



**¿PUEDE UN PESCADO CAMBIAR DE ESTATUS? LA (CORTA) HISTORIA  
DE LA GOURMETIZACIÓN DE LA CABALLA EN PORTUGAL,  
PROCESOS Y PROTAGONISTAS**

**CAN A FISH CHANGE ITS STATUS? THE (SHORT) HISTORY OF THE  
GOURMETISATION OF MACKEREL IN PORTUGAL,  
PROCESSES AND PROTAGONISTS**

**PODE UM PEIXE MUDAR DE ESTATUTO? A (CURTA) HISTÓRIA  
DA GOURMETIZAÇÃO DA CAVALA EM PORTUGAL,  
PROCESSOS E PROTAGONISTAS**

LUCAS, J.  
CRIA – NOVA FCSH, I2PAST  
joana.i.lucas@gmail.com  
Orcid: 0000-0002-2096-2587

Recibido: 03/11/2023

Aceptado: 25/07/2024

RESUMEN

Este artículo tratará de discutir la inversión de un estereotipo asociado a un producto alimenticio - la caballa (*Scomber colias*) - un pescado cuyo consumo estaba connotado con contextos populares y de pobreza, y la revitalización que ha tenido lugar sobre todo desde 2011, concomitante con el agravamiento de una crisis económica en Portugal. Este proceso de revitalización y resignificación, inicialmente puesto en práctica por renombrados chefs portugueses, entró también en el léxico y las prácticas de nutricionistas que intentan promover la idea de una "alimentación saludable". Paralelamente a la crisis económica, otro factor contribuyó a la revitalización de la



caballa en Portugal: la imposición de cuotas de pesca a la sardina, pescado reconocido como un símbolo de las prácticas alimentarias nacionales, asociadas al verano y sus festividades. Este breve análisis nos muestra cómo se llevó a cabo el proceso de gourmetización de la caballa en un contexto muy específico - una crisis económica en Portugal - un proceso que, como intentaremos demostrar, no perduró en el tiempo.

*Palabras clave:* Portugal, caballa, crisis económica, chefs, gourmetización.

#### ABSTRACT

This article will try to discuss the inversion of a stereotype associated with a food product - mackerel (*Scomber colias*) - a fish whose consumption was connoted with popular and poverty contexts, and its revitalization that has taken place especially since 2011, concomitant with the worsening of the economic crisis in Portugal. This process of revitalization and resignification, initially put into practice by renowned Portuguese chefs, also entered the lexicon and practices of nutritionists who try to promote the idea of "healthy eating". Parallel to the economic crisis, another factor contributed to the revitalization of mackerel in Portugal: the imposition of fishing quotas on sardines, a fish recognized as a symbol of national food practices, associated with summer and its festivities. This brief analysis shows us how the process of gourmetisation of mackerel took place in a very specific context - an economic crisis in Portugal - a process that, as we will try to demonstrate, did not last over time.

*Keywords:* Portugal, mackerel, economic crisis, chefs, gourmetisation.

## INTRODUCCIÓN

Con 800 kilómetros de costa frente al Océano Atlántico<sup>1</sup>, la pesca ha sido históricamente una de las principales actividades económicas en Portugal, de norte a sur del país. Además de estar fuertemente vinculada a una idea de identidad nacional<sup>2</sup>, la pesca fue el motor de la creación de diversos pueblos y ciudades de pescadores en todo el país y, en la segunda mitad del siglo XIX, la materia prima de uno de los procesos de industrialización nacional de mayor éxito: la industria conservera<sup>3</sup>. La importancia y centralidad de la pesca en Portugal también ha sido objeto de numerosas monografías antropológicas dedicadas a los contextos pesqueros y sus particularidades, incluyendo Brogger (1992), Cole (1994) y Nunes (2004).

Evidentemente, la importancia de la pesca como actividad económica tiene un impacto directo en las prácticas alimentarias nacionales, que se traduce en un consumo de pescado de 56,8 kilos per cápita al año, datos de 2019 (FAO, 2021), lo que convierte a Portugal en el tercer país que más pescado consume en todo el mundo, solo por detrás de Japón e Islandia, siendo que en el contexto de la unión europea es el mayor consumidor de pescado, más del doble de la media (24 kilos per cápita). Según datos de 2019, las especies más consumidas son la sardina, el jurel, el atún y el pulpo, por citar solo las capturadas en aguas portuguesas, sin incluir el bacalao.

A pesar de ser una de las especies más abundantes en la costa portuguesa, la caballa ha estado históricamente descalificada para el consumo humano y ha tenido históricamente poco valor económico. Además de ser a menudo "descartada", es decir, devuelta al mar por los pescadores tras su captura, la caballa arrastraba una serie de prejuicios dietéticos que la categorizaban como "pez gato" o "pescado de pescadores". Hasta hace muy poco, la caballa era un pescado que no formaba parte de los hábitos alimentarios de la grande

---

<sup>1</sup> Considerando sólo el Portugal continental. Si contamos las islas - Azores y Madeira - el litoral portugués tiene una dimensión de 2.830 kilómetros.

<sup>2</sup> A lo largo de este texto no nos centraremos en la pesca y el consumo de bacalao, a pesar de su importancia no sólo en términos de la construcción de una identidad alimentaria nacional, sino también de su impacto en la construcción de una narrativa identitaria basada en la glorificación de las "épicas" campañas de pesca de bacalao que movilizaron a parte de la nación, especialmente durante el período del Estado Novo (1933-1974). Sobre la pesca del bacalao, véase Garrido (2004, 2011). Sobre la construcción de una identidad alimentaria basada en el consumo de bacalao véase Sobral y Rodrigues (2013); Sobral (2019). A lo largo de este texto sólo nos referiremos a la pesca en aguas nacionales portuguesas, lo que evidentemente no es el caso del bacalao.

<sup>3</sup> La industria conservera en Portugal, cuya materia prima más abundante era la sardina, también incluía otras variedades de pescado en sus productos comerciales, entre ellas la caballa. Sobre la industria conservera en Portugal, véase Barbosa (1941); Valente (1981); Henriques (2022).

mayoría de los portugueses, sino que se utilizaba como cebo para la captura del pulpo y para algunas pescas con caña, o como alimento del atún en las almadrabas del Algarve y Andalucía (Gonçalves et al., 2015).

