

# Cauce

Boletín Informativo y Cultural del Parque Cultural del Río Martín



**La gastronomía**  
en el Parque Cultural del río Martín

Especial  
monográfico

# Editorial

**E**stimado lector, hoy llega a tus manos el tercer monográfico especial que a lo largo de 2008 el equipo de redacción de Cauce ha querido ofrecer a sus lectores. Con este número dedicado a la gastronomía en el Parque Cultural del río Martín, previsto ya hace mucho tiempo y que por fin ha podido hacerse realidad, deseamos ofrecerlo como un regalo de amistad ante la Navidad de 2008.

El texto ha sido realizado por un gran especialista e investigador de las tradiciones, costumbres y conocimientos de las gentes del río Martín, uno de los mejores conocedores, por no decir el mejor "sabor" de nuestra Cultura Popular y uno, como no, de los principales miembros del Comité científico de la Cultura Popular del Parque Cultural de río Martín, **D. Fernando Gabarrús.**

La publicación viene a ser parte de un trabajo de investigación, dirigido por Gabarrús, que se inició hace varios años cuando comenzó a dar sus primeros pasos el Parque Cultural del río Martín y se estructuró bajo su idea y dirección el Centro de la Cultura Popular del Parque Cultural del río Martín en Albalate del Arzobispo, cuyo archivo fotográfico y de tradición oral ha sido la base e inicio de varios de los trabajos sobre la Cultura Popular en la zona del río Martín y sus comarcas, al igual que la cuidada y reciente publicación de la "*Guía gastronómica del Bajo Martín y Andorra-Sierra de Arcos*", de líneas y características generales muy similares.

Así pues amigo lector, cumplimos con lo advertido en la editorial del número 28 de Cauce cerrando este ciclo de monográficos, que esperamos hayan sido del agrado de todos ustedes.

Así mismo reiterarles nuestros mejores deseos de Paz y felicidad en la Navidad y próspero año 2009 de parte de todos los que hacemos realidad esta publicación, cuyo principal objetivo es poder llegar a ustedes y mantenerles informados de los trabajos de investigación, estudio, conservación y protección que sobre el Patrimonio Cultural y Natural del Parque Cultural del río Martín vamos realizando, y del que ustedes, amigos lectores, a través de esta publicación también forman parte.

Gracias.

*Pucheros en el hogar.*



## Nota de la Redacción

### Subida de Precios en el ejemplar y en la suscripción.

Estimados y fieles lectores de Cauce. Tras 9 años publicando **Cauce** y afrontando varias subidas del papel, del transporte, de impresión, etc., el precio de la revista se ha mantenido a 2,50 € desde Diciembre de 2001, intentando cubrir los gastos a base de las ayudas económicas de diferentes administraciones, empresas privadas... y logrando mantener el precio de la suscripción anual –3 números que se envían al domicilio del suscriptor–, por la módica cantidad de 6 €.

Pero esta vez la crisis económica, financiera, o que en definitiva todo nos cuesta más, ha podido con nosotros y nos vemos obligados a avanzarles que los nuevos precios para 2009 experimentarán una subida, que esperamos sepan comprender y valorar en la medida del coste que supone editar una revista con la calidad de **Cauce**, y la profesionalidad de sus colaboradores, destacados especialistas en las materias que aborda.

### Los nuevos precios serán:

**Precio Ejemplar 3,50 €**

**Precio Suscripción anual 9 €**



Año 9; n.º 30  
 Diciembre 2008  
 BOLETÍN  
 INFORMATIVO  
 CULTURAL  
 DEL PARQUE CULTURAL DEL RÍO MARTÍN.

**cauce**

**Director en funciones:**

José Royo Lasarte

**Consejo de Redacción:**

Cipriano Gil Gil

Beatriz Serrano Larrodé; *Secretaria*

Sara Faló; *Entrevistas*

José I. Canudo y G. Cuenca; *Paleontología*

Juan Carlos Gordillo; *Mundo Subterráneo*

F. Gabarrús; *Cultura Popular*

Isabel Tirado; *Historia del Arte*

Jonathan Díaz; *Fauna*

**Fotografía:**

Juan Carlos Gordillo

**Diseño y Maquetación:**

Centro de Interpretación de Arte Rupestre  
 “Antonio Beltrán” del Parque Cultural del Río  
 Martín, con la colaboración de la fundación  
 SAMCA.

Ariño (Teruel). Tlf.: 978 81 70 42

e-mail: ciar@parqueriomartin.com

**Redacción y Administración:**

Parque Cultural del Río Martín

Centro de Arte Rupestre “Antonio Beltrán”.

C/ Tiro del Bolo

Ariño (Teruel). Tlf.: 978 81 70 42

e-mail: cauce@parqueriomartin.com

I.S.S.N.: 1575-1570      D.L.: Z. 1253-00

**Impresión:**

COMETA, S. A.

Ctra. Castellón, Km. 3,400 – 50013 Zaragoza

# Sumario

## ESPECIAL MONOGRÁFICO

- 07 **LIBRERÍA**
- 08 **LA GASTRONOMÍA EN EL PARQUE CULTURAL DEL RÍO MARTÍN.** D. Fernando Gabarrús Alquézar.
- 0.- INTRODUCCIÓN.
- 1.- LA GASTRONOMÍA EN EL PARQUE CULTURAL
- 2.- LAS BASES DE NUESTRA CULTURA GASTRONÓMICA.
- 2.1.- Elaboración del pan.
- 2.2.- Elaboración del aceite.
- 2.3.- Elaboración del vino.
- 2.4.- La matanza del tocino.
- 3.- USOS GASTRONÓMICOS DE LOS PRODUCTOS DEL ENTORNO.
- 3.1.- Aprovechamiento de los animales de corral.
- 3.2.- Aprovechamiento del monte.
- 4.- PROCESOS DE TRANSFORMACIÓN GASTRONÓMICA.
- 4.1.- La Leche y la elaboración de quesos.
- 4.2.- Uso de plantas en tortillas y revueltos
- 4.3.- Uso de plantas como verduras.
- 4.4.- Usos alimenticios de plantas para elaborar licores
- 4.5.- Usos de plantas para ensaladas.
- 4.6.- Usos de plantas en infusiones.
- 5.- LA COMIDA DE DIARIO Y LA COMIDA DE FIESTA.
- 6.- ALGUNAS RECETAS.
- 32 **NOTICIAS EN TORNO AL PARQUE CULTURAL.**

### PARQUE CULTURAL DEL RÍO MARTÍN

#### CARGOS PATRONATO

**Presidente:**

D. FRANCISCO EMILIO GARCÍA EZPELETA

**Vicepresidente**

D. CIPRIANO GIL GIL

**Vocal-Secretario:**

D. ANA M<sup>a</sup> ESTEBAN TORRES

#### CARGOS CONSEJO RECTOR.

**Presidente:**

D. JOAQUÍN NOÉ SERRANO

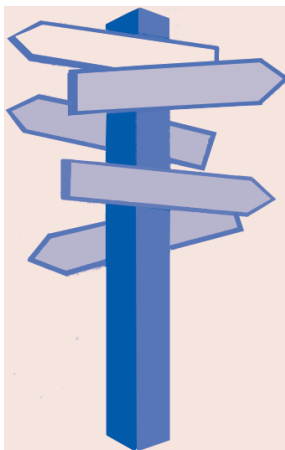
**Vicepresidente**

D. ANTONIO DEL RÍO MACIPE

**Vocal**

D. PEDRO MILLÁN CAMPANALES

*Cauce no se responsabiliza de las opiniones, teorías o conclusiones de los autores en los artículos publicados. Asimismo queda prohibida la reproducción total o parcial sin el permiso expreso de los autores de los mismos y en su caso del Consejo de Redacción de Cauce.*



## Parque Cultural del Río Martín

[www.parqueriomartin.com](http://www.parqueriomartin.com)

Centro de Arte Rupestre "Antonio Beltrán".  
C/ Tiro del Bolo  
44547 Ariño (Teruel)

Tel. 978 81 70 42

e-mail de Cauce:

[cauce@parqueriomartin.com](mailto:cauce@parqueriomartin.com)

**CENTRO DE ARTE  
RUPESTRE  
"ANTONIO  
BELTRÁN"**

[www.parqueriomartin.com](http://www.parqueriomartin.com)

Tiro del Bolo s/n  
44547 Ariño  
(Teruel)

Tel. 978 81 70 42

e-mail:

[ciar@parqueriomartin.com](mailto:ciar@parqueriomartin.com)

# Boletín de suscripción de Cauce

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_ N.I.F.: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

C.P.: \_\_\_\_\_ Localidad: \_\_\_\_\_ Provincia: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_

Suscripción Nacional (9 Euros anuales)

No es necesario que recortes este boletín, puedes presentar fotocopia.

