

Banafsheh Farhangmehr



Banafsheh Farhangmehr

Banafsheh Farhangmehr es artista de la cocina persa. Fundadora de *Banibanoo* en Madrid, considerado por *Financial Times* uno de los cuatro mejores lugares para descubrir la cultura culinaria persa... "La gastronomía iraní está muy basada en compartir"

Banafsheh, de 38 años, nace en Teherán (Irán). Después de licenciarse en Economía en esa misma ciudad, deja su país y pasa un periodo viviendo en París, donde estudia francés y civilización francesa. Posteriormente se instala en España para continuar sus estudios de Economía y trabaja durante ocho años en el sector del marketing. En 2015, después de formarse de nuevo en Londres, se inicia como emprendedora con un centro de fusión de cocina iraní, que ha sido reconocido a nivel internacional.

Violeta Doval: ¿Cómo empezó esta pasión por la gastronomía?

Banafsheh Farhangmehr: En Irán la cultura es mucho de invitar gente a casa y la gastronomía está muy basada en compartir... Cocinar no es sólo para comer, sino para compartir, hacerlo todo el mundo junto... yo recuerdo en casa de mis abuelos, mi abuela Parvin siempre cocinaba e invitábamos a las y los vecinos. La casa estaba siempre abierta a recibir gente... Se cocinaba con muchos ingredientes frescos de los mercados del norte de Teherán. Mi abuela vivía cerca del mercado de *Tayris*, un mercado antiguo al que íbamos para comprar cantidades ingentes de frutas y verduras ¡que no duraban nada! Cuando vine a España eché de menos esos mercados...



Escaparate de Banibanoo



V.D.- Dices que la cultura iraní es de compartir en torno a esos momentos de la cocina...

B.F.- Sí, y si invitas a dos personas preparas una mesa inmensa

Bebida persa con agua de rosas (Banibanoo)

llena platos diferentes de comida... Y si vas a un restaurante no existe esa idea de entrante y luego plato principal, sino que son muchos platos y todos para compartir. A mí me encanta eso... para mí la cocina es un acto social... Hay muy poca gente que cocina y come sola.

V.D: ¿Sigue siendo así en Irán, o hay cambios con el ritmo de vida actual?

B.F.- Ahora con el ritmo de vida que tenemos en Irán ha cambiado claramente, porque la gente ya no puede hacer eso... pero en la época de mi infancia era así... Y yo siempre estaba al lado de los fuegos; me encantaba observar cómo cocinaban, y me encantaba comer... Es muy importante, si te dedicas a esto te tiene que encantar comer (*ríe*).

V.D.- ¿Es fácil crear ese espacio de cultura iraní aquí en Madrid?

B.F.- Traigo muchos ingredientes de Irán: agua de rosas, pétalos de rosas, limas, muchas especias, menta, orégano iraní... Té con cardamomo... porque hay especias que aquí no encuentras y además las especias iraníes tienen un sabor mucho más fuerte ¡no tiene nada que ver el comino aquí que el comino de allí! Viajo bastante a Irán. Voy a los mercados, investigo, me gusta ver cosas nuevas, platos en zonas diferentes... cada vez que voy, traigo una idea nueva. Soy creativa con los ingredientes. Hay días que tengo inspiraciones y visualizo nuevas combinaciones... Es mi pasión... y los platos tienen que ser visualmente muy bonitos, imagino cómo lo decoro, cómo mezclo los colores...

V.D.- ¿Cómo definirías la gastronomía persa?

B.F.- El concepto gastronómico en Irán es muy ayurvédico... basado en los efectos de los alimentos en el cuerpo... hay una sabiduría detrás... por ejemplo, tenemos un guiso de granada, que es fría, con nuez que tiene el efecto caliente, por lo que te equilibra el cuerpo, la tensión... Por ejemplo, arroz con lentejas, ambos son fríos, pero con dátiles o pasas obtienes el efecto caliente... Son platos muy elaborados y están basados en la medicina antigua.

V.D.- ¿Cómo recibiste la mención de Financial Times?

B.F.- Una amiga me mandó el artículo y me pilló por sorpresa. Me siento muy afortunada porque me dedico a algo que me encanta y es mi pasión... Si no tienes pasión es muy difícil: llego a casa machacada, pero en mi corazón me siento llena... La gente responde bien.

V.D.- Querías traer un poco de la cultura de tu país aquí...

B.F.- Sí, porque en todo el mundo la gente conoce la comida turca, la comida libanesa, pero no conocen la iraní... por lo que yo monté este restaurante para mostrar que tenemos muchísima variedad y a través de eso mostrar la cultura iraní... Mis abuelos son de



Platos variados a la vista de comida persa

Mazandaran y también de Raz, en el norte, con su propia cultura... hay mucha diferencia entre el norte y sur, nuestra gastronomía es muy variada.

V.D.- ¿Cómo fue el salto de trabajar para otros a emprender tu propio proyecto?



Banfsheh en la entrevista en Banibanoo

B.F.- Trabajé ocho años en Madrid en diferentes empresas, pero trabajar en oficinas no me gustaba, me gusta estar en contacto directo, porque aquí ves cómo tu clientela está disfrutando, y para mí es tan satisfactorio... Aunque estés cansada. Soy una persona muy activa, me encanta crear cosas, soy muy manual... por eso decidí dejar mi trabajo... Además, justo España estaba en años de crisis. Me fui a Londres y estudié un diploma de pastelería y cocina francesa en Cordonbleu, aprendí las bases de la cocina, que puedes luego aplicar en todo tipo de cocinas... todas las técnicas... y volví aquí, trabajé en varios restaurantes y al final monté mi propio restaurante.

V.D.- Entonces ¿creas tus propias recetas?

B.F.- Todas son mis recetas, que he ido desarrollando... soy chef, pero tengo dos cocineras que lo elaboran y a veces yo también. Son platos muy elaborados: empezamos a las siete y media y hasta medio día no están listos, son procesos larguísimos... Luego colocamos platos a la vista, porque a mí me gusta que sea como los bazares en Irán, que las cosas te entren por los ojos... con ese concepto de bazar... colorido, en bandejas grandes...

V.D.- Supongo que, desde que lo abriste, habrás pasado por muchas fases...

B.F.- Cuando abrí el restaurante al principio fue muy difícil porque es un concepto nuevo... una gastronomía que la gente aquí no conoce. Pero ahora tengo clientes muy fieles que repiten mucho... Me gustaría abrir otros locales... está siempre en mi cabeza, pero por ahora, a ver si aguantamos con este, que con el covid este es el sector que más ha sufrido.



Cultivo de rosas en Irán, uno de los ingredientes de la gastronomía persa

Secciones: **Arte y Cultura, Monográfico**