Buscando en libros de cocina portugueses, y tomando su consulta como fuente histórica relevante (Appadurai, 1988), no encontramos registros de recetas que incluyeran el uso de la caballa como principal ingrediente culinario. Aunque la caballa es comúnmente utilizada en conservas de pescado, su consumo fresco era, hasta hace muy poco tiempo, poco común en las prácticas alimentarias portuguesas y, como ya se ha mencionado, asociado al consumo de los sectores más populares de la población, en particular entre las familias de pescadores, o en contextos de pobreza y escasez alimentaria.

Es especialmente a partir de 2011 que esta realidad comienza a cambiar, y esta transformación se basa en dos hechos distintos, de los que daremos cuenta: 1) una profunda crisis económica que da lugar a la intervención del FMI, el Banco Mundial y el Banco Central Europeo (conocida como la *troika*); 2) la amenaza que se cierne sobre una de las especies más consumidas y codiciadas en las costas portuguesas, la sardina, cuya sostenibilidad se vio comprometida, y sobre la que se introdujeron medidas restrictivas de pesca a partir de 2012 (Plan de Gestión de la pesca de la sardina 2012-2015)<sup>4</sup>.

Según la plataforma PORDATA, que proporciona datos específicos sobre las especies capturadas en Portugal a partir de 2002, ese año se capturaron 5 613 toneladas de caballa, frente a 63 732 toneladas de sardinas. En 2015, se capturaron 46.430 toneladas de caballa, frente a 13.729 toneladas de sardinas, y la cifra de pesca de sardinas alcanzó un mínimo histórico en 2018 (9.694 toneladas). En 2019, la caballa fue el pescado más capturado en Portugal, especialmente en los puertos del área metropolitana de Lisboa. Las cifras más recientes, para 2022, apuntan a 21.144 toneladas de caballa capturadas, frente a 24.311 toneladas de sardinas (PORDATA). La escasez de sardinas en los últimos años, debido a las restricciones impuestas a su captura, ha aumentado el valor de este pescado en los mercados, y es la segunda especie, después del pulpo, en términos de ingresos en las subastas en Portugal.

Este texto pretende contextualizar los intentos de revalorización del consumo de la caballa en Portugal, marcados por los acontecimientos mencionados anteriormente, cuya concomitancia ha contribuido, sin duda, a la producción de una nueva narrativa sobre el consumo de la caballa, encontrando en

---

<sup>4</sup> Plan resultante de la orden publicada en el Diário da República (Nº1520/2012) por la que se fija un límite máximo de pesca y descarga de sardinas en los puertos portugueses. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/despacho/1520-2012-3175233> (consultado el 12 de Julio de 2023).

ella virtudes que hasta entonces habían sido ampliamente ignoradas por chefs y nutricionistas, y que ha dado lugar a un tímido y breve proceso de gourmetización.

Esta investigación incluyó una pesquisa en línea en periódicos y revistas nacionales, sitios web de restaurantes y sitios web de nutricionistas. Se trata esencialmente de un análisis de fuentes escritas sobre un periodo circunscrito de la historia portuguesa (principalmente entre 2010 y 2015) y la transformación del discurso y las narrativas alimentarias que tuvo lugar durante este periodo específico. Más recientemente, también se realizaron algunas entrevistas semiestructuradas a consumidores domésticos sobre prácticas alimentarias que incluyen el consumo de caballa por consejo de nutricionistas.

#### SER O NO SER UN ALIMENTO GOURMET: LA CABALLA EN EL ESPEJO

Según la organización francesa "Ethic Ocean", que publica anualmente su "Guide des espèces à l'usage des professionnels", Marruecos es el principal país de pesca de caballa del mundo, con cerca de 186.000 toneladas en 2020<sup>5</sup>.

La abundante presencia de caballa puede verse en las calles de la medina de Rabat, la capital de Marruecos. Durante un trabajo de campo que realicé en la ciudad<sup>6</sup>, en una calurosa mañana de junio, es el pescado que se encuentra con más facilidad y también el más barato. En la calle Bouqroune, principal arteria de venta de alimentos en la medina de Rabat, son los hombres quienes venden el pescado, y también lo filetean, en el caso de las sardinas. Durante mi estancia en la ciudad, la caballa era un pescado omnipresente. En la calle Bouqroune, además de venderse en grandes cajas de madera, o en un plástico directamente en el suelo, también vi bandejas de caballa cubiertas de sal, listas para entrar en un horno de pan comunal, o en el corto trayecto en barco a Salé al final del día, hombres con cubos llenos de caballa, camino de casa.

A diferencia de Marruecos, en Portugal la inmensa mayoría de los locales de venta de pescado están regentados por mujeres. Aquí son ellas las que venden, muelen y filetean el pescado, desde los mercados municipales hasta los grandes supermercados. No es fácil, sin embargo, encontrar caballa a la venta en estos lugares.

---

<sup>5</sup> <https://www.guidedesespecies.org/fr> (consultado el 19 de Julio de 2023).

<sup>6</sup> Se trata de un trabajo de campo realizado durante el mes de junio de 2023 sobre la comida callejera y los cambios en el paisaje alimentario de Rabat.

Mientras que, en la capital de Marruecos, y en un contexto popular, su medina, la caballa es un producto significativo para el consumo alimentario de sus poblaciones, en Lisboa, en 2023, el consumo de caballa parece irrelevante.

El motto de este texto surge de esta inquietud: ¿qué ha sido de la caballa, o más bien de su consumo, entre 2011 y 2023? Aquí trataremos de esbozar la biografía más reciente de este pescado, un ejercicio en el que, a través de la identificación de diversos fenómenos - en primer lugar, el prejuicio alimentario asociado a ella, pero también su proceso de resignificación, inicialmente llevado a cabo por los chefs - trataremos de calibrar la adhesión a su consumo y entender cómo se le ha promocionado.

Este texto tratará igualmente de discutir cómo los alimentos tradicionalmente de estatus inferior se convierten en gourmet. El término "gourmetización" se refiere al proceso por el cual un alimento, un plato o toda una cocina que tradicionalmente se ha considerado de bajo estatus se eleva a la categoría de cocina sofisticada de alto estatus. La gourmetización es un fenómeno múltiple que se entrecruza con diversas dimensiones socioculturales. A partir de los conceptos de Pierre Bourdieu de distinción social y capital cultural (1979), y de la investigación de David E. Sutton (2001) alrededor de la comida y la memoria, podemos entender cómo la gourmetización configura y es configurada por las identidades sociales, los intercambios culturales y las dinámicas políticas.