Suscripción en el Extranjero (12 Euros anuales)

Solicitud de Números atrasados (ver pág 32 de la revista)

CÓDIGO CUENTA CLIENTE (C.C.C.)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Titular de la cuenta \_\_\_\_\_

N.I.F del Titular \_\_\_\_\_

Banco o Caja \_\_\_\_\_

Domicilio \_\_\_\_\_

Población \_\_\_\_\_

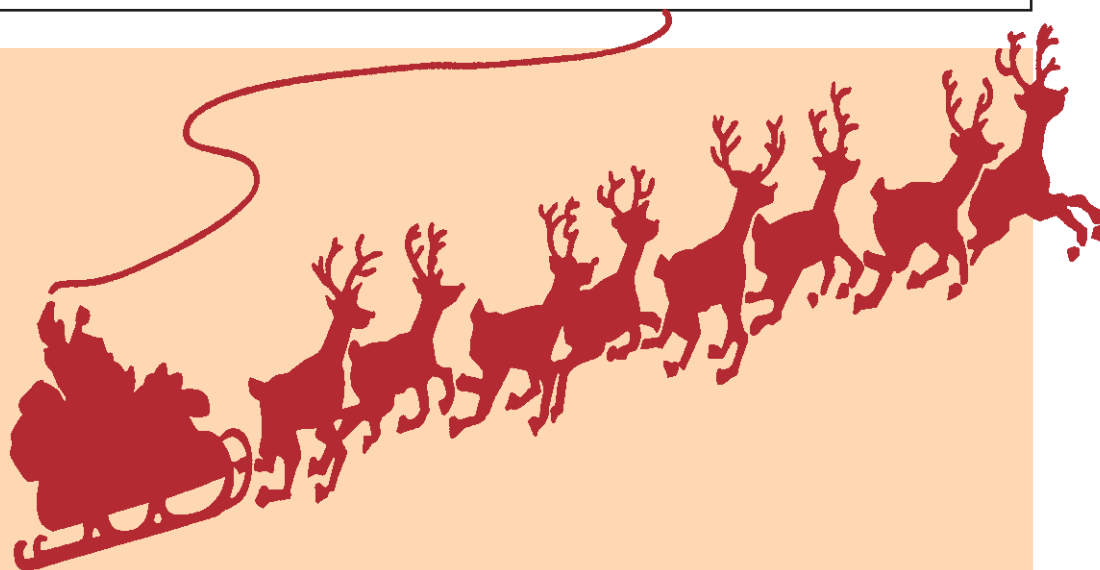
Provincia \_\_\_\_\_

Código Postal \_\_\_\_\_

Distinguido señor director:

Por la presente vengo a solicitar que sea atendido el recibo anual que remitirá la ASOC. PARQUE CULTURAL DEL RÍO MARTÍN contra mi cuenta arriba referenciada por el concepto de suscripción anual a "Cauce" y/o solicitud números atrasados hasta nuevo aviso.

Firma:



*Feliz Navidad y próspero 2009  
para todos los lectores de Cauce  
a los que agradecemos su fidelidad,  
y a todos los hombres y mujeres de  
buena voluntad.*

# CENTROS DE INTERPRETACIÓN

## PARQUE CULTURAL DEL RÍO MARTÍN

### INFORMACIÓN Y HORARIOS

#### CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE ARTE RUPESTRE “ANTONIO BELTRÁN”

C/ Tiro del Bolo, s/n  
44547 Ariño (Teruel)  
Tel.: 978 817 042

**Abierto:** De Martes a Sábado  
**Horario:** Mañanas de 9,30 a 13,30 h.



#### CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE PALEONTOLOGÍA “FRANCISCO ANDREU”

Plaza del Ayuntamiento, s/n  
44549 Alacón (Teruel)

**Abierto:** Sábados y Domingos  
**Horario:** Mañanas de 11 a 13 h.  
(Sábado y Domingo) tardes de 17 a 19 (Sábado)

**Fuera de horario:** Consultar con los guías turísticos:

María Pradas: 978 81 83 50  
Jorge Heras: 978 81 83 32



#### CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE LA CULTURA IBÉRICA

C/ Carretera  
44548 Oliete (Teruel)  
Tel.: 978 81 81 58

**Abierto:** De julio a septiembre: de martes a domingo. Resto del año, sábados y domingos.  
**Horario:** Mañanas de 13 a 14 h., tardes de 17 a 20 h.



## CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE GEOLOGÍA – ESPELEOLOGÍA

C/ Estribo, n.º 1  
44.700 Montalbán (Teruel)  
Tel.: 978 75 04 52 (oficina de Turismo)

**Abierto:** Del 1 de julio al 15 de septiembre: todos los días. Del 15 al 30 de septiembre: sábado y domingo.

**Horario:** Mañanas de 11 a 13 h.  
Tardes de 17 a 19 h.

**Fuera de horario:** Consultar al teléfono de la Asociación de Guías Turísticos Libana.  
Tel.: 660 00 33 29



## CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE FLORA

44709 Torre de las Arcas  
(Teruel)

Tel. guía local (Ana Esteban): 978 75 32 71



## CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE LA CULTURA POPULAR

C/ Mazas, n.º 2  
44540 Albalate del Arzobispo  
(Teruel)

**Abierto:** De abril a junio, septiembre y octubre: Domingos y festivos.

Julio y agosto: todos los días

De noviembre a marzo: 1<sup>er</sup> Domingo de cada mes.

**Horario:** Tardes de 18 a 20 h. o de 16 a 18 h. en invierno. **Fuera de este horario:** consultar con el guía. Tel.: 600 24 72 81 (Antonio)



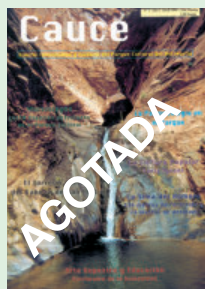
## CENTRO DE INTERPRETACIÓN DE FAUNA

44792 ALCAINE  
(Teruel)

Tel.: Albergue y Centro: 978 81 32 56  
Web: alberguelasfuentes.com



**N° 1**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 2**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 3**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 4**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 5**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 6**



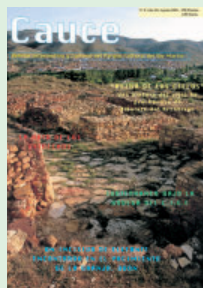
N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 7**



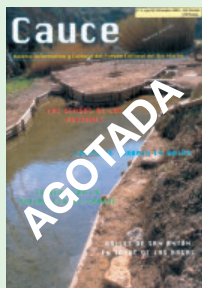
N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 8**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 9**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 10**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 11**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 12**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 13**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 14**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 15**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 16**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 17**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 18**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 19**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 20**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 21**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 22**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 23**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 24**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 25**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 26**



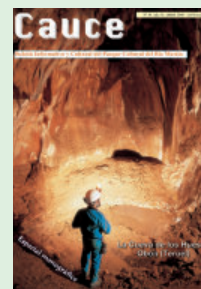
N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 27**



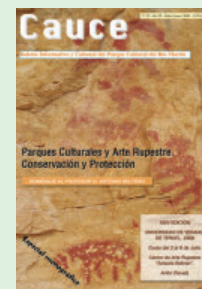
N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 28**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 29**



N° Ejemplares \_\_\_\_

**N° 30**



N° Ejemplares \_\_\_\_



## Parques Culturales de Aragón.

El Departamento de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón, a través de la Dirección General de Patrimonio Cultural ha editado un cuidado librito de 60 páginas sobre los Parques Culturales de Aragón.

En la publicación se abordan en una primera parte las generalidades de los Parques Culturales tratando someramente los inicios..., ¿qué es un Parque Cultural?, instrumentos de gestión, aspectos generales sobre el paisaje, el patrimonio como herencia y como futuro. Después se dedican 5 apartados a los cinco parques culturales (Parque Cultural del río Vero, río Martín, San Juan de la Peña, Maestrazgo y Albarracín), y se incluye al final una descripción sobre el futuro parque cultural de Sierra Menera en Teruel.

En la descripción de los Parques se inicia con una introducción donde se hace referencia a los aspectos generales de cada parque, municipios que lo componen, comarcas a las que afectan, extensión, población, sede, teléfono y página web donde ampliar la información. Después para aquellos que

cuentan con abrigos con arte rupestre se dedica un apartado especial. Otro al Patrimonio material e inma-

PARQUES  
CULTURALES  
DE ARAGÓN



RÍO VERO



SAN JUAN  
DE LA PEÑA



RÍO MARTÍN



ALBARRACÍN



MAESTRAZGO



SIERRA  
MENERA

Portada del libro sobre Parques Culturales de Aragón.

terial, equipamientos, actividades y servicios donde se destacan la red de centros museísticos y la red de rutas y senderos, así como teléfonos de

información turística y cultural de interés en la zona. Todo ello presentado con una cuidada fotografía y maquetación.

