidas. “Todo lo que he comido, con quién lo he comido y cómo lo he comido ha determinado lo que soy” (Esquivel, p. 42)

2. Introducción

Este trabajo fue elaborado para investigar y llegar a concluir si un chef nace o se hace con base en lo vivido en la pasantía en la panadería Santa Leña y en el curso de panadería, repostería y pastelería en la Mariano Moreno; y leído en sitios web, libros y artículos. Por medio de este proyecto se pretende informar a los futuros estudiantes de gastronomía y a los cocineros apasionados los diferentes aspectos a los que serán sometidos en esta profesión y/o hobby. Esta investigación fue realizada porque es un tema que pocas personas tienen en cuenta antes de decidir estudiar gastronomía, pero a medida que su proceso de aprendizaje va avanzando descubren que es una carrera que requiere de mucha pasión y que la universidad no determina el futuro del chef, sino que es él mismo quien la hace.

“Esta profesión es algo que se lleva dentro, se nace y no se hace, es una filosofía de vida que faculta a alguien a entregar arte, convertido en platos llenos de sabores, texturas, aromas y experiencias únicas” (Concha, 2009)

3. Objetivo

Analizar el perfil de un buen chef y la posibilidad de desarrollar las competencias que requiere.

3.1 Objetivos específicos

- Identificar las competencias fundamentales para ser un buen chef.
- Destacar los aspectos para considerar a una persona CHEF y no COCINERO.
- Comparar las habilidades innatas con las adquiridas.

4. Competencias fundamentales para ser un buen chef

4.1 Qué es cocinar

Cocinar no es simplemente mezclar o preparar alimentos sino que es un arte, porque deja de ser algo del común a ser algo hecho de cierta manera, haciéndolo más deseable, valioso, significativo y que llama la atención. Para algo ser considerado arte debe generar emociones, placer tanto al que lo contempla y juzga, como al que lo produce, así mismo el arte requiere que se ejerza una habilidad especializada que haga del producto final algo bello, excelente y bueno. El arte convoca a un público e impacta y comunica ideas a través de las sensaciones y emociones que genera. Para que alguien llegue a generar arte, debe tener tres capacidades distintas: inteligencia técnica, capacidad de atribuir significado a símbolos abstractos y capacidad de comunicarse a través de los signos. “Antes de ser artistas tuvimos que haber sido hábiles manualmente” (Vélez Caicedo, 2008)

4.2 Competencias fundamentales según un prestigioso amante de la cocina

Según el columnista de la revista Paladares y actualmente estudiante de gastronomía Juan Pablo Tettay, un chef no solo debe cumplir con las competencias que se listarán a continuación sino que también debe estar predispuesto a este estilo de vida, ya que es una profesión que no tiene vacaciones y requiere de mucho esfuerzo físico, pero a su vez deja muchas cosas positivas como hacer amigos, hacer que la gente se sienta bien, obtener prestigio, entre otras.

4.3 Aspectos que hacen a un chef exitoso

De acuerdo a varias entrevistas hechas a importantes chefs como Ferran Adriá, Martín Concha y Mey Hofmann, se pueden resumir los aspectos que hacen a un chef exitoso en:

4.3.1 Educación

Dependiendo de qué tan alto se quiera llegar, se deben obtener diferentes tipos de títulos profesionales.

4.3.2 Creatividad

Debe ser creativo para poder crear e innovar a sus clientes al producir platos únicos tanto en el sabor como en la estética. El estilo y las creaciones de un chef pueden estar basados tanto en su tradición, cultura o sus propios inventos. Para llegar a producir algo creativo se debe pasar por: conocer el problema, analizarlo con detalle, trabajarlo y madurarlo en la mente. “Cuando llegue la inspiración, que me encuentre trabajando” (Picasso)

4.3.3 Administración

Debe ser una persona líder y organizada para poder liderar las diferentes actividades y hacer inventario de los productos. Si el chef es dueño de su propio negocio debe saber de finanzas, de mercado y debe tener una mente muy abierta al cambio.