Más recientemente, la gourmetización de alimentos humildes o de bajo estatus está presente en las tendencias culinarias y las transformaciones de la cultura alimentaria. Pero la transformación de la comida cotidiana en versiones sofisticadas no puede ser considerada como una mera tendencia culinaria, sino un complejo fenómeno social y cultural. Se entrelaza con cuestiones de identidad, estratificación social, capital cultural, globalización y autenticidad. Algunos ejemplos de cómo determinados alimentos o cocinas consiguen aumentar su estatus y ascender en la jerarquía culinaria local o nacional se pueden encontrar, entre otros autores, en los trabajos de Fukutomi (2014), Johnston y Baumann (2015), Singer (2014) y Caldwell (2014), norma general resignificándolos como alimentos tradicionales, auténticos, sanos o símbolos de un pasado que se desea restaurar (Thurnell-Read, 2018).

La obra fundamental de Bourdieu, "Distinción: Una crítica social del juicio del gusto" (1979), proporciona un marco crucial para entender la gourmetización. Bourdieu sostiene que el gusto por la comida (entre otras cosas) es una manifestación de la clase social y el capital cultural. La gourmetización puede

considerarse un proceso mediante el cual los individuos y los grupos se distinguen socialmente demostrando gustos refinados y conocimientos sobre alimentos de alta calidad, artesanales o exóticos.

En la misma línea, existe toda una producción académica en torno a la cuestión del gusto desde el ámbito de la alimentación, donde autores como Korsmeyer (1999) y Ferguson (2004) discuten cómo se forman los gustos, en particular en lo que se refiere al gusto alimentario, y cómo se constituye el buen gusto o el gusto exquisito, una formulación que también se inspira en la idea de distinción de Bourdieu.

La cuestión del gusto, y de cómo se forma y persiste, es especialmente interesante cuando pensamos en un pescado como la caballa, y quizá ésta sea parte de la razón por la que su proceso de gourmetización no ha persistido en el tiempo. En efecto, cuando pensamos en Bourdieu y su propuesta sobre la distinción y la dimensión incorporada de principios de clasificación, principios de visión y división y gustos diferentes, estableciendo las diferencias entre lo bueno y lo malo, entre lo distintivo y lo vulgar, podemos plantearnos si el gusto asociado al consumo de caballa no está ya social y culturalmente fundamentado y arraigado como un "gusto vulgar".

Por otra parte, Sutton (2001) explora cómo la comida está profundamente entrelazada con la memoria y la identidad. La gourmetización afecta a esta relación al recontextualizar los alimentos tradicionales de maneras que pueden reforzar o diluir las identidades culturales. Las versiones gourmet de los alimentos tradicionales evocan a menudo un sentimiento de nostalgia y conectan a las personas con su patrimonio alimentario. Sin embargo, la resignificación de estos alimentos también puede generar tensiones sobre la autenticidad y la preservación cultural. En el caso de la caballa, y en el contexto portugués, no se trata exactamente de un alimento tradicional, sino de un alimento cuyo consumo está fuertemente marcado por la pertenencia de clase y que, como veremos más adelante, es difícil disociar de esa misma pertenencia.

De este modo, el texto tratará de discutir cómo se intentó construir un nuevo estatus para la caballa que, a partir de discursos que asumen el estereotipo a ella asociado, la promocionan como un alimento a la vez "sano" y "económico". Asistimos aquí no sólo a un proceso de gourmetización, sino también a la creación de una narrativa sobre un producto alimenticio que le atribuye cualidades y virtudes que podrían convertirlo en una elección indisputable en términos de nutrición y de gestión del presupuesto familiar.

## LAS SARDINAS, LA CABALLA Y SUS VALORES

En Portugal, el consumo de sardinas se asocia al verano y a las fiestas regionales que tienen lugar durante este periodo, como Santo António en Lisboa (el 13 de junio) y São João en Oporto (el 24 de junio), así como a otras festividades menores. Así pues, la sardina está vinculada transversalmente a una idea de tradición alimentaria estival en todo el país.

Dada no sólo su abundancia en las costas portuguesas (Amorim, 2020), sino también su importancia en las prácticas alimentarias y de consumo portuguesas, la sardina fue una de las principales especies capturadas en aguas portuguesas durante varias décadas. Además de consumirse frescas, las sardinas también son muy utilizadas por la industria conservera portuguesa, que, a pesar de no tener ya el mismo tamaño que en su época de apogeo -entre finales del siglo XIX y principios de la Segunda Guerra Mundial, con cerca de 400 fábricas de norte a sur del país- representa actualmente una industria importante en términos de exportación e impacto en términos de consumo turístico. Como tal, su pesca ha sido una de las más significativas en términos de desembarques de la flota pesquera portuguesa, alcanzando un máximo en 2008 con 65.330 toneladas y un mínimo en 2018 con 9.694 toneladas (POR-DATA).

En 2012, tras una década de pesca abundante que osciló entre las 48 y las 65 toneladas de capturas anuales de sardina (2002-2011), se introdujeron medidas restrictivas para la pesca de la sardina, teniendo en cuenta que la biomasa estaba disminuyendo (Plan de Gestión de la Pesca de la Sardina, 2012-2015), lo que supondría un riesgo para su sostenibilidad. Se recomendó entonces una "(...) drástica reducción del esfuerzo pesquero" (ídem), para garantizar "(...) una recuperación rápida y sostenible del stock" (ídem ibidem). Ese año se produjo un notable descenso de las capturas de sardina (31.344 toneladas), cifra que se mantuvo entre 9 y 14 toneladas entre 2014 y 2020. En 2021, las cifras se aproximan a las obtenidas en 2012 y 2013, con una media de 25.500 toneladas anuales.

Este breve ejercicio de contabilidad solo es relevante si lo comparamos con el volumen de caballa capturado en el mismo periodo. Al hacerlo, podemos concluir que la pesca de caballa, que era casi insignificante en 2002 (5.630 toneladas), comenzó a crecer en relación inversa a la sardina, representando 46.430 toneladas en su punto máximo en 2015 (y una cifra aproximada de 46.314 toneladas en 2019).

