

WASHOKU

¿Qué es Washoku?

En diciembre de 2013, la UNESCO incorporó la cocina tradicional japonesa, conocida como washoku, dentro de su lista de patrimonio cultural inmaterial junto con la dieta mediterránea (la de países como España y Francia), la cocina francesa, el keskek (plato ceremonial que se sirve en Turquía, Grecia e Irán) y la cocina tradicional mexicana; convirtiéndose así en la quinta gastronomía en entrar en esta categoría.

La UNESCO valora la cocina japonesa por su costumbre social y espíritu tradicional vinculado a la naturaleza del país, mismos que han sido mantenidos a través de los años. Este espíritu de conservación, por el cual le fue otorgado dicho reconocimiento a Japón, es prácticamente el mismo por el cual se le otorgó a México.



Las cuatro principales características del washoku:

- Valoración de la diversidad y sabor propio de la materia prima

En Japón la naturaleza es variada, así como los ingredientes y utensilios que se pueden encontrar en cada región, por lo que se ocupan aquellos que son típicos del lugar para sacar provecho de los mismos.

- Alimentación saludable por el balance nutritivo que mantiene el estilo ideal de la comida

Los platillos son balanceados, lo que los hace nutritivos y buenos para la salud. La comida básica japonesa sigue el concepto de ichi-ju-san-sai (una sopa, tres guisados), que da un balance ideal por la combinación de sus ingredientes: contienen una gran cantidad de vegetales y menos grasa, utilizando principalmente grasa animal. Esta combinación busca aprovechar los sabores originales de la materia prima y hace que se favorezca la longevidad de los japoneses.

- Expresión y respeto a la naturaleza, conjuntado con el cambio de las estaciones del año

La forma de preparación es de acuerdo a la estación del año, ya que a los japoneses les gusta disfrutar y convivir con el momento que se vive. La belleza de la comida y las diferentes estaciones se expresan dentro de la mesa a través de las decoraciones (hojas, flores y plantas de la estación), la vajilla y los utensilios (por ejemplo, de cristal cuando hace calor).

- Estrecha relación a las costumbres sociales y fiestas del año

Existen relaciones muy estrechas con eventos o fiestas, por lo que la convivencia familiar, local o regional está muy ligada a la comida, ya que durante la comida, se fortalecen las relaciones familiares y de amistad.