4.3.4 Físico

Debe soportar estar de pie varias horas, trabajar en espacios húmedos y calientes, y con varios chefs más completando los platos.

4.3.5 Trabajo en equipo

Debe ser una persona tolerante y abierta a nuevas ideas propuestas por el equipo.

4.3.6 Intuición

Un chef debe oír lo que su receta le está pidiendo, saber qué ingredientes omitir y cuáles incluir, para así lograr un producto mejorado y a su vez único.

4.3.7 Frustración

Debe ser una persona fuerte que soporte la presión y tenga la habilidad de crear algo a partir de un fracaso o error al cocinar.

4.3.8 Paciencia

Un chef debe prestar mucha atención a los detalles y ser paciente, no solo a la hora de

preparar los alimentos sino también respecto a los avances en su carrera, ya que en ésta se debe pasar por varios trabajos en los que simplemente debe picar, rallar, pelar o combinar, para adquirir el conocimiento necesario para llegar a ser chef jefe o crear su propio restaurante.

4.4 Requerimientos para ser chef

Según los programas de diferentes universidades como Le Cordon Bleu y The Culinary Institute of America, un egresado de gastronomía debe tener estas características para que a la hora de ejercer su profesión, los requerimientos y condiciones que ésta impone no sean una carga más sino que una costumbre y parte de su vida. Por ejemplo:

4.4.1 Aspecto personal

Un chef debe estar en todo momento impecable y seguir las normas de higiene impuestas, tales como mantener las uñas cortas, el cabello recogido.

4.4.2 Hacer lo mejor de los diferentes momentos

Un chef debe ser recursivo y siempre buscar diferentes formas para llegar a un mismo resultado sin importar los recursos o tiempos. “Ser flexible es saber crear, divagar, explorar, generar, imaginar, improvisar, inventar, metamorfosear, modificar, relacionar, soñar, transformar.” (de la Garanderie).

4.4.3 Respeto

Más allá del respeto hacia las personas, un chef debe ser respetuoso con el equipo, los ingredientes y la cocina.

4.4.4 Práctica

Un chef debe estar dispuesto a practicar constantemente las técnicas aprendidas para no olvidarlas y llegar al punto en el que el conocimiento queda impreso en su memoria. Para llegar a la perfección, el chef debe conocer lo que los otros hacen, crear, proyectar y finalmente, ir más allá de lo previsto.

En resumen, un chef debe ser una persona polifacética ya que su trabajo requiere de habilidades y conocimientos que van más allá de lo enseñado en la universidad pero que son requeridos para lograr el éxito. En la siguiente imagen, se muestran aspectos que hacen el trabajo de un chef exitoso.



(Juandon. Innovación y conocimiento, 2013)

5. Destacar los aspectos para considerar a una persona chef y no cocinero

La gastronomía es una profesión en la que el éxito está en manos del estudiante, su alma de cocinero y sus ganas de triunfar; como dice el chef español Mario Sandoval “Lo que te hace destacar es tu personalidad y tu forma de entender la gastronomía. Y eso no se aprende en ningún sitio.” (Sandoval, 2013) En otras palabras, un chef debe tener la iniciativa de proponer y crear para no solo tener un título de chef sino que también serlo y poder pasar de ser un asistente de cocina a ser el chef jefe o el dueño de su propio restaurante.

5.1 Cocinero

Todo aquel que vive del arte de la cocina es considerado cocinero. Es la persona encargada de efectuar las órdenes del chef y está enfocado en un solo ámbito de la preparación del producto.