Analizando la evolución de las capturas de caballa, se constató que la caballa es la especie más desembarcada en Portugal continental y en el



Algarve desde 2012, lo que constituye una novedad desde que existen registros oficiales de desembarques en Portugal (FAO, 2021). Mientras que la caballa solía ser una especie esencialmente descartada en el mar y solo utilizada de forma secundaria para el consumo humano y como cebo en diversas artes de pesca, en los últimos años parece haber un movimiento hacia un mayor consumo, no solo para el consumo humano, sino también para la alimentación del atún en las almadrabas portuguesas y españolas. Las mayores capturas de caballa y la mayor atención prestada a esta especie están directamente relacionadas con el hecho de que la oferta de sardinas ha disminuido, hasta el punto de que se han intercambiado los primeros puestos en las tablas de desembarques en Portugal.

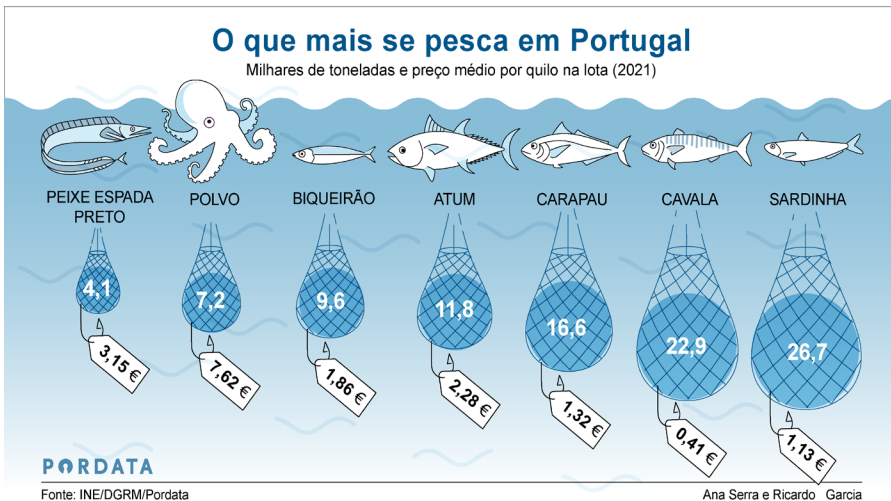


Imagen 1. Capturas de pescado en Portugal en 2021 (PORDATA).

A pesar de su aumento en términos de capturas, no podemos decir que la caballa haya sustituido efectivamente a la sardina en términos de consumo y prácticas alimentarias en Portugal, y en los dos últimos años (2020 y 2021) ambas especies presentan cifras equilibradas en términos de sus capturas por las flotas nacionales.

## LA RECALIFICACIÓN DE LA CABALLA EN TIEMPOS DE CRISIS

### *El papel de los chefs*

En 2012, poco después del inicio de la intervención en Portugal por parte del Banco Central Europeo (BCE), el Fondo Monetario Internacional (FMI) y la Comisión Europea, conocida como la troika, que "entró" en el país en abril de 2011, aparecieron algunas noticias en medios de comunicación nacionales sobre la caballa, presentándola como "el pescado de los tiempos de crisis"<sup>7</sup>. La noticia en cuestión afirma que, a pesar de ser una de las especies más pescadas en aguas portuguesas, la caballa nacional acabaría en España, donde se destinaría a alimentar al atún de piscifactoría. Esto ocurriría porque el pescado en Portugal tendría la categoría de "pobre" y traería a la memoria épocas de penuria y hambre. El mismo informe afirma también que, dado su contenido nutricional y su atractivo precio<sup>8</sup>, éste sería el pescado ideal para tiempos de crisis económica y austeridad.

El mismo medio también menciona que la caballa no ingresaba hasta entonces en los menús de los restaurantes en Portugal porque tampoco llegaba a los mercados, y da voz a un aclamado chef portugués, José Avillez<sup>9</sup>, que dice que aunque la caballa no es un pescado "chic", él no prescinde de ella en los menús de sus restaurantes: "Como la caballa suele ser despreciada en los hogares portugueses, José Avillez tuvo que ser cuidadoso con sus proveedores antes de incluir en el menú una receta de este pescado, que siempre debe cocinarse muy fresco"<sup>10</sup>.

Tras haber estrenado un programa de televisión en 2012, titulado "JA ao Lume" (José Avillez al fuego) que se emitió durante tres series (entre septiembre de 2012 y abril de 2013), es en este programa donde, por primera vez, aparecen recetas que pretenden reivindicar la caballa en las mesas nacionales. El repertorio de José Avillez incluye varias recetas de caballa como "Caballa marinada sobre tostada, guiso de pasta de aceitunas y tomate", "Filetes de caballa sobre escabeche de verduras", "Media caballa salteada con salsa de soja y jengibre", todas ellas emitidas en televisión entre diciembre de 2012 y enero de 2013. Otras recetas presentadas por el mismo chef incluyen

<sup>7</sup> <https://www.tsf.pt/vida/cavala-o-peixe-dos-tempos-de-cri-se-2291849.html> (consultado el 19 de Julio de 2023).

<sup>8</sup> La noticia, de 2012, informaba de que la caballa se vendería en subasta a 0,23 euros el kilo.

<sup>9</sup> José Avillez (1979) es un conocido chef portugués que ha protagonizado varios programas de televisión y posee actualmente siete restaurantes en Portugal (Lisboa, Cascais y Oporto), uno en Dubai y otro en Macao.

<sup>10</sup> <https://www.tsf.pt/vida/cavala-um-peixe-com-baixo-custo-e-alto-valor-nutritivo-2291757.html> (consultado el 19 de Julio de 2023).

"Gazpacho de cerezas con caballa braseada" y "Caballa estofada con salsa de frambuesas" como parte del evento "Peixe em Lisboa"<sup>11</sup> en 2011<sup>12</sup>.

De hecho, la crisis económica y su posterior contexto de austeridad en Portugal fueron el pretexto para una serie de iniciativas sobre cómo afrontar la crisis, muchas de ellas centradas en las prácticas y el consumo alimentarios. Un ejemplo del papel activo de los medios de comunicación nacionales en la promoción de un discurso acorde con la idea de austeridad fue el hecho de que la cadena de televisión portuguesa -TVI- lanzara un reto a cinco chefs portugueses para que prepararan "recetas anticrisis". Uno de ellos, dirigido por José Avillez, propuso "caballa marinada", el 27 de febrero de 2012<sup>13</sup>.

