

A la venta el 3 de mayo de 2012.

COCINA INDIE

Mario Suárez y Ricardo Cavolo

Un nuevo concepto de cocina con música y humor



- El periodista experto en tendencias, Mario Suárez, y el reconocido ilustrador Ricardo Cavolo nos descubren una nueva y original manera de cocinar: la Cocina Indie.
- Un recetario que suena bien y sabe mejor, con 90 recetas sencillas y apetecibles, dibujos y discos para gente diferente. El libro incluye recomendaciones sobre cómo acompañar musicalmente cada momento (platos vegetarianos, postres, cócteles,... y música para cada uno de ellos).
- Ideal para los urbanitas que no tienen horario, cocinillas amantes de los festivales o cualquier persona dispuesta a dejarse seducir por esta nueva experiencia gastronómica, musical y visual

La receta es sencilla: mezclar unos platos apetecibles -desde los de toda la vida a los más actuales- con los principales grupos y discos de la música independiente que más éxito cosechan entre los amantes de la música. Cada receta viene acompañada de su propia banda sonora (pop, rock, indie...) y es explicada de forma divertida, con humor y continuas referencias al mundo de la música y de la cultura urbana. Incluso a veces son los propios artistas los que, de manera ficticia, nos cuentan cómo preparar una receta.

Así el lector descubre qué ingredientes pondría Björk en su ensalada ideal, cómo le gustarían los noodles a Franz Ferdinand, que se puede servir un roastbeef a lo Joan Baez, preparar un brownie especial para el mismísimo David Bowie y que existen solomillos «con greñas» que conviene acompañar con música de los newyorkinos The Strokes. Lori Meyers, Love of Lesbian, Vetusta Morla, Javiera Mena, Antony and the Johnsons, Rufus Wainwright, Sonic Youth... estos y muchos más artistas españoles e internacionales aparecen aquí, cada uno a asociado a la receta que mejor transmitirá la energía y las emociones que sus temas nos inspiran.


Cocinar cada uno de estos platos resulta sencillísimo siguiendo los pasos de las recetas incluidas en este libro, que hará las delicias del público más musiquero que acaban de independizarse y buscan ideas para el día a día, de los urbanitas que no tienen horario, de los cocinillas amantes de los festivales o de cualquier persona dispuesta a dejarse seducir por esta nueva experiencia gastronómica, musical y visual. De hecho, este original recetario no sería el mismo sin las explosivas ilustraciones de Ricardo Cavolo, cuyo lenguaje visual, colorista e irónico, es el maridaje perfecto para las recetas de la Cocina Indie.

¿CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO? (algunas páginas del interior del libro como ejemplo)

LASAÑA POPERA DE CALABACÍN Y JAMÓN

INGREDIENTES

- 3 calabacines
- 250 gramos de jamón de york
- 200 gramos de salsa de tomate
- placas de lasaña precocida
- queso en lonchas
- ½ cebolla
- 2 vasos de leche
- 1 cucharada de harina
- queso rallado para gratinar
- aceite de oliva, sal y pimienta
- nuez moscada



¡VIVE AL PLAY

No sé si los barceloneses Sidonie son muy de cocinar, pero seguro que Marc Ros, Jesús Senra y Axel Pi se comerían con gusto esta lasaña de estética pop que vamos a preparar para cuatro comensales. Nos inspirarán las canciones de su disco de 2000, *El incendio*.


Pinchas la pista número 1 y en cuestión de segundos estarás pelando y cortando en tiras de unos 3 milímetros los calabacines. En una fuente honda para horno colocas las placas de lasaña precocida, las untas con el tomate y dispones las tiras de calabacín encima longitudinalmente. A continuación, cubres con una capa de queso en lonchas y otra de jamón de york. Y de copete, otra de tiras de calabacín y otra de placas de lasaña precocida. Metes la fuente en el horno a 180 grados durante unos 30 minutos. Y como quien no quiere la cosa, ya está sonando la pista 2. Un día más en la vida, tienes los dedos manchados de tomate y te los relajas con gusto.

Es hora de preparar la bechamel y aquí sí que necesitas más movimiento musical, así que pones el tema *Viva el foco* que invierte el amor. En una sartén con aceite pones a pochar la cebolla bien picada. Después llega el turno de la harina, y no paras de remover para que no se quemé, pero quede algo tostada. Todo a fuego lento. Vertemos la leche, poco a poco, la pizca de nuez moscada, sal y pimienta, y ahora sí: toca subir el volumen. A remover sin parar. ¡Tiene que espesar! La cuchara de madera no deja de girar para que no haya ni un grumo. ¡Lo has conseguido!

Pista número 8. Al viento, concentración y nostalgia enamorada para sacar del horno la bandeja, verter la bechamel encima de los calabacines y espolvorear con el queso rallado. Ha llegado la hora de gratinar, controlando desde el cristal del horno... ¡Lo tenemos! Creo que cocinar con Sidonie de fondo ha provocado que empiece a salir el dandy que llevas dentro.

ONCE 5


Una receta barata, sencilla y sana. Eso sí, cuidado con qué mezclas esta receta si sigues los pasos del *Dandy del antrax* al que cantan Sidonie en su disco *Canta Azul*, pues ya lo dicen ellos: «El vino francés y la nouvelle cuisine se transforman en sensual y vil».



Sidonie
"El incendio"

(108)
(109)

Efterklang
"Magic Chairs"



ONCE 8

Las frikadeller se sirven normalmente con una bechamel o con salsa de mostaza. Los Efterklang las acompañaron, también, de verduras asadas y patatas fritas. Sirvieron cerveza bien fría (al tiempo acompañaba), pusieron su disco de banda sonora del encuentro, y brindaron por la música y por las recetas que sus madres les habían enseñado de pequeños.