5.2 Chef

Es la persona responsable de la creación del menú, de establecer los procesos, de tener control sobre sus ayudantes y supervisar sus labores. Es la persona que responde por el producto final y está a cargo de los panaderos, reposteros, carniceros, parrilleros, es decir todo el personal implicado en la elaboración de los productos. Según el libro *Íntimas Suculencias* de Laura Esquivel para ser un chef se debe:

5.2.1 Cocinar con amor

A la hora de recibir la orden o el producto, el cliente, inconscientemente percibe el amor que se ha puesto o no en éste, ya sea por su presentación, delicadeza, sabor, textura y millones de características que llevan a un cliente a decidir si lo comido le gusta o no. “Cuando esta carga afectiva es poderosa, es imposible que pase desapercibida. Los demás la sienten, la palpan, la gozan.” (Esquivel, pp. 41-42) Se puede decir que la cocina se basa principalmente en el amor porque todo lo realizado con base en él se puede considerar perfecto, ya que el amor no nos deja presentar un plato con una salsa cortada, con un plato sucio, con la comida fría o con la cocción inadecuada.

5.2.2 Conocer el público

Un chef debe saber hacia qué público está dirigida su cocina y así poder lograr que los clientes obtengan la mayor satisfacción posible. Al tener conocimiento de éste aspecto, el chef puede lograr obtener lo que el cliente está esperando. Para un cliente es un irrespeto el mal uso de los alimentos originarios de su país, por ejemplo el maíz o el chile para los mejicanos; por esto un chef debe estar muy atento para así producir productos únicos pero deliciosos y así obtener el prestigio y reconocimiento digno de un chef. Un cliente aprecia y critica los productos inconscientemente por estos cuatro aspectos:

- A través de asociaciones: recuerdos, emociones, momentos, personas.
- Por la carga histórica: por la historia o tradición que hay detrás del producto.
- A través de una técnica única: por la forma en que está hecho el producto y su

presentación.

- A través de los estímulos que el ingerir o este alimento le produce.

5.2.3 Volver a los orígenes

Un chef debe ser libre, debe experimentar y crear. Debe volver a sus orígenes y recrear los alimentos propios de cada país ya que una gran cocina representa el gusto de varias generaciones heredadas y su tradición “¿Se imaginan cuántos conocimientos, cuántos sueños, cuántos deseos, cuánta poesía encierran?” (Esquivel, p. 124).

5.2.4 Ser solidario

Si no hubiera personas generosas, no habría gastronomía, ya que las recetas y conocimientos se transmiten de generación en generación, sin tener que pagar. Un chef docente no puede ocultar nada a sus estudiantes, él debe dar más de lo que cree saber porque la gastronomía es un acto de generosidad, en la cual no hay avaricia, egoísmos ni secretos. “...cocinar es un acto generoso porque nadie puede hacerla si no renuncia, aunque sea en algún grado, a su incapacidad de compartir los bienes comunes, porque los alimentos necesariamente son un bien compartido” (Esquivel, p. 156)

5.2.5 Investigar

Un buen chef debe saber cuándo el menú debe ser replanteado o mejorado para así no

solo mejorar la calidad y oxigenar el restaurante sino también asegurar la fidelidad de los comensales. Para esto, el chef debe saber qué características del restaurante atraen a los clientes para poder lograr plantear un nuevo menú que las contenga y que a su vez atraiga nuevos clientes.

6. Características innatas contras las adquiridas

6.1 Capacidades

El diccionario define conocimiento como: “El producto o resultado de ser instruido, el conjunto de cosas sobre las que se sabe o que están contenidas en la ciencia” Como se mencionó en el inciso número cuatro, para un chef tener una excelente carrera y éxito en el ámbito laboral, debe tener ciertas cualidades o competencias. Estas pueden ser innatas o adquiridas ya que si el individuo tiene la pasión, es capaz de adaptarse y lograr obtener la “personalidad perfecta” que un chef debe tener por medio del aprendizaje, la experiencia y la cultura; o si por el contrario, el individuo presenta estas características de manera innata le será más fácil desenvolverse y trabajar en el ámbito de la cocina ya que las responsabilidades no se le presentarán como sacrificios y que al momento de vivir la presión, la fatiga física, el trabajo nocturno, el fracaso, entre otros, no lo afectarán emocionalmente en comparación con una persona que no tenga estas habilidades o cualidades desarrolladas porque gracias a sus genes, estos aspectos hacen parte de su conocimiento y comportamiento entonces no requieren de mayor atención.