La introducción de la caballa en los menús de los restaurantes de José Avillez es calificada en diversos medios de comunicación nacionales como una especie de "revolución". En las páginas del diario Expresso, en un artículo sobre José Avillez y sus restaurantes, leemos: "La investigación, el deseo de "abrir camino" y dar visibilidad a productos diferentes ayudaron a alcanzar la excelencia mundial de esta cocina. José llevó a la alta cocina, por ejemplo, la caballa, que él curaba o marinaba, y que hasta entonces se vendía en España como cebo." (Expresso, 11 de mayo de 2023)<sup>14</sup>. El mismo tipo de discurso aparece en una entrevista con Avillez en la página "Mesa Marcada" en 2021: "Cuando empecé a utilizar la caballa en Tavares [el histórico restaurante lisboeta que dirigió antes de Belcanto y donde ganó su primera estrella Michelin]<sup>15</sup>, estaba extremadamente infravalorada, se vendía a 20 céntimos el kilo.

---

<sup>11</sup> "Peixe em Lisboa" es un evento gastronómico organizado por la Asociación de Turismo de Lisboa (ATL) desde 2007. El evento invita a chefs "de renombre", da a conocer los platos de pescado de los "mejores" restaurantes y organiza un mercado gourmet. La edición de 2011 tuvo lugar entre el 7 y el 17 de abril, cuando la palabra "austeridad" ya había entrado en el léxico de la población portuguesa.

<sup>12</sup> Abril de 2011, fecha del evento "Peixe em Lisboa", coincide con la entrada de la "troika" en Portugal. Aunque este acontecimiento oficializó el periodo de austeridad del país, desde 2010 se venía hablando de crisis económica en Portugal y de la necesidad de "hacer sacrificios". De hecho, la crisis financiera en Portugal tiene su origen en la crisis financiera mundial de 2007-2008, y 2010 marca el inicio del periodo de austeridad.

<sup>13</sup> <https://tvi.iol.pt/noticias/sociedade/videos/cinco-receitas-anti-crise-cavala-marinada> (consultado el 19 de Julio de 2023.)

<sup>14</sup> <https://expresso.pt/boa-cama-boa-mesa/iniciativas-e-productos/50-anos-50-restaurantes/2023-05-11-2014-Belcanto-ganha-duas-estrelas-Michelin-e-Jose-Avillez-conquista-distincao-inedita-em-Portugal-413815c7> (consultado el 20 de Julio de 2023).

<sup>15</sup> José Avillez ha ganado varias estrellas Michelin, y varios de los restaurantes de su propiedad han obtenido este honor: Restaurante Belcanto (dos estrellas Michelin, 2012, 2014), Restaurante Encanto (una estrella Michelin, 2022). Sobre la historia de la concesión de estrellas Michelin a restaurantes en Portugal, véase Câmara (2023).

Luego, cuando los chefs de los mejores restaurantes lo incluyeron en sus menús, cuando hubo diversas campañas de promoción, el precio aumentó hasta el punto de que los pescadores pensaron que merecía la pena pescarlo" (Mesa Marcada, 17 de mayo de 2021)<sup>16</sup>.

Pero, a pesar de ser promocionada por Avillez desde 2011, 2012 fue efectivamente el año de la glorificación de la caballa, con varios medios de comunicación destacando este pescado y sus propiedades versátiles en la cocina, así como sus propiedades nutricionales. Véase también el artículo publicado en el periódico "Mundo Português" el 12 de octubre de 2012, titulado "Una experiencia gastronómica inolvidable con la caballa", en el que se entrevista a los chefs José Avillez y Justa Nobre<sup>17</sup> y en el que se lee: "A pesar de ser casi desconocida en la gastronomía portuguesa, la caballa tiene calidad suficiente para estar en cualquier tipo de mesa, constituyendo el plato más sofisticado" (Mundo Português, 12 de octubre de 2012:17).

En la entrevista, Justa Nobre afirma: "(...) la reentrada de la caballa en los menús también tiene que ver con la búsqueda constante de calidad y precio. La caballa vuelve a estar de moda hoy en día y la gente gasta más. Es una buena alternativa porque pescados como la dorada, el mero o la lubina son tan caros que se están convirtiendo en muy problemáticos para la mesa, así que hay que empezar a buscar alternativas" (ídem). En el mismo informe, José Avillez también afirma que "(...) la caballa ha sido injustamente ignorada. La caballa está realmente despreciada, pero sin ninguna razón porque tiene inmensas cualidades, tanto gastronómicas como para la salud. Mucho sabor, bajo precio" (ídem ibidem).

El mismo artículo continúa diciendo que "(...) José Avillez, admirador confeso de la caballa, dice que a veces aparece en muy buena compañía y no se avergüenza de ella "en restaurantes de alta cocina aparece incluso junto a la langosta". José Avillez dice también que la "mala fama" que a veces tiene la caballa se debe a que "algunas (caballas) tienen un sabor muy intenso y característico que, aunque no es malo, sólo se da en una minoría". (ídem, ibidem). El mismo artículo recoge también información de Docapesca, que menciona un incremento del 38,5% en el valor de la caballa vendida en subasta hasta el 31 de agosto de 2012, si se compara con el mismo periodo del año anterior.

---

<sup>16</sup> <https://mesamarcada.com/2021/05/17/jose-avillez-entra-na-onda-vegetal-com-novo-encanto/> (consultado el 20 de Julio de 2023).

<sup>17</sup> Justa Nobre (1957) es una reputada chef portuguesa, propietaria del Restaurante Nobre (Lisboa) y autora de varios libros de cocina.

También en 2012, José Avillez, en una entrevista a la cadena de radio nacional TSF, decía de la caballa: "En la cocina, como en otras artes, las modas también pueden dictar las elecciones de los cocineros. La caballa no se ve como un pescado noble, ha adquirido una connotación de que no es 'chic' llevarla a la mesa. No ocupa el lugar que merece en términos gastronómicos. Tampoco tiene cabida en las ventas cotidianas. No siempre es fácil de conseguir. A menudo ni siquiera figura en el circuito comercial. Como se vende tan poco, siempre tenemos que pedirlo con antelación y decir: "A partir de ahora, durante los próximos dos meses, vamos a querer trabajar con caballa de forma regular", para tener continuidad de producto, porque de lo contrario a veces es incierto si podremos conseguirla o no. Creo que depende de nosotros, los chefs, pero no solo los chefs, devolverla a nuestras mesas, devolverle su dignidad" (TSF, 8 de febrero de 2012).

