



BIOCULTURA UNA FERIA VIVA

La feria que organiza la Asociación Vida Sana cumplió 32 años en Madrid y mostró el camino hacia el futuro: un renovado compromiso con los productos ecológicos.

Más de 70.000 madrileños acudieron a su cita anual en Ifema con la vida natural, la ecología y las terapias naturales. El éxito de la feria Biocultura, que celebró su 32 edición, demostró que no deja de crecer el interés por otras maneras de comer, de educar, de cuidarse, de construir y de hacer muchas otras cosas. Durante cuatro días el público abarrotó los pasillos, llenó las salas de

actividades y participó en una feria donde se mezclan los aspectos lúdicos, comerciales y reivindicativos.

En armonía. Ángeles Parra, directora de BioCultura, comentó al bajar la persiana que «no somos ni una moda ni una feria más; somos la punta del iceberg de una ciudadanía que quiere cambiar totalmente para poder vivir en armonía con la Naturaleza, con uno mismo, con nuestras familias y con la sociedad».



*Javier Medvedovsky
mostró cómo se hace
chocolate blanco sin
leche y de raw food.*

Apoyo del ayuntamiento. La directora destacó también que este año han recibido más apoyo que los anteriores del Ayuntamiento de Madrid. Prueba de ello fue que la concejala de Medio Ambiente y Movilidad, Inés Sabanés (del partido Equo, que forma parte del gobierno municipal) estuvo el viernes en la feria, paseando con visible interés entre los más de 750 expositores que exhibían, en conjunto, más de 18.000 productos.



CULTURA VEGANA

El auge del veganismo, la opción que renuncia a los alimentos de origen animal por razones éticas, ambientales y de salud, quedó reflejado en la feria con la organización del Festival Eco Vegano, que acogió talleres, encuentros y charlas. El sábado por la tarde, asistimos al *showcooking* del chef Javier Medvedovsky. Explicó su receta «Choco avatar blanco, sin leche y raw food» y fue un éxito total. Muchos visitantes se sintieron atraídos por la autenticidad que Javier refleja en su cocina y en su manera de ver el mundo. **Talleres de cocina.** Espectacular fue también la demostración de Arturo Castillo, que se *explayó* sobre las posibilidades del coco en la cocina crudivegana, ayurvédica y macrobiótica. Otros *showcooking* veganos fueron el de Marcello Ferrarini, «El chef Sin Gluten», o el de Mireia Anglada ▶

JAVIER MEDVEDOVSKY

«LA GENTE APUESTA POR OTRAS MANERAS DE VIVIR»

El chef Javier Medvedovsky, autor de *Espiritual chef* (Ed. Urano) y colaborador de *Cuerpomente*, es uno de los principales exponentes de la cocina crudivegana en nuestro país. Estuvo en Biocultura con un *showcooking* donde elaboró una de sus creativas y sorprendentes recetas: el «chocolate avatar blanco sin leche y raw food».

—¿Cómo fue la experiencia en BioCultura?

—Fue divertido y vino mucha gente. Explicué una receta inspirada en el cacao con la intención de llevar a la gente hasta el origen del ingrediente para que se valore que viene de la naturaleza. Por eso mostré imágenes del árbol, del fruto, lo que hay dentro...

Y con el ingrediente en bruto preparamos un «chocolate avatar blanco» que encantó a todos. Sin azúcar ni leche, y con todas las técnicas del *raw food* y el crudiveganismo con las que yo trabajo.

—Sorprendiste al público...

—Va mucha gente que sabe y con curiosidad, pero también hay un porcentaje de personas que ven estas cosas por primera vez y que quizá no saben de dónde viene el cacao y que se trata de un alimento que puede ser sano, que no hace daño ni engorda. Si haces tu chocolate sin añadirle ciertos ingredientes que sí hacen daño tienes un «chocolate sin culpa».

—¿Qué te llamó la atención?

—Aunque sea un porcentaje pequeño dentro del sistema global, comprobé que el movimiento crece. Hay más demanda y más oferta. Hay emprendedores que ofrecen productos alimentarios nuevos, y también a nivel de educación y propuestas saludables

para cambiar hábitos que ofrezcan ventajas... La gente está cansada de un estilo de vida que presenta demasiados obstáculos, y está apostando por otra manera de vivir. Encuentros como Biocultura dan más sentido a la vida.

—Te interesaste por las actividades con niños...

—Yo no me crié con esto. ¡Los niños que ya lo están haciendo son la raíz de otra forma de vivir!

—¿Fuiste a alguna charla?

—Me encantó Odile Fernández.

Creo que tiene mucho valor que una doctora toque temas tan serios como el cáncer desde otra perspectiva a la que es común entre la mayoría de médicos. ¡Creo que tiene muchos ovarios! Espero que muchos otros médicos la imiten y salgan de la movida en que estamos metidos.

—¿Echaste en falta algo?

—Quizá a los agricultores. Son los que cuidan la tierra, plantan y nos proporcionan los alimentos bio y de calidad, todo lo que venden las empresas, las marcas... ¡Tendrían que estar en medio de la feria! Sí que estaban presentes los proyectos en torno a las semillas, y me interesaron.

—¿Tienes huerto?

—Estoy en camino. Como yo digo, me encantaría cocinar la tierra. Ahí está la clave.

—¿Volverás el año que viene?

—Me gustaría. Siempre es una oportunidad para juntarse con personas que realizan actividades diferentes alrededor de los alimentos, del ser humano, de cómo vivir, de las posibilidades de sanar... Es un lugar importante para reflexionar sobre dónde estamos y adónde vamos.

ESTUVIMOS EN...



Más de 750 expositores dieron a conocer sus productos, todos relacionados con la ecología o la salud.



sobre repostería con superalimentos. Los pasteles sin ingredientes de origen animal y en versión crudivegana estuvieron presentes en la demostración de Marian Torres. Miriam Fabà nos enseñó a elaborar deliciosas recetas italianas con criterios veganos. También cocinaron delante de los visitantes Marisa Fernández –hizo queso– y Prabhuk Sukh, que demostró su maestría con las salsas.

MÁS QUE UNA MODA

Según Ángeles Parra, la industria alimentaria convencional envía sus espías a BioCultura para ver lo que se cuece en el ambiente «bio», porque está de moda y porque el tiempo suele darle la razón, pero, más allá del éxito económico y comercial, la feria permanece fiel a la esencia: conseguir que los alimentos sanos lleguen a todas las casas, escuelas y hospitales. Prueba de ello es que decenas de



pequeñas empresas locales pudieron mostrar sus productos al ser acogidas por las oficinas certificadoras de ocho comunidades autónomas.

Otros sectores. Además de los alimentos, en la feria descubrimos las novedades en bioconstrucción, cosmética (con un 30% de incremento en el número de estands), moda, energías renovables o la llamada «economía del bien común».

Muchos niños. Llamaba la atención la cantidad de mamás jóvenes y niños, que no frecuentan otras convocatorias de Ifema, pero que el sábado y el domingo fueron a Biocultura a experimentar –en el festival MamaTerra– con las plantas, la tierra, la cocina, la magia, los juegos u otras maneras de aprender. Si uno se fija, en realidad todo parece girar alrededor de ellos, porque son la esperanza de que otra manera de vivir es posible. *FB*

OVIDIO OTXOA

La bioconstrucción combina métodos tradicionales e innovación tecnológica para conseguir espacios habitables más sanos.