# La gastronomía

## en el Parque Cultural del río Martín

Texto: F. GABARRÚS ALQUÉZAR. Fotografía: J. RUBIO. Colaboraciones fotográficas: J. MAICAS; F. GABARRÚS.

### 0. - INTRODUCCIÓN:

En los inicios del siglo XXI los conocimientos de la humanidad han avanzado a una velocidad vertiginosa; la técnica y la ciencia, la informática y los medios de comunicación junto a las formas de transportarnos han transformado sustancialmente los hábitos y maneras de vivir.

Intentar comprender estos cambios del devenir humano desde el pasado reciente puede parecer anacrónico e impropio de la mentalidad actual. Mucho más cuando para hacerlo nos centramos en el estudio de la gastronomía y de las formas de cocinar de nuestros antepasados.

La tarea que hemos emprendido se ha centrado en aprender los secretos culinarios transmitidos de generación en generación durante décadas en el ámbito familiar y local. Para redescubrir este patrimonio hemos tenido que aprender de las mujeres de Torre de las Arcas, Montalbán, Peñasroyas, Alacón, Oliete, Obón, Alcaíne, Ariño y Albalate del Arzobispo y de ellas, fundamentalmente, hemos recibido esta sabiduría.

La investigación se ha centrado en entrevistar a mujeres con edades comprendidas entre los cincuenta y ochenta años con el objetivo de conocer los alimentos, las formas de cocinar y, de alguna manera, discernir la herencia gastronómica recibida de las contaminaciones acontecidas por influencia de los recetarios cultos y de los programas de cocina que diariamente aparecen en los medios de comunicación actuales.

Esta apuesta por rescatar la sabiduría popular surge de una percepción: la validez de muchos de los conocimientos, técnicas, creencias... que han pervivido hasta nuestros días por medio de la tradición oral. Ahora bien, esta visión no impide que, cada uno de nosotros –lectores incluidos–, nos hagamos una serie de preguntas:

¿La cultura culinaria de nuestros abuelos y antepasados puede aportar algo a los hábitos gastronómicos actuales?

¿Las sociedades agrícolas y ganaderas cuyo conocimiento se basa en la tradición oral, pueden aportar algo a la sociedad actual que se basa en el conocimiento científico y la comunicación?

¿Tradición y modernidad son conceptos contrapuestos? Por decirlo de otra manera: ¿Las personas que vivimos y trabajamos en el siglo XXI somos capaces de aceptar que podemos aprender muchos datos, conocimientos y experiencias que han llegado por tradición oral hasta nuestros días, directamente de nuestras abuelas y abuelos la mayoría de ellos analfabetos?



*Pucheros en el hogar.*

Cada lector podrá responder a estas preguntas pero nosotros ya adelantamos que nuestra hipótesis de trabajo parte de la valoración y aprecio hacia la cultura popular. No es una visión romántica hacia el pasado, no hay añoranza de los tiempos, pretéritos. ¿Pero porqué no utilizar, disfrutar e incluso actualizar lo que sirvió y sirve?

## 1. - CULTURA GASTRONÓMICA EN EL PARQUE CULTURAL RÍO MARTÍN.

La cultura gastronómica en el Parque cultural Río Martín presenta una estrecha relación con la producción agrícola y ganadera, y con el aprovechamiento de los recursos del medio natural. Las condiciones del entorno han posibilitado una gran variedad de alimentos que la cultura popular ha sabido transformar en exquisitas recetas de elaboración tradicional.

Esta cultura culinaria basada en la sabia combinación de cereales, vid, olivo, una gran abundancia de frutas y verduras se complementa con excelentes carnes y algunas variedades de pescados, bien de origen marino conservado en salazón o bien procedentes del río Martín y consumidos frescos.

En la sociedad tradicional, objeto de nuestro estudio, la cantidad y el tipo de comida dependían de la época del año y del trabajo que se realizaba.

En invierno se comía poco, sobre todo verduras de temporada, sopas de ajo, legumbres y el mondongo del cerdo. A partir de marzo se comía más pues aumentaban las horas de sol y era mayor el trabajo por hacer. " *Si en invierno se come un pan, en marzo pan y piazó y en abril dos sin partir*".

En verano, cuando se recogía y trillaba el cereal se comía mejor; se reservaba el adobo (lomo, costillas, longaniza) y el jamón del cerdo. La carne era un bien escaso, la única que se comía con relativa asiduidad era la de cerdo; otras como la de pollo, conejo o cordero eran consumidas excepcionalmente, en general se reservaban para los días de fiesta. No es de extrañar que los premios en los deportes tradicionales fueran animales como pollos y conejos. Así una tradición festiva importante son las corridas de pollos, en las que se entregaba tres pollos al primer clasificado, dos al segundo y uno al tercero y con el *pollo sobrante* se bailaba el *baile del pollo*.

Respecto al pescado, se comían sardinas saladas y abadejo, (bacalao seco.), madrillas, barbos, truchas, anguilas y también crustáceos como cangrejos, lamentablemente desaparecidos por la fuerza y el ímpetu del cangrejo americano, una especie muy voraz y agresiva que ha desplazado al autóctono.

En esta sociedad el proceso de elaboración de los productos vegetales y animales para alimentar a la familia era uno de los trabajos que realizaba la mujer: preparaba el mondongo y el adobo de la carne de cerdo, la conserva de frutas y verduras, almacenaba y cocinaba

los diversos alimentos y era la responsable del proceso de panificación en un costoso trabajo que realizaba periódicamente. El refranero popular así lo recoge: "*Masada y colada mujer reventada*".

Estos hábitos contrastan con los actuales, ya que hoy se tiene acceso durante todo el año al alimento antes considerado de temporada, y se consume carne o pescado, prácticamente en cada una de las comidas del día. Observamos además que los alimentos han sufrido transformaciones notables, debido en gran parte a la aplicación de una agricultura y ganadería intensiva, impuesta por el sistema productivo actual. La cantidad de comida por persona ha aumentado de forma sobresaliente pero no así su calidad. Sin embargo en las localidades objeto de nuestro estudio se conservan y desarrollan técnicas y métodos con los que, todavía hoy, se producen alimentos tradicionales de gran calidad. Estos alimentos unidos a los procesos de transformación y a la forma de cocinarlos resultan determinantes para conseguir una calidad culinaria que sin duda, puede constituir un complemento importantísimo en la oferta cultural de nuestro territorio.

Cada uno de los pueblos pertenecientes al Parque cultural Río Martín guarda numerosas recetas culinarias que, además de mostrar una forma de cocina diferenciada, todavía se elaboran con ingredientes de primera calidad producidos en el propio territorio. En el inicio del siglo XXI los profundos cambios que ha experimentado nuestro sistema de vida no han impedido que esta herencia culinaria llegara hasta nuestros días; sin embargo puede que, de no poner remedio, la cocina popular transmitida de madres a hijas, generación tras generación, desaparezca o, simplemente, quede relegada a manuales eruditos, carentes de utilidad práctica.



*Corridas de pollos.*

## 2. - LAS BASES DE NUESTRA CULTURA GASTRONÓMICA.

Las formas de producción agrícola y ganadera y la pertenencia a la cultura mediterránea en un área interior, donde la vid, el olivo y el trigo junto a los productos cárnicos tienen una importancia vital, han destacado en nuestra cultura culinaria cuatro procesos fundamentales: La elaboración del pan, del aceite, del vino y la matanza del tocino. Estos procesos y los productos resultantes constituyen, incluso en la actualidad, la base de nuestra cultura gastronómica. En la sociedad actual la mecanización y la irrupción de muchos productos de importación de otras culturas y lugares ha supuesto un enriquecimiento y una transformación de nuestros hábitos gastronómicos pero no podemos obviar la importancia que el pan, el vino, el aceite de oliva y los productos cárnicos del cerdo tienen tanto en la cocina local como en las celebraciones del ciclo festivo. Las formas tradicionales de elaborar estos productos han cambiado notablemente, sobre todo por la tecnificación y por la legislación alimentaria que han tendido a unificar los procesos y las garantías sanitarias. Sin embargo los cambios globales han sido mínimos y de ellos podemos avanzar, basándonos en los conocimientos tradicionales, para seguir innovando en el presente y de esta forma conseguir productos de calidad que provenientes de la cultura popular son actualizados por la técnica y la calidad alimentaria.