Pero si 2012 fue el año de lo intento de resignificación de la caballa, un proceso que, como acabamos de ver, supuso en gran medida la introducción de este pescado en los menús y el léxico de renombrados chefs nacionales, lo que se necesitaba en un plan más transversal del punto de vista social, era un enfoque menos centrado en las posibilidades de gourmetizar la caballa y más centrado en el consumo cotidiano de este pescado. Es decir, una campaña de valorización de la caballa que llegara a otros sectores de la población.

En 2015, se publicó un estudio sobre la caballa titulado "Valorización de los recursos pesqueros", con los objetivos principales de "(...) aumentar el conocimiento sobre el perfil nutricional de esta especie" y también "(...) implicar a todas las partes interesadas, desde los pescadores hasta los consumidores, en la promoción de su consumo" (Gonçalves et al., 2015: iii). Como parte del proyecto "Caballa del Algarve", se llevó a cabo un estudio para conocer mejor el ciclo reproductivo de la caballa en el Algarve occidental, y esta publicación se dedica en gran medida a promover el consumo de caballa a través de "(...) una serie de eventos mediáticos de gran repercusión (internet, televisión, radio, prensa, libro) destinados a dar a conocer recetas tradicionales e innovadoras con caballa" (Gonçalves et al., 2015: iv).

Durante 2014, las organizaciones implicadas en este proceso llevaron a cabo una promoción masiva del consumo de caballa en el Algarve, donde abunda. Esta promoción incluyó diez demostraciones de cocina, seguidas de degustaciones, en ciudades como Albufeira, Lagos, Monchique, Portimão y Silves, así como en las principales fiestas de la región. También se celebró la "Semana de la Caballa" entre el 25 y el 31 de octubre de 2014, con la participación de 39 restaurantes del Algarve y la creación de "(...) más de 80 recetas

elaboradas con caballa" (Gonçalves et al., 2015: iv). Además de estas iniciativas, el proyecto "Caballa del Algarve" también incluyó la producción de folletos para dar a conocer la caballa.

### *El discurso de las ciencias de la nutrición*

En cocina, como en tantos otros ámbitos, las cualidades - buenas o malas - de los alimentos no son estáticas e inmutables. Se reconfiguran, sujetas a modas y tendencias alimentarias, que a veces surgen de la investigación científica, pero no siempre es así. Tomemos como ejemplo el salmón, glorificado en su día como fuente privilegiada de omega-3, pero demonizado ahora por ser portador de toxinas y metales pesados (Foran et al., 2005).

Al igual que otros alimentos, la caballa también ha sido objeto de una campaña para resaltar su valor nutricional, con especial énfasis desde 2012. En la misma publicación de 2015 (Gonçalves et al.), que pretende "revelar" la caballa en el Algarve, para que su consumo sea más generalizado, se afirma:

"(...) se observa que la caballa tiene altos contenidos en grasa de mayo a diciembre, con máximos de agosto a octubre, que es la época en la que la caballa está más sabrosa, y también cuando tiene mayor contenido en ácidos grasos esenciales, por lo que es la más recomendable para consumir fresca. Los resultados del perfil nutricional mostraron que los valores nutricionales de la caballa son elevados porque tienen contenidos de ácidos grasos esenciales (OMEGA3 - EPA+DHA) superiores a 500 mg/150 g y uno de los más elevados de toda la gama de alimentos (...) tienen proporciones equilibradas de OMEGA3/OMEGA6 (...) y dentro de los valores recomendados, y niveles bajos de colesterol (...) dentro de los límites diarios recomendados" (Gonçalves et al., 2015: 48).

Buscando en el espacio virtual, podemos identificar rápidamente decenas de sitios web y páginas de nutricionistas que, entre 2014 y 2023, nos hablan de los innumerables beneficios del consumo de caballa<sup>18</sup>. Destacamos el texto de 2014 de la nutricionista Ana Ni Ribeiro<sup>19</sup>, en el que aboga por el consumo de caballa, invitando al chef José Avillez a escribir una receta elaborada con este pescado. En su texto se puede leer: "La caballa es una especie por excelencia de la costa portuguesa y es buena para la salud. Es una especie barata, pero con un alto valor nutritivo, por lo que es una excelente elección para

---

<sup>18</sup> Por ejemplo: <https://www.vidaativa.pt/cavala/>; <https://www.clube-fitness.com/artigo/beneficios-da-cavala>.

<sup>19</sup> <https://anitricionista.blogs.sapo.pt/600912.html> (consultado el 10 de septiembre de 2023).

estos tiempos de austeridad. (...) La caballa tira del carro de tu salud<sup>20</sup>. Buen provecho" (A Nitricionista, 24 de febrero de 2014).

Este discurso, de valorización nutricional de la caballa, es ampliamente replicado en internet en diversas páginas, webs y blogs vinculados a la ciencia de la nutrición. Si en 2014 se hablaba de austeridad, en 2023 se sigue presentando la caballa con todos sus beneficios para la salud, a los que recientemente se ha añadido, una vez más, su bajo coste, importante en tiempos de crisis económica. En la página web de la Ordem dos Nutricionistas<sup>21</sup> podemos encontrar, en una publicación del 3 de abril de 2023, una propuesta de menú semanal "saludable" por menos de 7 euros al día, que incluye una sencilla receta de caballa: "caballa asada al horno con tomate y arroz"<sup>22</sup>.

En entrevistas realizadas recientemente sobre el consumo de caballa<sup>23</sup>, Carla (46) dijo haber consultado recientemente a un nutricionista sobre la ingesta alimentaria de su hijo de 7 años. Durante la consulta, la nutricionista le recomendó comer caballa, haciendo hincapié en sus beneficios para la salud. Como nunca había cocinado caballa, Carla le pidió sugerencias sobre cómo prepararla. Para su asombro, la nutricionista le sugirió que comprara caballa en conserva en lugar de fresca, y así fue como Carla introdujo la caballa en la dieta de su hijo. Desde entonces, Carla ha introducido la caballa en conserva en la dieta de su hijo, a quien le encanta este pescado, pero nunca lo habían comido fresco hasta que, durante unas vacaciones en Olhão, ciudad de gran tradición pesquera del sur del país, encontraron caballa fresca en el menú de un restaurante. Maravillados por la posibilidad de comer caballa fresca, pidieron este pescado para almorzar, tras lo cual el camarero del restaurante sugirió comer otro pescado más suave para el niño.