El neurólogo colombiano Rodolfo Llinás relaciona las habilidades innatas del ser humano con las de un león al decir “ El león que atacó exitosamente al recién nacido también fue joven un día. Aunque los fundamentos de las habilidades de caza que empleó eran innatas, tuvo que aprender de su madre los detalles” (Llinás , p. 32) Por esto, lo que somos capaces de aprender depende en cierto modo de nuestra constitución biológica entonces no podemos

aprender o desarrollar habilidades en todo lo que se nos ocurra.

La diseñadora industrial e historiadora del Arte Ana Cristina Vélez define que para el comportamiento artístico existe un hardware, y un software que se retroalimenta y se especializa mediante la visión, la audición, la destreza manual, la capacidad y el deseo de perfeccionar y el hacer especiales las cosas y las acciones para llegar a ser un creador único y no tener simplemente el hardware general que todos tenemos

- La habilidad física se obtienen mediante la práctica constante de cierta actividad para obtener la destreza.
- La habilidad mental se desarrolla como lo es leer, escribir o tocar piano y se le llama aptitud y al igual que la física, requiere práctica y entrenamiento.

El cerebro puede desarrollar nuevas capacidades cuando se está en la juventud, pero a medida que pesa el tiempo esta capacidad se va perdiendo. Para poder aprender se necesita de percepción y de práctica. El científico Rodolfo Llinás dice que los circuitos con los que se nace, en vez de madurar, se especializan: “La práctica repetida crea modificaciones neuronales que se suman en el tiempo” (Llinás , p. 208)

La falta de práctica hace que el rendimiento se reduzca y no se explote al máximo la

habilidad adquirida ya que si una persona desarrolla una habilidad que deja de ser útil, el mismo organismo se encarga de hacerla desaparecer mientras que si le es útil, es porque le proporciona ventajas y por lo tanto no tiende a desaparecer. De esto mismo habla el chef colombiano Miguel Marengo: “Damos a los aprendices las bases para lo fundamental en cocina, cocción, cortes, fraccionamientos, temperaturas, acompañamientos y equilibrio en las preparaciones y buscamos que desarrollen competencias; lo demás son habilidades que la experticia se encarga de despertar”. (Marengo, 2012).



6.2 Tipos de habilidades en el hombre

“La habilidad es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que tiene una persona para realizar con éxito, una actividad, trabajo u oficio específico.” (Ayuda Coach)

6.2.1 Habilidades sensoriales

Están presentes en personas que nacen con gran desarrollo de los sentidos es decir, tienen “un buen paladar”. Son habilidades que por más que se instruyan o perfeccionen en personas que no las tienen, nunca van a ser iguales a las de una persona que nació con estas características tan marcadas. La carencia de estas habilidades en un chef dificultan su labor ya que por más estudios, habilidad manual o perseverancia que se tenga, la creatividad se le va a dificultar porque sus sentidos no van más allá, entonces no le permiten perfeccionar sus creaciones ni mantener en la mente un abanico de olores y sabores que lo ayudan a la hora de crear y le permiten identificar tan agudamente el placer que ciertos alimentos como el azúcar o la grasa producen. Teniendo en cuenta que como dice el chef colombiano Juan Pablo Vásquez, “Comer es un placer de los sentidos porque está presenta la estética, los olores, texturas y sabores.” (Vásquez, 2009).

6.2.2 Habilidades manuales

Son habilidades técnicas, que por medio de la práctica se pueden adquirir y a su vez perfeccionar, tales como amasar, picar, batir, formar y muchas más que hacen que el producto final tenga las características deseadas. Para ser un chef no basta solo tener estas habilidades, porque esto es lo que hace un cocinero, un chef debe tener la capacidad de crear e innovar.