La elaboración del pan, del aceite, del vino y la matanza del tocino en la cultura tradicional son procesos tradicionales que perviven en el presente y constituyen

cuatro pilares básicos de la gastronomía actual. Vamos a describir las formas tradicionales de estos procesos que han servido de base para la producción actual:

### 2.1. - Elaboración del pan: La masada:

Es éste un proceso largo y costoso que se realiza en la masadería, pequeña habitación ubicada habitualmente en el hueco de las escaleras de la vivienda. El proceso como tal comienza en el cernido de la harina utilizando el *ziazó* y la guía, una vez que se ha cernido la harina se trabaja la masa mezclando el agua con la harina y la levadura de masa del día anterior. Una vez que la masa tiene la consistencia adecuada (cuando la masa no se agarra a la mano ni a las paredes de la artesa), se saca y se le *dan puños* con el fin de deshacer los grumos de harina. Se vuelve a colocar en la artesa y se deja reposar para que la masa se *ponga hueca*. Cuando la masa ha subido se *adelgaza*, separando cada uno de los pedazos y se vuelve a *dar puños* (apretando la masa) para formar los panes. Los panes se colocan en el *tablillo* envueltos en maseros y se trasladan al horno donde primero se marcan para evitar confusiones y luego se cuecen. El encargado de cocer el pan es el hornero y las mujeres pagan en *especie* un pan para el hornero y otro para el *pojero* que es el encargado de aportar la leña.

También en el horno se elaboraban las *madalenas*, *manteaos*, bollos de cabello de ángel, *tortadas*, *roscas*, *farinosas*, brazos de gitano,... y muchos otros productos de repostería.

*Útiles empleados en la masada de pan.*



## 2.2. - La elaboración del vino.

El vino en la cultura tradicional era considerado un alimento y también se utiliza para celebraciones rituales y festivas. Los labradores y pastores utilizan el tonel o la bota de vino para beber y es frecuente que cuando en los caminos se encuentran con otro vecino se le ofrezca la bota o el tonel para entablar una conversación y para reforzar su amistad:

"...Si cuando te encontrabas alguno en el monte o la huerta no te ofrecía de beber vino del tonel ya sabías que no quería nada contigo así que tú tampoco querías nada con él. Era una ofensa ..." (Albalate del Arzobispo).

Se suelen elaborar tres tipos de vino: tinto, rosado y blanco, con distintas variedades de uvas algunas extendidas por toda la península pero otras tienen carácter endógeno: Ceca, Romeral, Royal....

## 2.3. - Elaboración del aceite.

Introducido por los fenicios y extendido por los romanos el cultivo del olivo ha supuesto desde tiempos lejanos una de las ocupaciones principales de los habitantes de estas tierras.

La actividad en torno a este cultivo tiene como principal exponente la elaboración de aceite de oliva uno de los principales ingredientes en la gastronomía de la zona.

La variedad más extendida es la de Empeltre o *Impelte* y de ella se obtiene uno de los aceites de oliva con más prestigio en el mercado nacional e internacional. En el proceso tradicional para elaborar aceite de oliva virgen se emplea un pie de olivas (450 kilos).

El molinero realiza todos los trabajos y el propietario de las olivas tiene que ayudarlo durante el proceso que dura aproximadamente tres horas:

1º Se echan las olivas en la taza que previamente ha sido calentada con agua caliente mediante una conducción que la rodea.

2º En la taza, la muela de piedra tritura las olivas. La tajadera de la muela va sangrando el aceite de lágrima del que sólo se consigue un litro (por 450 kilos de olivas). Este aceite se emplea para usos medicinales y estéticos.

3º La pasta producida se mete en *capachas* y *capachetas* y mediante una vagoneta conducida por



*Bebiendo del Porrón.*

unos rañles se transporta a la prensa hidráulica donde se exprime todo el líquido de la pasta.

4º El zumo de la oliva se conduce mediante canalizaciones de cerámica a unos aljibes de cerámica.

5º Se decanta el aceite durante tres días.

6º Se separa el aceite del agua y ahí es donde el molinero debe demostrar su maestría. Para ello utiliza una media caña y un recipiente metálico similar a un *badil* con el que recoge hasta la mínima porción de aceite que está en suspensión sobre el agua.

7º Se filtra el aceite y se *cocharrea* (se cambia de recipiente) varias veces filtrándolo de nuevo para que no tenga impurezas en suspensión. Esto es importante porque si hay impurezas se produce una mayor oxidación y en consecuencia más acidez y con más acidez el sabor del aceite es más fuerte y menos sabroso.

8º Se deposita en la Zafa o recipiente similar y ya está apto para el consumo.

El molinero suele cobrar un sueldo en dinero y además tiene derecho a quedarse con la pasta exprimida para así poder elaborar aceites de menor calidad (orujo).



*Matacía en Alcaine.*

## 2.4. - La matanza del Tocino.

Para San Martín (11 noviembre) y para la Inmaculada (8 de diciembre) solía matarse cerdo, también muchas familias hacían otra matanza en enero o febrero. El cerdo es todo un símbolo de la subsistencia en la vida agrícola. Gracias a él los labradores, oficiales, artesanos y pastores podían sobrevivir. Además los días de matanza eran considerados auténticas fiestas. Sobre todo por la escasez de carne, ya que sólo estos días se comían con asiduidad y abundancia. El tocino proporciona la carne para los trabajos de la siega y la trilla y muchas veces ha servido como moneda de cambio para pagar la contribución. Proporciona morcillas, *pellas*, jamón, lomo embuchao, panceta, chorizo, longaniza, butifarra, salchichón, sobrasada y el adobo de costillas y lomo en parras de aceite que sólo se abren para los trabajos duros.

Para realizar la matanza se requiere la cooperación del matachín y de la mondonguera. El *matachín*, ejecuta al animal y lo despedaza y la mondonguera dirige los trabajos para la transformación en los productos antes mencionados, dando las proporciones de pimientón, canela, anisetes, sal...

Existe un romance popular que es conocido en todos los pueblos del río Martín que narra la vida del tocino y que reproducimos a continuación por la elocuencia y realidad del mismo:



*Dibujos: Germán Díez.*





### 3. - USOS ALIMENTICIOS Y GASTRONÓMICOS DE LOS PRODUCTOS DEL ENTORNO:

Además de los procesos básicos de elaboración de alimentos observamos que la utilización de los recursos del entorno ha tenido y tiene una importancia vital para el desarrollo económico, familiar y culinario. Todo se aprovecha, a la vez que se respeta. No se abusa del medio porque es el gran proveedor. Los ciclos productivos marcan los trabajos a realizar, la cantidad de alimento a ingerir y las festividades.

El ser humano aprovecha los recursos del entorno aprendiendo a dominar la naturaleza. A lo largo del tiempo los habitantes de estas comarcas han perfeccionado la larga serie de conocimientos, técnicas y herramientas necesarias para el pleno aprovechamiento de la Naturaleza. Desde esta perspectiva describimos otros hábitos productivos que han generado y generan alimentos de calidad y aunque han caído en desuso por los condicionantes de la vida moderna, todavía persisten en los municipios objeto del estudio.

#### 3.1. - El aprovechamiento de los animales de corral.

Las gallinas, los gallos y pollos, los conejos, pavos, palomas y patos, alimentados con mielga (*alfalce*

silvestre), *alfalces*, trigo y panizo, son alimentos excelentes para la dieta aunque, en la sociedad tradicional, se consumían en contadas ocasiones.

La verdadera importancia del corral residía en los huevos que producían las gallinas. En muchas casas con un huevo debía de cenar toda la familia: la madre debía ingeniárselas para hacer platos que con tal escasez cundieran para todos. De esta necesidad nacen los huevos tontos o golosos, pero también podían intercambiar el huevo por varias sardinas saladas. Con el huevo era difícil que comieran cuatro o cinco personas pero con las sardinas sí podían hacerlo.

Además cada familia solía tener un pequeño rebaño de ovejas y cabras para autoabastecerse de carne, lana, cuero, leche, queso y estiércol. Se les denomina en conjunto "*ganau*" o "las reses". Como hemos señalado anteriormente las familias tenían conejos, gallinas, tocinos, palomas, pavos, patos e incluso ocas. Todos ellos se guardan en el solanar o en el corral, que puede estar anexo a la casa o situado en un barrio cercano al pueblo. A estos animales se les tenía que alimentar con las sobras de las comidas, y en gran medida con plantas silvestres que recolectaban en huertas campos y montes.

De esta alimentación natural surgieron sabrosas carnes, cuyas texturas y aromas son difíciles de encontrar en los mercados, tiendas y restaurantes actuales.

