

The screenshot shows the top of the El País website. At the top, there are four soccer jerseys with the number 10 and names: JOAN, MANOLO, ELOY, and SAMETI. To the right, there is a red banner for Marsans.com with the text 'EN TU MÓVIL ¡La camiseta de tu equipo con tu nombre!'. Below this, the El País logo and 'edición impresa' are visible, along with the word 'TENDENCIAS'. A navigation bar includes links for 'Primera Internacional', 'España', 'Economía', 'Opinión', 'Viñetas', 'Vida', 'Arte', 'Sociedad', 'Cultura', 'Tendencias', 'Gente', 'Objetivos', 'Deportes', 'Pantallas', and 'Última'. The article title 'Cocina para supervivientes' is prominently displayed, with the subtitle 'Falsarius Chef demuestra con brío cómo alimentarse bien y rápido a base de latas'. The author is ROSA RIVAS, dated 30/01/2008. A rating of 5 stars is shown. The article text begins with 'Cocina para impostores es la nueva biblia para quienes viven de prisa y alegan que no tienen tiempo para alimentarse bien...'. A small advertisement for pepephone.com is visible on the right side of the article.

R E P O R T A J E

Cocina para supervivientes

Falsarius Chef demuestra con brío cómo alimentarse bien y rápido a base de latas

ROSA RIVAS - Madrid - 30/01/2008

Cocina para impostores es la nueva biblia para quienes viven de prisa y alegan que no tienen tiempo para alimentarse bien. “¡Eso es un pretexto. Muchas veces comemos fatal porque no nos ponemos. En 10 o 15 minutos se puede hacer un plato rico y nutritivo!”, argumenta Falsarius Chef desde su refugio frente al mar de Cádiz. Y para componer un menú impostor, “que no pasa de cinco euros”, propone “astutas recetas de cocina usando congelados, latas y conservas”.

El menú de *Cocina para impostores* (Compañía General de la Tinta, 16 euros) lo componen explicaciones claras, directas (como las recetas que encabezan esta página) “para gente que no sabe ni encender el gas”. Y un detalle: incluye proporciones para un solo comensal. “¡Basta de ingredientes para cuatro personas. ¿Y los que estamos solos qué?”, reivindica Falsarius Chef.

Este personaje tiene un rival en la ficción de un cómic: el padre de Gus (*Memorias de Gus, El Pequeño País*), un cocinero que hace caramelos de *sushi* de pescado o aliña cuerno de vaca. Frente a “las recetas enloquecidas”, Falsarius trabaja mucho el supermercado. “Intento reproducir la cocina media española. Hago comida de subsistencia. Trabajo con medios sencillos y no doy nada por sabido”, dice orgulloso.

El cerebro que se esconde tras el profeta de la lata pertenece a “un hombre que huyó del estrés de Madrid”. Es “enemigo acérrimo del microondas”, porque “arrebata las cosas”. “Con lo bien que queda saltar una cosa en la sartén o calentarla en una cacerola...”, Así que estos dos utensilios no deben faltar en la cocina de un impostor. ¿Y el laterío imprescindible?: frascos de cristal de verduras y legumbres; un buen atún o bonito del norte; vasitos de arroz SOS (con ellos Falsarius borda la “paella hereje”); sopa de cebolla de sobre; botes de tomate Hida; cebolla, ajo, romero, orégano, pimentón (“para el toque mediterráneo”) y una caja de langostinos o gambones congelados.

“Siempre que en un plato impostor pongas un langostino, la gente se ciega y dice que es la bomba. Piensan que te has pasado tres horas cocinando, cuando sólo has estado un rato”. Pero ése es el truco de los cocineros impostores: engañar a otros comensales, pero sólo en las habilidades, “no se puede bajar la guardia en la calidad”. Aunque Falsarius no tiene compromisos con marcas, recomienda firmas concretas, “porque si no, las cosas no salen como yo las he probado. Tengo mi pequeño Bulli-Taller para investigar. Estoy abierto a sugerencias, y mis seguidores me ayudan mucho”.

Lo cierto es que su *blog* cocinaparaimpostores.blogspot.com (el germen del libro), recibe 1.000 visitas diarias. Sus seguidores: jóvenes “que comen mejor que si estuvieran todo el día con hamburguesas”, estudiantes Erasmus que “salen del apuro y presumen de cocina española” y “amas de casa de vuelta de todo, que han descubierto que con astucia se pueden obtener resultados en media hora”.

La fama de Falsarius ha llegado hasta la FAO (la agencia de la ONU para la alimentación). Su talante práctico formará parte del proyecto Chefs contra el Hambre (www.rlc.fao.org/iniciativa/chefs.htm).