

opusdei.org

Tworzenie domu przechodzi przez drzwi kuchenne

Alicia Bustos jest ekspertem ds. żywienia i zawodowym kucharzem. Od niemal 20 lat prowadzi wykład “Technologia kulinarna” na Wydziale Dietetyki Uniwersytetu Nawarry.

11-05-2009

„Kiedy poznałam Opus Dei, zwrócił moją uwagę klimat rodzinny, którym oddychało się w tamtym domu.

Wyjaśnili mi, że to nie przypadek, bo klimat ten tworzą osoby, które starają się dobrze pracować. I oczywiście nie wystarczy dobrze pracować, ale należy również mieć wielkie serce i spokojny umysł. Należy myśleć o ludziach, dla których gotujesz, jak matka myśli o swych dzieciach. Ośrodek Opus Dei to nie tylko miejsce, gdzie żyją ludzie, ale prawdziwy dom rodzinny”.

Oprócz prowadzenia zajęć, zajmowania się trzema domami i gotowaniem, Alicja najbardziej lubi gotowanie. „Niektóre książki wydają się być napisane dla ludzi, którzy już potrafią gotować – mówi. – Znajdujesz w nich recepty, w których zapewnia się, że ten kawałek mięsa wstawia się do piekarnika „aż będzie dobry”, lub że należy dodać „trochę oliwy”. To dość niejednoznaczne dla ludzi, którzy pierwszy raz wchodzą w ten świat. To prawda, że kuchnia ma w sobie trochę z magii, ale

przepis na przygotowanie tortilli hiszpańskiej powinien ukazywać, jakie są właściwe proporcje pomiędzy jajkiem a ziemniakami; ta właściwa proporcja pozwala potem odróżnić tortillę od broni osobistej”.

Alicia zaczęła od opracowywania przepisów, w których starała się połączyć rygor kulinarny z kreatywnością. Nie wystarczy ugotować zupę „z wielką miłością”, lub „według sposobu babci”; należy zebrać składniki i sprawdzić czy wychodzi. Pomogły jej również uwagi od studentek dietetyki - one często dają jej wskazówki, jak poprawić dany przepis.

Tak ukazały się książki: „Kuchnia inteligentna”, „Kuchnia dla początkujących”, „Kuchnia w sytuacjach awaryjnych” – ta ostatnia z myślą tych, którzy się spieszą i znajdują trzy rzeczy w lodówce, „Desery” i na koniec: „Nie załamuj

się, jedz ze smakiem”, w której to, przy dużej liczbie dobrych przepisów, autorka stara się unikać zbytniej kontroli nad wszystkim, co ktoś zjada.

„Tworzenie domu przechodzi przez drzwi kuchenne”, zapewnia Alicia; dlatego jej książki zyskały dużą popularność także u nowożeńców.

Pytam ją: Czy to prawda, jak mówiła Św. Teresa, że między garnkami znajduje się Bóg? Odpowiada: „Oczywiście, ale jest też obok miksera i mikrofali. Tego, co możesz zrobić w pół godziny, nie rób w cztery: to moja zasada. Dzięki temu dzień się wydłuża i mam czas na poprowadzenie zajęć, gotowanie i wiele innych rzeczy”.

A co z pastylkami odżywczymi?, pytam. Odpowiada szybko: „Pastylki będą miały jeszcze swój czas. Będziemy wówczas mogli mówić o innych rzeczach, połykając je.

Człowiek to jedyne zwierzę, które może przekazywać wiadomość jedząc. Wiadomość odżywiania nie polega jedynie na zaspokajaniu zmysłu smaku, ale jest przejawem miłości. To możliwość wzniesienia toastu przy ważnym wydarzeniu lub okazja na zapomnienie o złym dniu dzięki dobrze przyrządzonym krokietom. Ale w towarzystwie. Nie jemy tylko z potrzeby, ale również aby być z innymi”.

“Kiedy studiowałam w Paryżu, nauczyłam się traktować gastronomię jako sztukę, kulturę. Gotowanie to sposób budowania kultury, w moim przypadku budowania domu. Nie trzeba do tego wyszukanych przystawek. Od Św. Josemarii nauczyłam się, że Boga można znaleźć w tym co materialne i ludzkie”.

pdf | dokument generowany
automatycznie z [https://
dev.opusdei.org/pl-pl/article/tworzenie-
domu-przechodzi-przez-drzwi-
kuchenne/](https://dev.opusdei.org/pl-pl/article/tworzenie-domu-przechodzi-przez-drzwi-kuchenne/) (18-08-2025)