### 3.2.-El aprovechamiento del monte.

#### Caza y pesca.

Coger ranas, peces, caracoles, nidos de perdiz, algún *cachapo* (gazapo) o conejo, fardachos, culebras, gorriones, tordos, perdices, jabalíes, barbos, madrillas, truchas, cangrejos, era un complemento importante en la alimentación y para ello empleaban distintos métodos de caza y pesca muy ingeniosos. Para cazar utilizan el método del *alar*, al *rastro*, a la espera con *reclamo* y a *loseta*.

En la pesca utilizan el *cañizo*, el *tresmal*, los anzuelos y a *maneta* buscando las madrigueras donde se refugian los peces. La utilización de las armas de fuego supuso un aumento de la presión sobre los animales de caza menor o mayor y a la vez que aumentaron las desventajas lo hicieron las posibilidades gastronómicas.

#### Los Hongos, setas y plantas silvestres.

Los habitantes río Martín a lo largo de los tiempos han aprovechado los recursos que la naturaleza les ha ofrecido. La sabiduría colectiva, enriquecida y transmitida de generación en generación se manifiesta de forma significativa en el conocimiento y uso de las plantas silvestres que crecen en campos montes y ríos.

La gran variedad de plantas es aprovechada para muy diversos usos: medicinales, aromáticos, cosméticos, ornamentales, comestibles, artesanales, mágicos, aunque el que a nosotros nos importa de forma prioritaria es el uso alimenticio y gastronómico que de ellas se hacía.

Las plantas jugaban un papel fundamental en el complemento de la dieta y encontramos multitud de plantas comestibles. Se aprovechaban raíces, tallos, frutos, y hojas de varias plantas para elaborar tortillas (*tuca*), cocidos (*finollo*, cardos de monte), ensaladas de *fusie-*

*llos*. Se recolectan turmas y *colejas*. Se hacen infusiones de cabezuela, te de roca, poleo.

Son muchos los hongos y setas que se recogen en las comarcas, desde los conocidos rebollones, hasta las setas de cardo, las carretillas, los *eslizadores*, los boletos, los hongos de tierra, las setas de chopo, las de *impelte*.

Esta cultura transmitida oralmente hasta nuestros días corre el peligro de ser olvidada y desaprovechada, cuando desde nuestro punto de vista puede ser, en muchas ocasiones, el punto de partida para el desarrollo económico o cuando menos el complemento del mismo. Por ello planteamos la utilización de los recursos endógenos y conocimientos tradicionales con potencialidad económica como estrategia de desarrollo, de forma no excluyente para vertebrar la población y el territorio.



Setas de chopo.

### Las abejas.

Se crían en arnas-vasos-cajas. Hay que tener *jambres*, grupos de abejas con una reina para poder producir miel. La miel se cortaba tres o cuatro veces al año en la primavera y a primeros de verano y se sacaban las *brescas* (panales). Con la miel se elaboraba *mostillo*: Se calentaba agua con harina, nueces y peladuras de naranja y cuando se *esmeraba* (evaporaba) el agua ya estaba hecho. Se envolvía en trapos de algodón dentro del molde deseado y se conservaba durante mucho tiempo.

La miel era el único edulcorante hasta la aparición de la remolacha azucarera en el siglo XIX.



*Arnas tradicionales.*

## 4. - PROCESOS DE TRANSFORMACIÓN GASTRONÓMICA.

Los productos alimenticios generados en la sociedad tradicional a base del esfuerzo del grupo familiar, son transformados en succulentos manjares por la mano de la mujer. En la cultura agraria y ganadera quizá no tenían tiempo para valorar lo que sabiamente conseguían entre todos, porque la pulsión diaria por la subsistencia impedía, la mayoría de las veces, la degustación, recreación y valoración de lo conseguido desde la perspectiva culinaria actual. El objetivo vital mayoritariamente consistía en sobrevivir y aunque criaban o producían los alimentos de acuerdo a los ciclos naturales y de forma respetuosa con el medio ambiente no existía precisamente la concepción refinada actual sobre la gastronomía y los usos culinarios. Para profundizar en el conocimiento de estos productos y los procesos de elaboración, vamos a describir los procesos de transformación de los alimentos en productos gastronómicos de las comarcas estudiadas:

### 4.1. - La Leche y la elaboración de quesos.

Según testimonios de muchos pastores mayores sabemos que en

las épocas en las que había excedente de leche, fundamentalmente en mayo cuando se producía el destete de los cabritos, elaboraban queso para venderlo, y así evitar que la leche se echase a perder. Este método de conservación no hubiera sido posible si la utilización de cuajos naturales obtenidos de diversas plantas. El más conocido es el cuajo de "flor de cardo", y no un cardo específico sino cualquiera que se encuentra en el entorno natural. La flor morada de éstos se seca al sol y se guarda en sacos de tela en un lugar fresco y seco. Más tarde se utilizará como cuajo en el proceso de elaboración del queso. Debemos advertir que también se utiliza la flor de cardo cultivado y la flor de la alcachofera o *agarchofera*.

*Quesos.*



#### 4.2. - Uso de plantas en tortillas y revueltos.

Se aprovechaban raíces, tallos, frutos y hojas de varias plantas para elaborar tortillas. Las tortillas y revueltos elaborados con plantas silvestres como la tuca, espárragos y *colellas* constituyen uno de los manjares más exquisitos y exclusivos que pueden consumirse. Si bien en el pasado eran concebidos como un simple complemento de la dieta, sustitutos cuando escaseaban los alimentos ordinarios, hoy podemos afirmar que sus sabores y texturas constituyen una línea de investigación para la cultura culinaria del río Matín.

Las *tortillas de tuca* se elaboran con los brotes de esta planta trepadora que es venenosa. Solamente se consumen los brotes que también se llaman "cola del diablo" la única parte no tóxica de la planta y siempre en el periodo en el que los granos de fruto de la planta están verdes, si están negros los brotes también son tóxicos y no deben ser consumidos. También los *espárragos silvestres* se consumen en tortilla, previa cocción para evitar el sabor amargo. La *mezcla de tuca con espárragos* es deliciosa en cualquiera de los variantes, como tortilla o como revuelto. Sabemos que los *colellas o colejas* al igual que las puntas tiernas de finollo mezcladas con tuca también se hervían y se cocinaban en tortilla y eran muy apreciados.



*Brotes de tuca.*

#### 4.3. - Uso de plantas como verduras.

Cuando el hambre abunda por la escasez de alimentos a causa de sequías, malas cosechas o simplemente el tiempo de espera en los procesos agrícolas, los habitantes de estas comarcas recurrían a la recolección de las plantas silvestres que incorporaban a su dieta. En muchas ocasiones estos vegetales han librado a grandes colectivos humanos de hambrunas y de abusos por parte de las clases sociales dominantes tal y como reza el dicho popular:

*"Ya se creían los ricos  
Que nos moríamos los pobres.  
Ya han salido los colellas  
Que nos toquen los cojones."*



*Plantas de colellas.*

Efectivamente estamos ante una de las verduras silvestres más abundantes. Los *colellas* también llamados *colejas* que surtían muchos y variados platos. En verdura se mezclaban con patatas y complementaba cocidos y tortillas. También se consumen cocinadas como los espinaes o espinacas; cocidas y luego refritas con ajo, nueces y piñones.

Otra verdura silvestre es el *finollo* o hinojo. Los brotes tiernos de cuecen y se toma con ajo y aceite a modo de verdura. Otra forma de cocinarlos, fundamentalmente en verano es hervirlos y apañarlos con vinagre y aceite, consumiéndolos fríos. Normalmente sólo lo consumen las mujeres puesto que la creencia popular relaciona su consumo con la impotencia masculina.

Otra verdura muy valorada son los *cardos silvestres o Bolusas*. Son muy espinosos pero muy tiernos. De la planta sólo se consume el tallo hervido con patatas o complementando cocidos de garbanzos y judías secas. También se pone en conserva, "al baño maría" puesto que la época de la recolección apenas dura dos meses. Para recolectarlos se emplea una jada de ganchos, guantes de cuero y una *fal* u hoz. Es muy apreciado por su sabor y todavía se recolecta.

Se consumen las *hojas de calabacera* y sus brotes con patata una vez que la planta ha dejado de producir calabazas.

Las *lparzas* se emplean como verdura mezcladas con patatas al igual que las *berzas de monte*. También suelen completar el cocido de judías en ayuno.

#### 4.4. - Usos de plantas para elaborar licores.

En localidades como Alacón, Oliete, y Alcaine existían personas que se dedicaban a elaborar licores como aguardiente a base de plantas.

El proceso consistía en mezclar vino tinto con anís (una cucharada sopera por litro de vino) y ponerlos a esmerar (hervir) durante dos horas aproximadamente. A la olla está conectado un serpentín a través de la cual el alcohol, que se produce con la evaporación, se enfría y pasa a estado líquido. El líquido resultante es el llamado "aguardiente" que se consume a diario, normalmente antes de almorzar y por la noche antes de acostarse. También era empleado como digestivo con té de roca. Se consumía en fiestas gastronómicas como la matanza del tocino.