En toda la tarde no dejaron de hablar de recuerdos infantiles, las frikadeller les habían devuelto los recuerdos. El violín sonó de fondo.

(Real o no, esta historia podría ocurrir mañana mismo.)

FRIKADELLER EN CASA DE CASPER CLAUSEN

INGREDIENTES


- ½ kilo de carne picada de cerdo y ternera
- ½ vaso de leche
- ½ vaso de harina
- 2 claras de huevo
- ½ cebolla
- ½ taza de agua con gas o soda
- sal, pimienta molida y mantequilla

¡VIVE AL PLAY

Un día, los Efterklang cogieron sus bicicletas y toda la banda de indie-rock danés fue a casa de Casper Clausen, uno de sus miembros, para ponerse a cocinar frikadeller, las conocidas albóndigas originales de su país, un plato de raíz con una música original para disfrutar en grupo. Compraron los ingredientes en uno de esos supermercados ecológicos de Copenhague e invadieron la cocina con sus trompetas y guitarras.

Amasaron primero la carne, la leche, la harina, las claras de huevo, la cebolla bien picada (hubo turnos entre dos de los miembros de la banda para no llorar demasiado), la soda, la sal y la pimienta molida. Mientras la masa reposaba unos 20 minutos en el frigorífico, decidieron tocar uno de los temas de su disco *Magic Chairs*, para admiración de los vecinos del tranquilo barrio de Casper.

Después, como una perfecta cadena de montaje, comenzaron a montar las frikadeller, con forma de balón de rugby, ni redondas, ni alargadas. Una a una, fueron posándolas con cuidado sobre una tabla de madera, mientras la mantequilla se calentaba en la sartén para freírlas. Una a una, ayudados de una cuchara y mucha paciencia, fueron presentándolas en una fuente. Hubo muchas risas. Entonces, llamó al timbre Vincent Moon, el director de cine francés, amigo de la banda. Uno de ellos le había invitado. Casper masculillo: no sabía si tenía sillas suficientes en el jardín para tanto comensal.



(128)
(129)

LOS AUTORES

MARIO SUÁREZ. Madrid, 1978. Licenciado en Periodismo por la Universidad Complutense de Madrid. Seguidor del flequillo de Noni de Lori Meyers, los pitillos de Julian Casablancas de The Strokes y de la sensualidad de Javiera Mena.

Ahora es Redactor Jefe de moda y estilos de vida de Prisa Revistas, donde trabaja principalmente en publicaciones como *Rolling Stone* o *Dominical*. Anteriormente, también había trabajado como Redactor Jefe de *ON Madrid*, el suplemento cultural y de ocio del diario *El País*, en el diario *ADN* y en la revista *Zero*. Su firma ha aparecido en las páginas de *El País Semanal*, *Esquire*, *GQ*, *tendencias* o *El Viajero* de *El País*, entre otros medios de comunicación, en artículos sobre arte y tendencias; ha formado parte del gabinete de prensa de los *Premios Príncipe de Asturias* entre 2002 y 2005.

Es autor de *Los nombres esenciales del arte urbano y del graffiti español* (Ed. Lunweg, 2011) y de la biografía de Fito Cabrales (Fito y los Fitipaldís), *Soy todo lo que me pasa* (Nowbooks, 2008). Recientemente también ha escrito los textos y relatos del libro de alta cocina del chef con dos estrellas Michelin, Ramón Freixa (Ed. Everest, 2012). Alguna vez ha llegado a afirmar que podría alimentarse a base de croquetas de su madre y de tomate.

MARIO SUÁREZ



RICARDO CAVOLO



RICARDO CAVOLO. Salamanca, 1982. Licenciado en Bellas Artes por la Universidad de Salamanca. Johnny Cash pone la banda sonora a su vida y escucha Neutral Milk Hotel en momentos especiales del día. Se podría decir que prácticamente nació en el estudio de pintura que tenía su padre. Allí aprendió a coger bien el lápiz y no lo ha soltado desde entonces.

Es un artista con un sentido de la imaginación único en España, que creció profesionalmente como Director de Arte de agencias de publicidad, hasta que comprendió que su iconografía colorista de seres tatuados, leyendas y naturalezas fantásticas debía mostrarse al mundo. Como ilustrador ha publicado en editoriales como SM, Periférica, Limina (Italia) o Madriguera (Perú), entre otras. Pero el punto de inflexión de su carrera llegó cuando el Cirque Du Soleil le eligió para colaborar en uno de sus proyectos artísticos en España en 2010. También ha trabajado para el AIGA (American Institute of Graphic Arts), en cubiertas de discos y carteles para discográficas como Gran Derby Records o BOA Music, y ha sido el ilustrador del músico Raúl Querido (Producciones Azul Alcachofa). Ha expuesto en galerías como Mad is Mad, Espacio Valverde o Gunter Gallery. Como castellano de pro, hace sus pinitos en la cocina con las patatas «meneás» y se deja tentar con un chuletón de buey si se lo sirven en la mesa con patatas fritas.

COCINA INDIE. Recetas, dibujos y discos para gente diferente

Mario Suárez y Ricardo Cavolo

Lunweg Ed. 2012

15x21 cm. / 224 pp. / Rústica con solapas

PVP c/IVA: 18,50 €

A la venta desde el 3 de mayo de 2012.



Para más información a prensa:

Lola Escudero. Directora de Comunicación Lunwerg

Tel: 91 423 37 11 - 680 235 335

lescudero@planeta.es

Facebook.com/lunwerg @lunwergfoto