La historia de Carla ilustra bien varias dimensiones asociadas a las diversas resignificaciones de que ha sido objeto la caballa en los últimos años. Por un lado, la forma en que es valorada desde el punto de vista nutricional por los profesionales de la salud y la alimentación, que no siempre están en sintonía con la realidad del mercado alimentario nacional, entre otras cosas porque fomentan el consumo de pescado en conserva. Por otro, la forma en que

---

<sup>20</sup> En el original, en portugués "A cavala puxa a carroça da sua saúde". "Peixe não puxa carroça" que puede traducirse como "El pescado no tira del carro" es una expresión popular muy utilizada en Portugal, que transmite la idea de que comer pescado no proporciona la energía necesaria para realizar trabajos de mayor exigencia física.

<sup>21</sup> <https://www.ordemdosnutricionistas.pt>

<sup>22</sup> <https://www.ordemdosnutricionistas.pt/noticia.php?id=1428> (consultado el 11 de septiembre de 2023).

<sup>23</sup> Entrevista realizada el 11 noviembre de 2023.

se sigue percibiendo la caballa en la cultura alimentaria popular: un pescado que no es para todos, especialmente para los niños, por su sabor intenso.

## CONSIDERACIONES FINALES

La gourmetización de los alimentos de bajo estatus es un proceso complejo y polifacético que, como acabamos de ver, refleja dinámicas sociales, culturales y económicas más amplias. Autores como Johnston y Baumann (2015) y Ferguson (2004) proporcionan valiosos marcos teóricos para comprender estas transformaciones. Los estudios etnográficos, como los de Arellano (2021), Solt (2014) Williams-Forson (2006) y Laudan (2013), ofrecen descripciones detalladas de cómo alimentos específicos como los tacos, el ramen, los macarrones con queso y la pizza son resignificados y elevados dentro de diferentes contextos culturales. Estos estudios ponen de relieve la interacción entre tradición e innovación, el papel de las narrativas culturales y las repercusiones de la globalización en la cultura alimentaria, pero también las cuestiones de estatus y gusto asociadas al consumo de alimentos.

Una de las posibles reflexiones a partir de este texto nos lleva a una lectura muy circunstancial del proceso de gourmetización de la caballa en el contexto portugués. El análisis que acabamos de realizar muestra que hubo dos momentos prácticamente concurrentes que, en cierto modo, desencadenaron un micro-proceso de gourmetización - la crisis económica y las restricciones a la pesca de la sardina- pero que, a pesar de los esfuerzos de algunos chefs de alta cocina y de su valorización en el ámbito del discurso de la nutrición, no perduró en el tiempo.

Después de la crisis económica de 2010-2014, período en el que proliferó el discurso político de la austeridad y el llamamiento a la moderación de consumos alimentarios y otros, dando lugar, entre otras prácticas, a la promoción moralizante de un estilo de vida estricto y de un uso riguroso de los recursos - época en la que asistimos, en la misma línea, al movimiento de valorización y recalificación de la caballa - la crisis económica que vivimos ahora en Portugal no parece estar provocando el mismo tipo de narrativas, ni motivando el mismo tipo de consumos alimentarios.

Mientras que el consumo de caballa fue promovido inicialmente por los grandes chefs, cuyo discurso encontró eco en los medios de comunicación deseosos de "enseñar" a los portugueses cómo hacer frente a la crisis económica, hoy este ejercicio parece lejano y fuera de tiempo.

Las restricciones a la pesca de la sardina parecen haberse suavizado,



aunque siguen haciéndose sentir<sup>24</sup>, pero todo ha subido de precio y la sardina es un producto más entre muchos otros. Hoy no es fácil encontrar caballa a la venta en una ciudad como Lisboa, ni en los mercados más tradicionales ni en los grandes supermercados, y si se busca bien, tampoco se encuentra caballa en los menús de los restaurantes del chef Avillez en la actualidad. En 2023, la caballa desapareció de los menús de los restaurantes del chef Avillez: ya no es gourmet, ni sostenible, ni un pescado bueno para otros “tiempos de crisis”.

A pesar de haber sido objeto de un proceso de gourmetización, del que se han hecho eco diversos medios de comunicación, la caballa parece haber tenido una corta vida en términos de consumo y prácticas alimentarias en Portugal en el circuito gourmet. Al fin y al cabo, no es tan fácil recalificar un producto alimenticio, y aquí, a diferencia de otros ejemplos (Jordan, 2008; Caballero et al., 2023) la caballa parece haber estado asociada a un período de crisis económica muy específico en Portugal, y a la consiguiente intervención de la troika, lo que puede haber acentuado el ya ancestral prejuicio asociado a ella, y que algunos chefs han intentado deconstruir.

Aquí, no parece haber habido lugar para la mimetización de prácticas alimentarias llevadas a cabo por una élite cultural y económica que, en el momento de la crisis de 2010-2014, había mantenido su acceso a restaurantes caros, para ser replicadas por otros sectores de la población. Al fin y al cabo, los procesos de distinción, tal y como los describe Bourdieu (1979), no siempre sigue los mismos caminos de forma inequívoca y, en lo que respecta al consumo de caballa, su resignificación sólo se ha realizado parcialmente.

Esta breve contextualización que hemos intentado aquí hacer trata de mostrar cómo un pescado que históricamente fue percibido como un alimento de "segunda categoría", poco aceptado por la gran mayoría de la población portuguesa y tradicionalmente asociado a un consumo alimentario más popular, fue circunstancialmente apropiado por algunos cocineros que intentaron darle nuevos valores y significados.

El papel de estos cocineros, y centrándonos en José Avillez, principal impulsor de la caballa partió de la conciencia de la existencia de un prejuicio social contra la caballa y, asumiéndolo, trató de deconstruirlo. El contexto económico y la crisis financiera de 2010-2014 ayudaron -o fueron la propia palanca- a legitimar el discurso de promoción de la caballa. Un pescado lleno

---

<sup>24</sup> En 2023, se fijó un límite de 37.742 toneladas para el desembarque de sardinas en los puertos nacionales portugueses.

de cualidades, de bajo coste e históricamente menospreciado.

¿Por qué no se ha puesto de moda o no se lo han apropiado los foodies, o por qué su vida gourmet ha durado tan poco? A diferencia de algunos alimentos que de alguna manera forman parte de un imaginario colectivo como platos nacionales o regionales, como el ramen del que habla Solt (2014) o las pizzas trazadas por Laudan (2013), la caballa no forma parte ni encaja en ningún imaginario vinculado a la tradición, la autenticidad o incluso la nostalgia.