#### 4.5. - Usos alimenticios de plantas en ensaladas.

Las ensaladas constituyen uno de los platos de más tradición en la gastronomía de estas comarcas. Tanto en otoño como en invierno, en la primavera y el verano los habitantes de estas áreas encontraron en el campo los ingredientes para elaborarlas.

Las lechugas, las esquerolas, junto al tomate, la cebolla, el puerro y las olivas negras son la base de esta especialidad pero además han recolectado *fusiello*, *colellas*, raíces de juncos, obispos, brotes de *finollo* y *picasarna* y *flores de malva*.

Menos conocidos son los "*senallos*" que crecían en los campos de viñas y los "*chilandres*" en terreno de huerta pero muy sabrosos y abundantes según los distintos testimonios. No podemos olvidar las *turmas* frescas y las encurtidas en vinagre como uno de los ingredientes más característicos de estas comarcas.



*Picasarna.*

#### 4.6. - Usos de plantas en infusiones.

Durante siglos la mayoría de las personas no podían acceder a los servicios médicos y debían ingeniárselas para sobreponerse a las enfermedades. Hasta los años 60 no se creó el sistema de seguridad social con vocación universal, por lo que toda atención médica era privada y por lo tanto accesible sólo para las clases con capacidad económica. Debido a esta inseguridad y la precariedad en la atención sanitaria la cultura popular basada en la observación y la experimentación controlada ha usado muchas plantas y alimentos como remedio medicinal casero.

En casi todas las poblaciones existen vecinos llamados yerberos a los que se les reconoce un mayor conocimiento al respecto y que preparaban excelentes infusiones:



*Té de roca.*

**Infusiones de Tremoncillo** (tomillo): problemas digestivos y circulatorios; con miel para los resfriados y para los que sufran de la orina.; **Cabezuela** (conocida también como manzanilla): trastornos digestivos y como vomitivo; **Romero**: asma y tos; **Ababol** (amapola): en infusión para el insomnio y la tos; **Selvia** (salvia): trastornos digestivos, dolores dentales, infecciones de la piel, mal aliento. **Finollo** (hinojo): diarreas y flatulencias; con miel para la bronquitis; **Té de roca** o **té puyol**: para las indigestiones, para la circulación de la sangre; **Poleo**. Con él se hacía la **bebida de la esperanza**: se hacía una infusión de poleo, se hacía café, se echaba anís, azúcar y se mezcla todo. Se consume frío; **Juncos**: Las raíces de juncos se cuecen en agua y se mezclan con azúcar. Haciendo gárgaras con esta infusión se curan las anginas; **Ruda**: En infusión da ganas de comer. Abre el apetito; **Diedigos de San Juan**: Se cuece con azúcar y se da de beber bien caliente para curar los catarros.; **Beleños**. Se cuecen y se hacen vahos para eliminar el dolor de muelas y dientes.



*Judías con colellas.*

## **5. - LA COMIDA DE DIARIO Y LA COMIDA DE FIESTA.**

La mayoría de las personas entrevistadas han dado una visión muy común de lo que era comer en un día normal, no festivo. Fundamentalmente consistía en el consumo de legumbres para desayunar, comer y cenar, acompañadas de pan y vino y postre compuesto por fruta de la temporada.

Es verdad que existían verduras, hortalizas y frutas, así como complementos alimenticios a base de plantas silvestres pero sólo durante las temporadas en que se producían según el ciclo natural. Por lo general las legumbres y más concretamente las judías constituían la base de la alimentación.

Las patatas eran complemento indispensable de verduras, legumbres y hortalizas, pero sólo desde su introducción y generalización en España y Europa.

Los cereales en forma de pan, gachas, farinetas también previnieron las hambrunas y gracias al centeno

se pudieron suplir las carestías de trigo. *“Le dice el trigo al morcacho (centeno): garras largas pronto creces pero tarde granas. Y le contesta el morcacho: barbas de oro cuando tú no estás yo socorro”.*

También se producía *Zafrán* (Azafrán) que se guardaba para vender cuando era necesario porque estaba muy bien pagado, así era común venderlo cuando se iba a casar algún hijo o hija o para afrontar inversiones importantes: construir una casa, un mas, un corral...

Ya dijimos que el vino era considerado un alimento y no tenía una connotación negativa como hoy día. Se daba a los niños empapado en pan con azúcar y los mayores lo consumían abundantemente, como mínimo medio litro diario.

La cultura de las bodegas tan extendida en nuestras comarcas generó brindis, cantos de bodega y trabalenguas que se ejecutaban en las tardes de asueto: *"Bota rebota pinzorrilla, pinzorrota/ quien no diga tres veces/ bota rebota pinzorrilla, pinzorrota/ no beberá vino tinto de mi / bota rebota pinzorrilla, pinzorrota."*

Por otro lado la deshidratación al igual que la conservación de alimentos jugaba un papel fundamental en la alimentación y en la cultura gastronómica heredada.

El tomate seco, los orejones, los higos, los *tomasquinos*, las pasas, las ciruelas, y las confituras de melocotón, melón, pepinos, tomate, así como los adobos de costilla, lomo, longaniza, no sólo ayudan a la subsistencia sino que posibilitan una forma de cocinar que es muy rica y variada, a pesar de las penurias de una vida de lucha constante con el medio.

El ciclo festivo comienza después de la cosecha, en ese momento tienen lugar las fiestas patronales de las que podemos destacar como actos más significativos:

Las *roldas* (Rondas), ejecutadas por los vecinos de la localidad junto a cantadores y tañedores de prestigio. En ellas es frecuente el consumo de mistelas, retacías, aguardientes, vinos dulces y pastas (galletas, mantecaos, madalenas, bollos de cabello de ángel, rosquillas...);

El *encierre* o *encierros* de toros y vacas por las calles, *corridas de pollos* o carreras pedestres en las que el premio eran tres pollos para el primer clasificado, dos para el segundo y uno para el tercero, así como las procesiones, misa mayor y *dances* de palos y espadas, aunque estos últimos en franca decadencia.

La devoción a los muertos, como en otras culturas anteriores al cristianismo sigue celebrándose el día de *Todos Santos* (1 nov.) en el que los vecinos adornan los nichos y tumbas con velas, pañitos blancos y flores.

Ese día es costumbre colocar candelas dentro de las viviendas "para alumbrar a las almas" y los niños, al



*Tomate seco.*

anochecer, colocan *calaveras* (calabazas vaciadas de su pulpa con boca, ojos y nariz, en cuyo interior se enciende una vela) por distintos rincones del pueblo. Esta fecha se celebra con excelentes dulces como son los almendraos y empiñonaos.

En *Navidades* tiene lugar la *Misa del Gallo* durante la Noche Buena, pudiéndose oír los antiguos villancicos de los rosarieros, cantados hoy por los vecinos y vecinas. Éstos eran días importantes para los niños que, en casa de sus familiares, con cestas recogían el "*Cabudaño*", compuesto por mazapanes, naranjas, avellanas, nueces y algún resto de guirlache; sin olvidar las "*Estrenas*", una especie de paga en dinero.

En enero, febrero y marzo se celebran fiestas muy importantes para la cultura agrícola y ganadera: **San Antón** protector de los animales *¡Leña San Antón , si no al burrico le dará torzón!*, que inicia los carnavales: *Para San Antón Carrastolendas son.*

También se celebra con fuerza **San Macario**, *Santa Gueda* (Águeda), **San Blas**, **san Fabián** y **San Sebastián**, **San Valero**... Todos ellos *santos de capa*, en cuyas fiestas gozan de gran importancia los productos del cerdo y la música de los gaiteros.

Los carnavales preparan los rigores de la **Semana Santa** cristiana, repleta de manifestaciones religiosas y profanas en convivencia permanente. En estas comarcas la percusión, las procesiones y la gastronomía se abren paso por entre las calles para hipnotizar con sus ritmos y sabores tanto a los protagonistas como a los visitantes que anualmente se desplazan hasta estas localidades para contemplar este acontecimiento.

El Domingo de Resurrección o el Lunes de Pascua tiene lugar en muchas de estas poblaciones el día de la **Rosca** o de los **Roscones**, **Gallos**, tortas regaladas por las abuelas y que los nietos y nietas comen en cuadrillas por el campo.

Este día también se elabora y come el delicioso **Brazo de Gitano** y que hoy día puede adquirirse en las panaderías-reposterías de las localidades.