6.2.3 Habilidades innatas

La cultura (herencia de generaciones pasadas), el medio ambiente y los genes, son entes que hacen una habilidad innata, por esto Ana Cristina Caicedo las denomina altamente restringidas ya que son heredadas, es decir no elegidas “Cuando algunos comportamientos o conocimientos están determinados en gran medida por el genoma, los llamamos innatos o altamente restringidos” (Vélez Caicedo, 2008, p. 30) Las habilidades innatas necesitan de la perfecta combinación de la práctica y la disciplina.

7. Conclusiones

- Un chef debe ser una persona trabajadora, perseverante, multifuncional y sobre todo, apasionada por esta labor para poder ser exitoso. A la vez debe ser una persona comprometida ya que es una labor que requiere de mucho tiempo y dedicación porque no es algo que se aprende de un día para otro, sino que por medio de la práctica se aprende y se necesita constancia en esta última ya que es algo que se olvida.

- Ningún ser humano es igual a otro; al provenir de diferentes familias o culturas, es más que lógico que no les guste lo mismo, ni se pueden evidenciar las mismas destrezas en las mismas actividades, gracias a esto es que existen los diversos trabajos o labores.

- No se trata de tener una habilidad o no, sino que de tener la valentía y perseverancia necesaria para poder aventurarse en el gran mundo de la gastronomía.

- La gastronomía es una profesión en la que si no se tiene pasión, es mejor no ejercerla.

- Un amante de la cocina nace y a medida que va creciendo y se va formando se hace chef. (Concha, 2009)

8. Bibliografía

Galton, F. (1989). *Psicoactiva*. Retrieved 2014 from http://www.psicoactiva.com/bio/bio_7.htm

Cattel, R., & Horn, J. L. (1941, 1965). *Psicología online*. Retrieved 2014 from <http://www.psicologia-online.com/pir/inteligencia-fluida-e-inteligencia-cristalizada.html>

de la Garanderie, A. (n.d.). Retrieved 2014 from <http://www.movilizacioneducativa.net/capitulo-libro.asp?idLibro=244&idCapitulo=4>

Hofmann, M. (n.d.). "El cocinero debe mantener su personalidad" . (L. Ferro, Interviewer)

Sandoval, M. (2013). «Lo que permite al cocinero ser sobresaliente es su personalidad». (J. L. Pérez, Interviewer)

Genevieve, V. W. (n.d.). From http://www.ehowenespanol.com/requisitos-habilidades-chef-pastelero-hechos_174605/

Concha, M. (25 de 6 de 2009). *Restonomia*. From Confesiones de un Chef Antofagasta:

<http://www.restonomia.cl/restonews/ser-chef-esta-de-moda/#resto-news>

Guía Repsol. (17 de 8 de 2013). From

<http://www.20minutos.es/noticia/1790748/0/cocinero/nace-se-hace/maestros/>

Definición abc. (n.d.). From

<http://www.definicionabc.com/general/habilidad.php#ixzz3BPf6HDeu>

Marengo, M. (30 de mayo de 2012). From Colombia, World Skills:

<http://worldskills.sena.edu.co/noticia.php?t=el-arte-de-los-sartenes-en-competencia&i=18>

Esquivel, L. *Íntimas Suculencias*. Debolsillo.

Ayuda Coach. (n.d.). From <http://ayudacoach.com/capacidades-y-habilidades-para-realizarnos/>

Vásquez, J. P. (2009). *Gastrosophia*. (T. Zuluaga, Interviewer)

Tettay, J. P. (2009). *Gastrosophia*. (T. Zuluaga, Interviewer)

Juandon. *Innovación y conocimiento*. (14 de agosto de 2013). From

<https://juandomingofarnos.wordpress.com/tag/juandoming/>

Llinás , R. Homo artisticus . In A. C. Caicedo.