



GASTRONOMISTAS



INICIO COMER ▾ BEBER ▾ COCINAR DESCUBRIR VIAJAR BY VUELING VIAJAR CON RENFE-SNCF CONTACTAR SUSCRÍBETE



# Saó, cocina ligera de km 0 en la zona alta de Barcelona

by LAURA CONDE

Si hay un restaurante que ha llegado a **Barcelona** para tomar el relevo de otros dos que, por razones diversas y por desgracia, ya no existen ese es **Saó**. Digno sucesor de dos locales tan interesantes como **Célieri** o **4amb5 Mujades**, este local de la zona alta, ubicado junto a la **Ronda de Dalt** y abierto hace apenas unas semanas, destila esa alta cocina que se nutre fundamentalmente de los productos del huerto, aunque también encontramos carnes y pescados.

Concretamente del vecino **Delta del Llobregat**, una zona que el chef **Juanen Benavent**, un hombre joven pero con experiencia en diversos restaurantes de renombre, visita a menudo para nutrirse de las frutas más frescas y las mejores verduras de temporada, que pasan en un plis plas del huerto a los más variopintos platos de autor, sofisticados y sencillos al mismo tiempo.



**Benavent** ha aterrizado en **Barcelona** tras haber pasado por restaurantes como **El Submarino**, **Alto de Colón**, **Hotel Hospes**, todos ellos en su **Valencia** natal, y, más tarde, por **Can Fabes**, que fue tres estrellas **Michelin**. Pero probablemente el restaurante en el que ha adquirido el pulso que le hace brillar con apenas 34 años es el **Goust**, en **París**, en el que estuvo cuatro años y fue el preámbulo perfecto antes de abrir su propio local, **Saó**, que en catalán significa punto óptimo de madurez.

La apuesta de este **Saó** de estética sobria y clásica, con pocas mesas (que, aunque algo más grande, nos recuerda un poco al **Capritx** de **Terrassa**), es sencilla y escueta. Al sentarnos en la mesa, encontramos una cajita en cuyo interior hallamos anotados los tres menús que ofrece a diario el chef: **Llavor**, más escueto, para los mediodías laborables; **Germinat**, algo más largo; y **Arrels**, todo un menú degustación, el que mejor ejemplifica la esencia de un chef inteligente y hábil, que apuesta por los productos de temporada de primera calidad y los cocina con una técnica impecable, sin apenas aderezos pero enfatizando en combinaciones a priori sui generis, siempre acertadas, y alguna pincelada de creatividad.



En la sala, mano a mano con **Benavent**, encontramos a **Paloma Benavent**, con quien ya coincidieron en **París** (el apellido es una coincidencia: no son familia), una excelente maitre de esas que demuestran la grandeza de un oficio que a menudo pasa desapercibido y que cada vez parece cuidarse menos. Tanto ella como el resto del equipo de sala son los encargados, entre otras cosas, de prescribir los vinos de forma personalizada (no tienen carta ni opciones de maridaje preestablecidas). En nuestro caso, fue un rosado, un **Cocá i Fitó Rosa**, un monovarietal syrah rosado “con personalidad de vino tinto”, en palabras de **Benavent**, con el que recorrimos un menú **Germinat** que nos sorprendió gratamente.



Comenzamos con un crujiente de arroz negro con ajoaceite y limón, un aperitivo para empezar a abrir boca al que siguió una coca de 'llardons' y el llamado **Huevo Saó**, una crema de zanahoria, naranja y **Campari** que llega a la mesa en un coqueto molde de huevo. Estos platos ya nos indican que nos hallamos ante una cocina de producto, con una buena materia prima escasamente manipulada y un toque inconfundible de alta cocina, sin espumas ni alardes innecesarios.



Siguieron los entrantes: remolacha a la brasa con yogur, endivia a la naranja con un toque de praliné (una delicia), unos espárragos verdes silvestres con yema de huevo persillé y –y aquí llegó el primer plato con proteína animal– unas habas con pies de cerdo. Nada de platos de dos líneas y diez ingredientes, pues, sino recetas sencillas y siempre sofisticadas, como la vichyssoise ahumada con caballa marinada, y un salmón confitado con puré de brócoli y espinacas frescas.

Acabamos con la carne, con un plato que también nos sorprendió pese a su sencillez: una pilota de escudella con consomé de nuez moscada, en que la carne llega a la mesa envuelta en una hoja de acelga y con todo su sabor.



Los postres siguen la misma línea. En nuestro menú había dos, ambos escuetos, equilibrados y elaborados con ingredientes de proximidad. Por un lado, la piña con helado de cardamomo y pimienta de Sichuan, y otro postre igual de fresco: las fresas con albahaca, *dacquoise*, limón y helado de fresa.



Un menú completo y ligero, equilibrado, que demuestra que se puede hacer alta cocina sin abusar de las grasas y las filigranas, y que tras muchos años buscando inspiración en las más diversas cocinas del mundo y las técnicas más sofisticadas, cada vez son más los chefs, como Benavent, que apuestan por regresar al producto, al huerto, al recetario mediterráneo y rendirle homenaje en una cocina siempre delicada e inteligente.

**Saó**

Cesare Cantú, 2 (08023 Barcelona).

Tel. 93 566 39 68.

De miércoles a sábado, de 13.30 a 15.30 h y de 20.30 a 22.30 h.

Domingo, de 13.30 a 15.30 h.