*San Antón.*



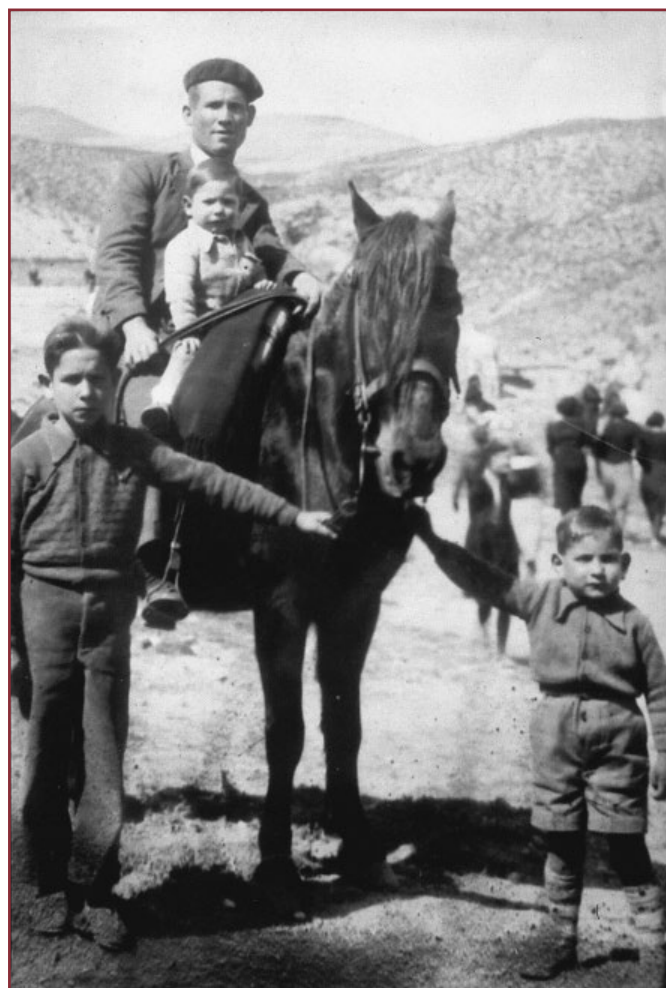


*Empiñoaos.*

Comienzan entonces un gran número de romerías, entre las que destaca la de la Virgen de Arcos a la que tienen especial devoción los vecinos de Albalate y Ariño, aunque acuden fieles de toda la comarca y la de San Pedro de Oliete, Los vecinos acuden a los santuarios, ermitas o lugares de devoción para comer, beber y bailar. Allí tienen lugar procesiones, misas campestres, se cantan los Gozos y puede escucharse música popular aragonesa en dos agrupaciones de la tradición festiva aragonesa: los gaiteros y la rondalla.

Los quintos aún habiendo desaparecido el Servicio Militar Obligatorio roldan (rondan) en grupo por el pueblo plantan el mayo (un árbol) en la plaza mayor donde colgaban un pernil o un bacalao y trepaban por el madero enjabonado para conseguirlo. Así mismo celebran banquetes y meriendas donde sus hermanas y novias preparan tortas y dulces que les entregan en la rolda y luego comen juntos.

En consecuencia podemos concluir que la comida juega un papel fundamental en el ciclo festivo tanto porque se asocia el consumo de determinados alimentos en los días festivos como por el valor de intermediación que tienen en el calendario ritual. Así mismo son la argamasa que da unión y canaliza valores tradicionales como la mutua ayuda, la solidaridad e incluso el sentimiento de pertenencia e identidad local. En la sociedad agraria se consume lo que se produce y todos los ritos de mediación ante las fuerzas de la naturaleza están en función de conseguir el alimento para los individuos y para el conjunto social.



*Romería a la ermita de San Pedro en Oliete.*



*Algunas recetas tradicionales.*



# El primero: "PLATO HORTIELANO".

## INGREDIENTES:

3 patatas	Aceite (dos cucharadas soperas)
1 cebolla	Jamón (un filete recio)
1 tomate	Chorizo (1/4 de rastra)
1 berenjena	1/2 litro de agua
1 pimiento	Pimienta (3 ó 4 bolitas)
1 calabaza	Canela en rama (una ramita pequeña)
100gram de judía tierna	Sal al gusto
100gram de puerro	
100gram de zanahoria	



## ELABORACIÓN:

Todos los ingredientes se echan en una tortera de barro y se ponen a fuego lento.

Lo sacamos cuando está cocido pero caldoso



## El segundo: "POLLO TRUFADO".

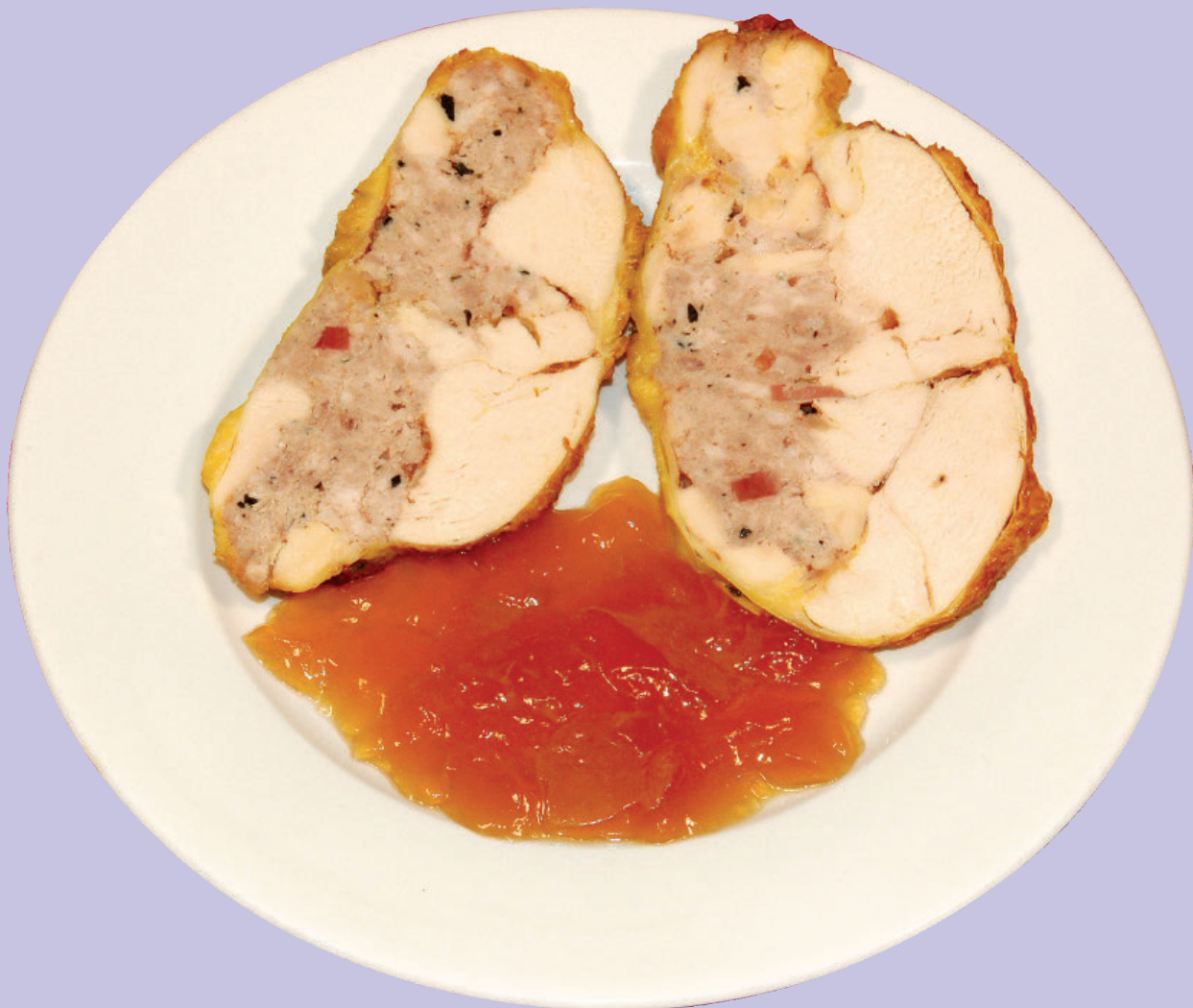
### INGREDIENTES:

<i>1 pollo capón.</i>	<i>Ajo (1 diente).</i>
<i>1 pechuga de perdiz.</i>	<i>Sal al gusto.</i>
<i>½ kg de magro de cerdo.</i>	<i>1 vaso de vino blanco seco.</i>
<i>½ kg de carne de ternera.</i>	<i>Pimienta blanca (al gusto).</i>
<i>Perejil (dos ramitas).</i>	<i>2 tiras de jamón.</i>
<i>4 trufas de conserva y su caldo.</i>	<i>Nuez moscada (una rayadura).</i>
<i>Aceite (para freír el pollo).</i>	



### ELABORACIÓN:

- 1. Se deshuesa el pollo capón por el costado.*
- 2. Picamos la carne de ternasco, perdiz y cerdo.*
- 3. Troceamos las trufas y las masamos con las carnes picadas y añadimos el vino blanco, sal, ajo y perejil.*
- 4. Rellenamos el pollo con la pasta resultante y lo cosemos, lo envolvemos en una tela de algodón y la cosemos.*
- 5. Freímos el pollo envuelto en la tela en una sartén con un poco de aceite.*
- 6. Una vez frito, quitamos la tela y lo cocemos dentro del horno en una tartera a la que previamente hemos añadido agua y vino blanco, media cebolla y un puerro (bien triturados)*
- 7. Cuando está cocido se corta a rodajas.*
- 8. El caldo resultante es una gelatina.*
- 9. Se sirve la carne con un poco de gelatina.*



# Los postres: "BRAZO GIJANO".

## INGREDIENTES:

6 Huevos.

Harina. (6 cucharadas).