Quizá por todo ello, por no implicar ninguna dimensión emocional ni nostalgia, salvo en contextos sociales y geográficos muy concretos, la caballa no se ha consolidado, ni siquiera bajo nuevas presentaciones, como atractiva desde el punto de vista de un consumo alimentario que busque distinguirse de alguna manera. A pesar de todos los esfuerzos, no se ha librado de los prejuicios asociados a ella, y ni siquiera el discurso de la nutrición parece haber dar sentido al consumo de caballa.

## BIBLIOGRAFÍA

- Amorim, Inês (2020) “The Social Dilemmas of the Portuguese Sardine: overfishing, scientific knowledge, and local communities in the late nineteenth century” in Álvaro Garrido and David J. Starkey, *Too Valuable to be Lost. Overfishing in the North Atlantic since 1880*, De Gruyter, Oldenbourg, pp. 29-47.
- Appadurai, Arjun (1988) How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India. *Comparative Studies in Society and History*, 30, 3-24.
- Arellano, Gustavo. (2021). *Taco USA: How Mexican Food Conquered America*. New York: Scribner
- Barbosa, António Manuel Pinto (1941) *Sobre a Indústria de conservas em Portugal*. Lisboa: Editorial Império.
- Bourdieu, Pierre (1979) *La Distinction: Critique Sociale du Jugement*, Paris: Les Éditions de Minuit.
- Brogger, Jan (1991) *Nazaré. Women and Men in a Prebureaucratic Portuguese Fishing Village*. Houghton Mifflin Harcourt School.
- Caldwell, Mark (2014) “The Rise of the Gourmet Hamburger.” *Contexts* 13 (3):72–4.
- Câmara, Fortunato da (2023) “As estrelas Michelin em Portugal”, in Isabel Drumond Braga (coord.) *História Global da Alimentação Portuguesa*, Lisboa: Temas e Debates, pp.433-438.
- Cole, Sally (1994) *Mulheres da Praia. O trabalho e a vida numa comunidade costeira portuguesa*. Lisboa: Edições Dom Quixote.
- Conde-Caballero, D., Rivero-Jimenez, B., Mariano-Juarez, L. (2023) Tradition, upward social mobility, and sophistication: an ethnographic appraisal of the patatera. *International Journal of Gastronomy and Food Sciences* ,31.

- FAO (Food and Agriculture Organization) (2021) Fishery and Aquaculture Statistics and Information Service of the Fisheries and Aquaculture Department, FAO Yearbook. FAO Fisheries and Aquaculture Department, Rome.
- Ferguson, Priscilla Parkhurst. (2004). *Accounting for Taste: The Triumph of French Cuisine*. Chicago: University of Chicago Press.
- Foran, Jeffrey; David H. Good, David O. Carpenter, M. Coreen Hamilton, Barbara A. Knuth, Steven J. Schwager (2005) Quantitative Analysis of the Benefits and Risks of Consuming Farmed and Wild Salmon, *The Journal of Nutrition*, Volume 135, Issue 11, 2005, Pages 2639-2643.
- Fukutomi, Satomi (2014) "Bottom-up Food: Making Ramen a Gourmet Food in Tokyo." *Food and Foodways* 22 (1-2):65–89.
- Garrido, Álvaro (2004) *O Estado Novo e Campanha do Bacalhau*, Rio de Mouro: Círculo de Leitores.
- Garrido, Álvaro (2011) *A Epopeia do Bacalhau*, Lisboa: Edições CTT.
- Gonçalves, Jorge M.S; et al. (2015) Valorização de recursos pesqueiros: Cavala VRP. Centro de Estudos do Mar (CCMAR), Universidade do Algarve.
- Henriques, Francisco Maia Pereira Bruno (2022) *Indústria, comércio externo e intervenção pública. As conservas de peixe no Estado Novo (1927-1972)*. Tese de Doutoramento em História, Universidade de Lisboa, Instituto Universitário de Lisboa, Universidade Católica Portuguesa e Universidade de Évora.
- Johnston, Josée; Baumann, Shyon (2015) *Foodies: Democracy and Distinction in the Gourmet Foodscape*. New York: Routledge.
- Jordan, Jennifer A (2008) "Elevating the Lowly Dumpling: From Peasant Kitchens to Press Conferences." *Ethnology* 47 (2) :109–21.
- Korsmeyer, Carolyn. (1999). *Making Sense of Taste: Food and Philosophy*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Laudan, Rachel. (2013). *Cuisine and Empire: Cooking in World History*. Berkeley: University of California Press.
- Nunes, Francisco Oneto (2004) A Arte Xávega na Praia da Vieira. História e imagens – documentos fotográficos de Dora Landau, Vergílio Guerra Pedrosa e outros. Vieira de Leiria. Junta de Freguesia de Vieira de Leiria.
- Singer, Amy (2014) "The Tension between Gourmet and Everyday: Communicating Value While Promoting Consumption." In *Food and Everyday Life*, edited by Thomas M. Conroy, Lanham, MD: Lexington Books, pp. 131-145.
- Sobral, José Manuel; Rodrigues, Patrícia (2013) O "fiel amigo": o bacalhau e a identidade portuguesa. *Etnográfica*, 17(3). <http://etnografica.revues.org/3252>.
- Sobral, José Manuel (2019) "Salt Cod in the Making of a Portuguese National Cuisine", in Atsuko Ichijo, Venetia Johannes y Ronald Ranta (eds.) *The Emergence of National Food*, London and New York: Bloomsbury, pp.17 – 27.
- Solt, George. (2014). *The Untold History of Ramen: How Political Crisis in Japan Spawned a Global Food Craze*. Berkeley: University of California Press.
- Sutton, David E. (2001). *Remembrance of Repasts: An Anthropology of Food and Memory*. Oxford: Berg Publishers.

- Thurnell-Read, Thomas (2018) “The Embourgeoisement of Beer: Changing Practices of ‘Real Ale’ Consumption.” *Journal of Consumer Culture* 18 (4):539–57. doi: 10.1177/1469540516684189.
- Valente, Vasco Pulido (1981) “Os Conserveiros de Setúbal 1887–1901.” *Análise Social*, XVII, Lisboa, pp: 626–629.
- Williams-Forson, Psyche A. (2006). *Building Houses out of Chicken Legs: Black Women, Food, and Power*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.

PÁGINAS WEB CONSULTADAS:

<https://www.pordata.pt/>

<https://www.joseavillez.pt/pt/>.