Azúcar. (6 cucharadas).

Almendra. (75 gramos).

Licor –vino de nueces o moscatel– (medio vaso de vino).

Aceite (cuatro cucharadas soperas).



## ELABORACIÓN:

1. Se batan las claras "a punto de nieve" y se apartan.
2. En un recipiente se echa una cucharada de harina y otra de azúcar por cada huevo.
3. Se mezclan las yemas con la harina y el azúcar.
4. El asador que sirve de molde lo cubrimos con "papel de barba". Debemos untar el papel de barba con aceite para que no se pegue la masa.
5. La pasta se echa uniformemente sobre el papel de barba y se introduce en el horno, después de 10 minutos lo sacamos. El relleno se hace con la almendra, yema de huevo, azúcar y el licor (vino de nueces, moscatel, cazalla).
6. Se envuelve el relleno con la pasta que hemos cocido previamente y se decora con yema en la parte superior.
8. Se vuelve a meter al horno durante 20 minutos (atentos a que no se queme la yema).
9. Se adorna con merengue y se introduce nuevamente para que se dore.
10. Una vez enfriado está listo para comer.



# Los postres: BUÑUELOS DE MIEL. "MUÑUELOS".

## INGREDIENTES

1 vaso de agua de azúcar  
(200 gramos).

1/2 vaso de agua de leche.

1/2 vaso de agua de anís.

1 vaso de agua de aceite.

4 huevos.

50 gramos de levadura prensada (de horno).

1 kilo de harina para la masa (lo que admita) y unos 600 gramos para dar forma a los buñuelos.

### Para el jugo:

4 cucharadas soperas de miel (bien colmadas).

un vaso de agua.

un vaso de aceite de oliva.



## ELABORACIÓN:

Se mezcla la leche, el anís y el aceite. Se pone a templar.

Se batan los huevos en un barreño, se mezclan con azúcar y se vuelven a batir.

Deshacemos la levadura y la añadimos disolviéndola bien. Se va echando harina poco a poco y se masa hasta que la masa adquiera la consistencia debida (Se bate con agresividad con movimientos circulares de abajo arriba, desde el centro del barreño). Hay que dejar la masa sin batir por breves espacios de tiempo para que se reblandezca. Cuando la masa está pegajosa, se extienden sobre la mesa 600 gramos de harina, sobre esta harina vertemos la masa. Se aplasta la masa hacia el centro dando forma como a un cuadrado y cogiendo las puntas de las esquinas hacemos pliegues hacia el centro. Se dan a la vez puños (con las dos manos juntas presionamos sobre la masa). Se deja la masa en paños dentro el barreño. Bien envuelta cerca del calor de la estufa durante dos horas y media aproximadamente.

Transcurrido este tiempo, se corta la masa y se va friendo en aceite de oliva. Para freír primero estiramos la porción de masa con la mano para que quede fina y regular.

Una vez fritos los buñuelos preparamos el jugo de miel: Se mezclan los ingredientes del jugo. Se ponen al fuego. Cuando sube la espuma del jugo, está en su punto y apagando el fuego vamos pasando los buñuelos por el jugo, se dejan escurrir y se colocan en la bandeja.



## **LA CONFEDERACIÓN HIDROGRÁFICA DEL EBRO ULTIMA EL PLAN HIDROLÓGICO DEL RÍO MARTÍN.**

La Confederación Hidrográfica del Ebro (CHE) se encuentra ultimando el Plan Hidrológico del Río Martín. En este sentido mantuvo varias reuniones, con lo agentes socioculturales del Valle el pasado 22 de octubre en Escucha –reunión a la que asistieron representantes del Parque Cultural del río Martín y de las asociaciones de guías–, y con los alcaldes de la cuenca y regantes entre finales de octubre y principios de noviembre.

El Parque Cultural del río Martín planteó varias propuestas a la CHE como el mantenimiento de un cauce ecológico, la realización de las depuradoras en pueblos como Alcaine y Obón que ven multiplicarse por 10 sus habitantes en época estival y en ciertas festividades y fines de semana, para lo cual necesitan ayuda económica, al igual que en Peñarroyas y el polígono industrial de las Cuencas Mineras. Del mismo modo se planteó la participación de la CHE en la red de senderos del Parque Cultural del río Martín que facilitan la comunicación senderista en el valle a través del curso del río. Por su parte los alcaldes del Parque Cultural también plantearon diferentes iniciativas de las que destacamos la mejora de calidad de las aguas, un buen mantenimiento de los embalses, un corredor verde en las choperas de Oliete, etc.

## **LA EXPLOTACIÓN MADERERA DE LAS CHOPERAS DE OLIE TE PODRÍA INICIARSE A MEDIADOS DE 2009. TAMBIÉN SE QUIERE ACONDICIONAR UN ESPACIO COMO PASEO O CORREDOR VERDE.**

En verano se mantuvieron varias reuniones, una de ellas en Oliete para tratar el tema de las choperas con la intención de recuperar la actividad de explotación maderera y destinar unos espacios cercanos a la localidad como paseo o corredor verde. En dicha reunión asistieron junto al alcalde de Oliete, técnicos del Parque Cultural y del Gobierno de Aragón convocados por la Asociación Chopo que también convocó a unos técnicos especialistas en recuperar este tipo de espacios naturales. Por otro lado parece ser que Ayuntamiento de Oliete y Comarca Andorra-Sierra de Arcos han iniciado gestiones para agilizar la puesta en marcha de la recuperación de la explotación maderera de las choperas y dicho paseo.

## **TALLERES DIDÁCTICOS SOBRE PINTURA Y CAZA PREHISTÓRICA EN EL CENTRO DE ARTE RUPESTRE “ANTONIO BELTRÁN” DEL PARQUE CULTURAL DEL RÍO MARTÍN.**

La primera semana de octubre se celebraron en el Centro de Arte Rupestre “Antonio Beltrán” del Parque Cultural del río Martín en Ariño una serie de actividades sobre la vida en la Prehistoria, con talleres de pintura, caza, útiles de piedra, etc. La financiación de estos talleres ha corrido a cargo de la Comarca Andorra-Sierra de Arcos dentro de un programa de dinamización de Museos y Centros de Interpretación.

Estos talleres fueron impartidos por José A. Munua, un experto en este tipo de actividades didácticas que imparte sus talleres en el Museo de Altamira, y que ya ha participado en varios cursos organizados desde el Parque Cultural del río Martín.

La actividad se completó con una visita guiada al Centro de interpretación de Arte Rupestre, donde el alumnado y los visitantes disfrutaron de un audiovisual sobre el arte rupestre y las formas de vida en la prehistoria y recorrieron las diferentes salas por las que se distribuyen calcos a escala real y fotografías de las pinturas rupestres del Parque Cultural.

## **EXMINEROS PREJUBILADOS DE ARIÑO ORGANIZAN UNA EXPOSICIÓN SOBRE LA MINERÍA EN EL ANTIGUO ECONOMATO DE ARIÑO.**

La Asociación de Mineros Prejubilados de Ariño, según información aparecida en prensa, está ultimando la reforma del antiguo economato minero de Ariño con el fin de habilitarlo como espacio expositivo de cara a crear un Museo Minero. Esta asociación cuenta con la colaboración de la empresa minera SAMCA.

En esta primera exposición se mostrarán diferentes materiales que se han ido recuperando de antiguas minas, así como documentos históricos sobre esta actividad en Ariño.

Según informó el Presidente de la Asociación Pedro Alcaine, también se está acondicionando un espacio exterior para exponer maquinaria relacionada con la minería y la imagen de Santa Bárbara.



Fotografía: J. C. Gordillo

*Tomillo en flor.*

En este número han colaborado:

