

se ponen a cocer
tan a medio
le pone un po
se tuerca un
to picado, y
ento molido (sta
ta y safran; y
ajoncico de pr
do esto vien va

Potaje

M.

Se ponen
errocico se la
con agua calient
garbanos; y
se le echa un
de pimiento.
y despues se
ajo un poquito
y despues se a
entonces, se agr
cidos los garban
van meneando
cocidos, que se

Po

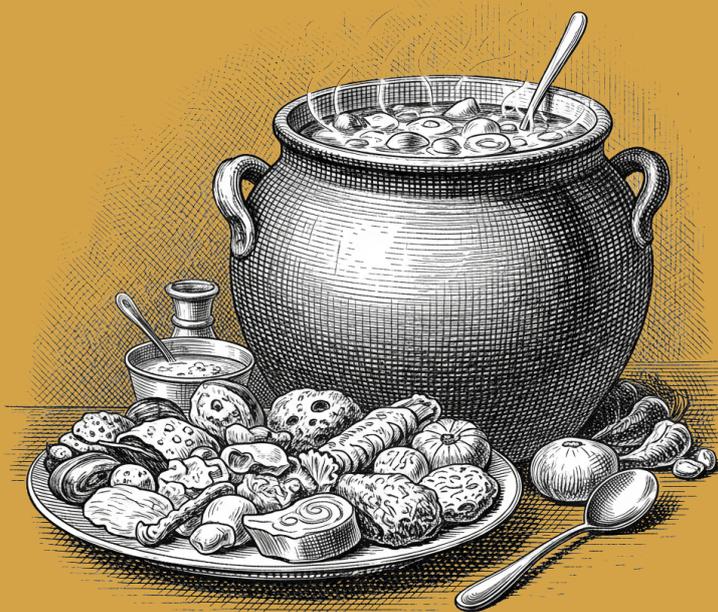
M.

Se ponen a
don un errocico
tan irviendo, se
un respirativo
y torino), y a
col, y se echa
echa, la col, la

LEGADO CULINARIO

EL RECETARIO DE ENCARNACIÓN RODRÍGUEZ

1890 (Berja, Almería)



Eva María Trescastro López
María Dolores Haro Gil
(EDS.)

edual



editorial
UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA

asi que es
ajos, y se
ratico de
ados y toma
poquito pim
claro pimen
cha un mi
de huevo, to

se don un
ten a poner
le ponen los
medio cocer
y un pedazo
a despues
quedicas de
co se le echa
y se le echa
no estan co
to perejil; se
asta que estan

ne asi que
y asi que es
me entonces
no de neso
l navo y la
un ratillo se
tes de echarla

LEGADO CULINARIO. EL RECETARIO DE ENCARNACIÓN RODRÍGUEZ
1890 (BERJA, ALMERÍA)

Diseño y maquetación: José M. Parra
COLECCIÓN: LIBROS ELECTRÓNICOS, Nº 193
Editorial Universidad de Almería 2025
www.ual.es/editorial
Telf/Fax: 950 015182



isbn: 978-84-1351-387-4



Esta obra se edita bajo una licencia Creative Commons
CC BY-NC-SA (Atribución-NoComercial-Compartirigual) 4.0 Internacional

Esta publicación es parte del proyecto “Legado minero y desarrollo territorial: un plan de transferencia para la puesta en valor de los recursos” PDC2022-133708-C31-C32 y C33, financiados por MCIN/AEI/10.13039/501100011033 y por la Unión Europea “NextGeneration EU”/PRTR



Colabora



Este libro puede volver al
índice pulsando el pie de la página

ÍNDICE

PRESENTACIÓN DEL RECETARIO	8
1. EL RECETARIO MANUSCRITO DE COCINA COMO GÉNERO LITERARIO: UN OBJETO HISTÓRICO AMBIGUO Y CONTROVERTIDO	10
Introducción: la difícil investigación de un objeto sin embargo habitual	10
Un libro de cocina impreso siempre tiene su origen en un recetario manuscrito	11
Historia de una literatura femenina	13
La invención de la familia burguesa como célula elemental de la nación	14
La cocina como espacio semipúblico en la casa burguesa	18
Mitología de la cocina de la abuela	20
Redes femeninas de construcción y transmisión de recetas	20
Conclusiones	22
Bibliografía	23
2. UN LIBRO DE RECETAS RECOPILOTARIO DE LA COCINA POPULAR DE LA SIERRA DE GÁDOR (ALMERÍA)	25
Una sierra con una minería muy relevante	25
Un libro de recetas escrito en un cuaderno de contabilidad de una mina	30
Fuentes y bibliografía	34
Fuentes	34
Bibliografía	34
RECETARIO	36
Acto 1. El Resplandor de los Cocidos	36
Cocido de carne, sin verdura	36
Cocido de verano	37
Cocido de gallina	37
Cocido de pata u oreja de cerdo	37
Cocido de hueso o magra	37
Cocido de callos	37
Cazuela de arroz con pollo	37
Cazuela de caracoles	38
Acto 2. Potajes y Pucheros	38
Potaje de habas	38
Potaje de acelgas	39
Potaje de col y nabos	39
Potaje de nabos solos	40
Potaje de lleras	40
Potaje de lentejas	40
Potaje de bacalao	41
Puchero con carne de conejo	41

Menestra de presules y de habas	41
Estofado de papas.....	42
Potaje de habichuelas o estofao de habichuelas	42
Ajo blanco de habichuelas	42
Habichuelas de otra manera.....	43
Potaje de garbanzos solos	43
Acto 3. Ensaladas, verduras y tortillas	43
Ensalada de lechuga	43
Ensalada de apio.....	43
Ensalada de escarola	43
Ensalada de acelgas	43
Ajoblanco.....	43
Alcachofas rellenas	44
Tomate, pimiento, cebolla y calabazas rellenas	44
Otra clase de relleno para calabaza, tomate, pimiento y patatas.....	44
Tortilla de perejil	45
Tortilla de calabaza	45
Tortilla de papas	45
Tortilla de pescada.....	45
Tortilla de bacalao	45
Tortilla de espárragos	45
Tortilla de mollejas	45
Tortilla de boquerones.....	45
Tortilla de relleno.....	45
Tortilla de berenjenas	45
Acto 4. Delicias del Mar	46
Salsa o guiso de pescado	46
Encebollados de bonito	46
Escabeche	46
Calamares rellenos.....	46
Otro guiso de pescada	46
Empanada de pescada	46
Otra clase de empanada de pescada	46
Pescada asada.....	47
Encebollado de bonito.....	47
Sobre usa de pescada frita.....	47
Guiso de pescada	48
Salmonetes	48
Calamares en almendrado	48
Guisadillo de calamares.....	49
Guisadillo de calamares de otra manera.....	49
Cazuela empanada.....	49
Empanada de pescado	50
Ajo pollo de calamares.....	50
Albóndigas de bacalao	50
Buñuelos de bacalao	50
Modo de arreglar el marisco	50

Acto 5. Chacinería y Carnes Variadas.....	50
Riñones con ajillo.....	50
Ajillo para riñones.....	51
Riñones con tomates y pimientos.....	51
Ropa vieja.....	51
Conejo con ajillo.....	51
Conejo con tomate.....	51
Pollo con ajillo.....	51
Pollo con tomate.....	51
Ajo pollo de papas.....	51
Cazuela de pollo como si fuera estofado.....	51
Pollo a lo marengo.....	52
Carne en salsa.....	52
Para guardar la carne de vaca.....	52
Guiso de carne.....	52
Otro guiso de carne.....	52
Guiso de carne de vaca.....	52
Carne del cocido arreglada.....	52
Pierna de carnero a la venason.....	52
Pechuga mechada.....	53
Pechuga asada.....	53
Gallina en dulce.....	53
El asado de pollo de gallina.....	54
Asado de carne.....	54
Guisadillo de carne.....	54
Estofado de carne, rico.....	54
Chuletas de cerdo.....	54
Empanadillas.....	54
Perdices en estofado.....	54
Perdices estofadas.....	55
Quijadas arregladas.....	55
Carne mechada.....	55
Guiso de carne mechada.....	55
Estofado, para lengua de cerdo o carne.....	55
Asado de una manera para carne.....	55
Carne en principio.....	56
Puergut.....	56
Carne rellena.....	56
Otro guiso de carne.....	57
Bistec.....	57
Croquetas de pechuga.....	57
Croquetas de sesos.....	57
Croquetas de jamón.....	57
Emparedaos.....	58
Jamon cocido en vino, de otra manera.....	58
Modo de hacer la morcilla.....	58
Modo de hacer la longaniza.....	58
Longaniza de otra manera.....	58
Longaniza muy rica.....	59

Modo de hacer los chorizos	59
Lomo en adobo	59
Lomo en adobo (de otra manera)	59
Lomo machacado	59
Lomo con pimienta	59
Lomo guardados enteros	59
Para guardar los lomos hasta el verano	60
Otra clase de guardar los lomos y longanizas	60
Otra clase de embutidos	60
Las mantecas	60
Chorizos muy ricos	60
Otra clase de chorizo	60
Otra clase de morcilla	61
Salsa para las albóndigas	61
Modo de arreglar los sesos	61
Modo De Arreglar La Asadura	61
Acto 6. Dulces	61
Cabellos de ángel	61
Cuajada de almendra	61
Croquetas de chocolate	62
Croquetas de crema	62
Borrachillos	62
Bizcochada	62
Pestiños madrileños	63
Empanada de dulce	63
Natillas	63
Crema	63
Flan de leche	63
Polvo de batata	63
Polvo de batata con almendra	63
Polvo de batata para guardarlo	63
Polvo de limón y almendra	64
Huevo mol.	64
Piñonate	64
Roscas de agua	64
Pan dormido	65
Huevos rellenos	65
Huevos a la nieve	65
Batatas enteras para guardarlas	66
Batatas en dulce	66
Batatas en almíbar	66
Bizcochos	66
Natillas duras	66
Mermelada de tomates	66
Almíbar de naranjas	66
Gelatina de naranjas	67
Flan de leche con almendras	67
Pestiños	68

Buñuelos de viento	68
Carne de membrillo	68
Suspiros de monja	68
Magdalenas.....	69
Roscas del consejo.....	69
Pastelón	69
Conclusión del pastelón	69
GLOSARIO DE TÉRMINOS CULINARIOS	70

VIDEOS DE RECETAS

- Cocido de carne, sin verdura: <https://youtu.be/D4BZczW0380>
- Potaje de col y nabos: <https://youtu.be/rIuZGPe7qOc>
- Potaje de lleras: <https://youtu.be/R8Hss9X8US0>
- Menestra de presules y habas: <https://youtu.be/lv6XYnIJIQk>
- Salmonetes: <https://youtu.be/4Nnc-VX0DXc>
- Guisadillo de calamares: <https://youtu.be/DXJwExiggy8>
- Gallina en dulce: <https://youtu.be/ha29dOOpbks>
- Puergut: <https://youtu.be/o9JieexOXhI>
- Piñonate: <https://youtu.be/-j9fwRHLAGU>
- Huevos rellenos: <https://youtu.be/aJ0ASf3-HJc>

PRESENTACIÓN DEL RECETARIO

La tradición gastronómica, más que un arte de la transformación de alimentos, constituye una expresión viva de la cultura y la historia de un pueblo. Enmarcado dentro del proyecto «Legado minero y desarrollo territorial: un plan de transferencia para la puesta en valor de los recursos» (PDC2022-133708-C31, C31 y C33), financiado por MCIN/AEI/10.13039/501100011033 y por la Unión Europea «NextGenerationEU»/PRTR», este estudio no solo busca recuperar un conjunto de recetas olvidadas, sino que también intenta entender los componentes socioculturales y económicos que envolvían a sus habitantes en aquel entonces. Las recetas seleccionadas no son meras instrucciones culinarias; son relatos que contienen información sobre los ingredientes locales disponibles, las técnicas de cocina de la época y las tradiciones que han dado forma a la identidad de la región.

La recopilación de las recetas tradicionales para este estudio proviene de un recetario perteneciente a Encarnación Rodríguez, cuya familia lo facilitó para la edición y divulgación. Se presume que la conservación y transcripción de estos recetarios eran un privilegio de las clases económicas más acomodadas en la época en que fueron creados. Dada la limitada accesibilidad a la educación y la alfabetización en aquel entonces, solo aquellos con mayores niveles educativos y habilidades de lectura y escritura podían permitirse mantener y transcribir estos valiosos documentos.

La primera transcripción del recetario original se ha obtenido utilizando la función de dictado de voz de Office. Una vez conseguido el documento digital, se ha procedido a una cuidadosa edición de cada receta. Durante la fase de edición, se han corregido errores de coherencia, puntuación y ortografía, así como muletillas y expresiones propias de la época o del lenguaje coloquial. Se presume que estas particularidades lingüísticas pueden deberse a la práctica común en la época de dictar las recetas a un escribano o asistente que las transcribía literalmente, o también debido a la legibilidad reducida del manuscrito original. Todas las modificaciones que se han realizado se han hecho con la intención de preservar al máximo la autenticidad de la obra, manteniendo la esencia y el estilo del texto original. Por ejemplo, se han conservado algunos coloquialismos lingüísticos de la época y los nombres tradicionales de los instrumentos culinarios, incluso cuando han evolucionado o adquirido nuevos nombres en la actualidad. Además, nos gustaría aclarar que la redacción de las recetas difiere de unas a otras, probablemente por la habilidad de quién las transcribía (se ha detectado que no siempre era la letra de la misma persona). Así mismo, aunque el recetario comienza en 1890, se van incorporando recetas nuevas con el paso de los años, por lo que probablemente algunas están copiadas de algún recetario impreso (proveniente de algún periódico, ya que llegan a aparecer recortes de prensa con recetas) y por ese motivo suponemos que están escritas de una forma más ordenada. Esto se aprecia especialmente en el caso de las recetas dulces o postres que se encuentran al final de la obra.

Además de la edición textual, se han agrupado y organizado las recetas para mejorar su comprensión y accesibilidad, con el fin de otorgarles un toque de dinamismo y creatividad inspirado en la riqueza gastronómica y minera de la zona de Berja. El recetario se divide en 6 actos, según el ingrediente principal de las recetas o método de cocción que tengan en común los platos, pero intentando mantener al máximo el orden original del recetario, ya que en algunas ocasiones se indica que el procedimiento es igual al inmediatamente anterior. De este modo, encontramos

un total de 163 recetas, divididas de la siguiente manera: Acto 1. El resplandor de cocidos y cazuelas (8 recetas); Acto 2. Potajes y pucheros (14 recetas); Acto 3. Ensaladas, verduras y tortillas (18 recetas); Acto 4. Delicias del mar (21 recetas); Acto 5. Chacinería y carnes variadas (64 recetas) y el Acto 6. Los dulces (38 recetas). Asimismo, se han seleccionado algunas palabras específicas del recetario y se ha elaborado un Glosario que ayude a los lectores a comprender términos o expresiones que pudieran resultar confusos.

Este recetario, aunque en apariencia un simple compendio de recetas, es en realidad un testimonio expresivo de la vida en la cuenca minera de Berja en el siglo XIX. Cada página está impregnada de cultura, originalidad, tradiciones culinarias y secretos transmitidos de generación en generación. A través de sus recetas, se puede llegar a vislumbrar la vida en una época pasada, donde de pocos ingredientes se obtenía infinidad de elaboraciones culinarias.

La adaptación de las recetas es un proceso delicado que requiere un profundo conocimiento de los ingredientes, las técnicas de cocina y las preferencias gastronómicas contemporáneas. El objetivo no es simplemente replicar las recetas del pasado, sino reinterpretarlas para que sigan siendo relevantes y provechosas en el mundo moderno. Esto implica hacer ajustes en las cantidades, sustituir ingredientes difíciles de encontrar por alternativas más accesibles y en algunos casos, innovar para dar un toque contemporáneo a platos clásicos. En esta obra además, se ha procedido a cocinar algunas de las recetas, cuyo resultado final se puede visualizar en las páginas de este libro (aunque el manuscrito original no se indicaba para cuántos comensales se estaba cocinando).

En un contexto como el actual de cambio y adaptabilidad, la preservación de las recetas se convierte en un puente entre pasado y presente, un esfuerzo por mantener viva la cultura culinaria en un mundo que evoluciona constantemente. Este trabajo no solo busca rescatar platos olvidados, sino también explorar cómo la gastronomía local puede convertirse en una herramienta para el desarrollo territorial, utilizando la historia minera y agrícola de la región para enriquecer su futuro turístico y cultural.

En resumen, este proyecto es mucho más que una simple recopilación de recetas; es un viaje hacia el corazón de la cocina de Berja, donde pasado y presente se entrelazan en un festín.

Eva María Trescastro López
M^a Dolores Haro Gil (Editoras)
y Sharon Stefy Linares Linares

EL RECETARIO MANUSCRITO DE COCINA COMO GÉNERO LITERARIO: UN OBJETO HISTÓRICO AMBIGUO Y CONTROVERTIDO

José María Perceval

Introducción: la difícil investigación de un objeto sin embargo habitual

Es fácil describir lo que es un recetario manuscrito de cocina, es más complicado definir cómo se construía, utilizaba y qué se pretendía con su realización. Desde un punto de vista de la autoría pertenece a ese tipo de obras colectivas difíciles de calificar. Alguien redacta y ensambla textos, pero siempre en nombre de una tradición que le supera. El menosprecio sobre esta literatura femenina por parte de la academia masculina ha tenido una paradójica continuidad en cierta historiografía sobre la actividad laboral femenina más preocupada en el trabajo exterior que en el propio de la reclusión doméstica, en el escrito reivindicativo que en un compendio textual que parece ser reflejo de un espíritu de sumisión a las reglas imperantes del patriarcado.

A esto se une una cierta pereza intelectual de enfrentarse a objetos evanescentes relacionados con la cultura oral y la transmisión familiar. Es mucho más cómodo trabajar con el documento impreso. Señala Philippe Meyzie (2010) que, mientras los historiadores de la alimentación, siguiendo el libro clásico de Jean-Louis Flandrin (1991), se han centrado en el estudio de las recetas contenidas en los libros de cocina impresos entre mediados y finales del XIX, por el contrario, se han interesado poco por las recetas manuscritas siendo, sin embargo, el material más abundante.

La razón estriba en que, mientras los textos impresos se encuentran ordenados y catalogados, o pueden serlo con mucha más facilidad, las recetas manuscritas se encuentran dispersas en múltiples archivos familiares y provinciales que requieren una paciente investigación casi sherlockholmesiana. Madeleine Ferrieres (2007) indica que la preparación de los alimentos en la vida cotidiana, lo que ella llama «historia de los alimentos banales», siguiendo a Daniel Roche (1997), es todavía un sujeto historiográfico a desarrollar que daría múltiples sorpresas y disiparía bastantes prejuicios si fuera tratado con la debida atención.

¿Habría que proclamar que la impresión de una receta manuscrita mata su autenticidad? Cuando una receta pasa a ser incluida en una lista que será impresa sufre una serie de transformaciones en esa traslación que la modifican fundamentalmente. Se pierde la espontaneidad de la nota manuscrita. Cambia el lenguaje, la familiaridad, la llaneza de las expresiones y hasta la ingenuidad que nos desvela inocentemente un detalle íntimo de la vida de la autora. ¡Cuántas recetas no señalan la ocasión para la que fueron realizadas o la esperanza de agradar que se pretendía con su realización! Los recetarios son, por tanto, una herramienta fundamental que permite atisbar esos momentos cotidianos, plenos de actividades tan ordinarias como rituales, que organizaban las unidades domésticas (Denoël, 2023).

La mesa es una metáfora de la comunicación de una sociedad (Boutaud, 2004) el lugar donde se reflejan más claramente los cambios que se han sucedido. Como señala Marjorie De Vault

(1991): «Las tareas domésticas, a menudo trivializadas o simplemente pasadas por alto en el discurso público, contribuyen de manera compleja y esencial a la forma que asumen su realidad las familias y las sociedades». Es necesario, por tanto, invertir el modo de estudiar la cocina para captar el punto de vista y las implicaciones que significa «alimentar a la familia», entrar en la perspectiva práctica de quienes realizan ese trabajo que debe contar siempre con las posibilidades y recursos de que dispone la unidad familiar.

Los padres fundadores de las ciencias sociales reconocieron la comensalidad como una cuestión importante, pero la consideraron principalmente en un contexto religioso, sacrificial y ritualista (Fischler, 2011). La cocina del recetario manuscrito también es ritual, en el sentido de actos que se realizan de forma continuada y consensuada socialmente, que se repiten de tal manera que están en cierto modo sacralizados, pero estos rituales son los que crean y diseñan un imaginario familiar (Gillis, 2002). A través de estas actividades cotidianas, fundamentalmente realizadas por mujeres, se crea una versión de la familia que homogeneiza sus miembros. El discurso familiar, vinculado al capital cultural, crea credenciales y competencia (capital familiar) en un tipo particular de familia y también un conjunto de disposiciones que determinan a los miembros de la familia a actuar de manera consistente con los estándares normativos de la sociedad a la que pertenecen (Goodsell, 2011). Comiendo se aprende a vivir en sociedad.

«La mesa es un pequeño teatro de la familia, un ritual de roles y de ceremonias con protocolos establecidos como el hecho tan habitual y casi obligado de contar lo sucedido en el día. Cuando se llama a la mesa, se interrumpen las actividades personales y comienza una actividad comunitaria que exige un equilibrio entre la unión y la necesidad de marcar las distancias. La fusión empática que acerca a los comensales se enfrenta a la necesidad de significarse. Lo que pasa en torno a la mesa revela como funciona una familia y cómo funciona una sociedad», (Kaufmann, 2005)

Un libro de cocina impreso siempre tiene su origen en un recetario manuscrito

Desde el momento en que nuestra especie se separa de los primates al manejar el fuego y obtener un alimento más adecuado mediante su cocción, fundando la cultura humana (Faustino Córdoba, 1979), comenzó la necesidad de aprender y de transmitir una serie de instrucciones adecuadas a cada caso y una relación social con cada alimento consumido. La oralidad fue el medio de comunicación milenario, y continúa siéndolo, para la transmisión a través de generaciones de formas determinadas de obtención, manipulación y tratamiento de los alimentos. Pronto se introdujeron otros elementos como la conservación, la salazón, la presencia de especias, la mezcla de alimentos diversos en un solo plato... hasta formar una complejidad culinaria que se encuentra en todas las civilizaciones. La receta estaba inventada.

La cocina reflejaba la sociedad, sus cultivos locales tanto como su comercio, las estaciones del año o las progresivas diferencias de clase que se establecían progresivamente. La cocina fue una de las primeras marcas de la distinción y la separación social. Las elites consumían más y despilfarraban mientras la mayoría de la población se atenía a una dieta regular y monótona. En las sociedades urbanas y comerciales encontramos cada vez más variedad y complejidad en el recetario. Y con la llegada de la escritura constatamos esta nueva realidad.

El estudio de los textos escritos permite la recogida de datos en cuanto a productos y componentes de la alimentación, objetos y útiles de cocina, mobiliario que ocupaba la estancia destinada a la elaboración de los alimentos. La arqueología ayuda a distinguir la distribución de los hogares en que la cocina, la despensa y el comedor ocupan espacios diferentes en el caso de las elites ciudadanas y rurales. Sin embargo, tenemos muy pocos datos de recetas concretas debido

a que en este campo es prácticamente mayoritaria la comunicación oral, sin afectar a lo público excepto en las prohibiciones de determinados productos o ingredientes por razones religiosas o médicas.

En las sociedades imperiales, la corte recoge todos los saberes de las provincias sometidas al control central, lo que provoca una fusión de saberes culinarios que se transforman en nuevas recetas sofisticadas en busca de la distinción, la ostentación del buen gusto. Aquí si que resulta necesario la compilación de recetas manuscritas para uso interno de los cocineros y cocineras imperiales. Aparece la idea de creación culinaria que debe exponerse en las fiestas y celebraciones.

En las primeras monarquías europeas tardomedievales encontramos una relación de la corte con la cocina de los conventos que recoge las tradiciones locales y se convierte en una cadena de transmisión, adaptando recetas, y utilizando, previsoramente productos de cercanía que llegaban a los depósitos del monasterio por los impuestos en especies o, también, eran cultivados en los huertos con objetivos medicinales. Esta cocina de conventos tuvo una producción manuscrita, la mayoría perdida, aunque algunas de sus producciones quedaron reflejadas en productos impresos. Un recetario del convento de San Pedro de Alcántara terminará inspirando la cocina francesa del siglo XIX a través de su hurto por el mariscal Junot y la transcripción de sus recetas por su esposa, la duquesa de Abrantes. Auguste Escoffier, autor de *le Guide Culinaire* (1903) dirá que fue el mejor robo que se practicó en la guerra napoleónica.

La copia y la imitación es una muestra del éxito de estas recetas donde conventos, cortes y casas principescas compiten en sus fiestas barrocas. La Europa aristocrática quiere significarse a través de las cocinas y las recetas se copian y se roban de un país al otro. También comienza un fenómeno de aculturación desde este centro de la monarquía a las casas burguesas que desean imitar el estilo y el sabor de estas cortes. La influencia cortesana realiza una domesticación culinaria de la nobleza y por transmisión oral de las capas altas de la burguesía donde es fundamental el nuevo papel de la imprenta, la domesticación de una nobleza feudal que cambia el concepto de familia con valores diferentes a los del linaje, cercanos al nuevo amor paternal de la burguesía y a una sensualidad más cotidiana (Aries, 1973). La llegada de la imprenta va a favorecer esta transmisión que ahora cuenta con una reproducción de lo escrito más accesible que las copias manuscritas anteriores. Los cocineros cortesanos comienzan a ser conocidos a través de la imprenta y seguidos por los y las cocineras de las casas nobiliarias y de los principales burgueses.

En la corte de los Habsburgo destacan una serie de autores o compiladores comenzando por Diego Granado Maldonado que recopila en su *Libro del Arte de Cocina* (1599) toda una larga tradición de diversos autores anteriores como Ruperto de Nola. Es un momento importante donde se realizan dos cambios: la cocina aristocrática se masculiniza, fenómeno común a todas las cortes europeas, al considerarse un trabajo de prestigio que comienza a ser bien remunerado. Asimismo, como en otros campos creativos, pretende diferenciarse de la artesanía, la cocina vulgar de la fonda, titulando a los libros de recetas como *arte de la cocina*. Más práctico, y pleno de consejos, debido a su trabajo en un colegio mayor de estudiantes, Hernández Maceras en su *Libro del arte de cocina* (1607) recoge recetas populares, que tienen en cuenta la cocina estacional, los productos de proximidad y las diferencias de calidad de carnes y pescados, teniendo en cuenta la importancia que significaba la cuaresma (Pérez Samper, 1998). En el culmen del estilo gastronómico cortesano se encuentra el libro que marcará con su impronta el siglo siguiente, la obra de Francisco Martínez Montañón, *Arte de Cocina, Pastelería y Conservería* (1611). Estos documentos también reflejan la entrada progresiva de los productos americanos y el abandono de la tradición árabe que tiene, sin embargo, una continuidad atestiguada en las recetas popula-

res, femeninas, y en ciertas maneras de cocinar como es el caso de la Olla podrida. Comienza a establecerse una separación entre la cocina cortesana y la popular según señala Bartolome Joly, en su viaje (1603-1604).

Historia de una literatura femenina

Hasta el siglo XIX, las recetas que aparecen en el XVIII se encuentran dispersas, mantienen en su facturación una ordenación que hereda el estilo directo de la prosa del arte de la correspondencia femenina pero que va adquiriendo características analíticas más propias de la enciclopedia ilustrada: es decir, clasificación, ordenación, jerarquización de los elementos, distribución de tiempos y espacios. Y un lenguaje que abandona lo coloquial o el modelo familiar de la correspondencia para adoptar formas más regladas y frases gramaticalmente correctas encajando con la nueva sensibilidad alimentaria mucho más comercial (Aron, 1967; Aymard, 2017).

Nos encontramos con dos caminos que confluyen: de un lado, las recetas aisladas que son enviadas o compartidas con un sentido práctico y, por otra parte, una literatura familiar de consejos femeninos internos a la misma que mezclan las recomendaciones personales, religiosas, morales, de conveniencia, de organización de la casa y del menaje, junto a la realización de platos adecuados a las posibilidades de cada época del año.

La traslación de lo oral a lo escrito depende de la alfabetización de la población y se extiende al mismo tiempo que esta capacidad de leer. El mundo católico, por tanto, tiene una rémora importante frente a los países de la reforma protestante mucho más avanzados en este aspecto. Francia es la excepción intermedia entre estas dos Europas por contar con una población femenina católica más alfabetizada, gracias a las nuevas órdenes religiosas educadoras de la elite, pero también por una extensión cortesana del gusto como distinción que afecta a la organización del hogar y la cocina. Este fenómeno la convierte en excepcional, y verdaderamente impulsora de la gastronomía, si tenemos en cuenta que el mundo nórdico de la reforma evangélica es bastante reacio a estos placeres corporales pecaminosos, en mayor medida que el sur de Europa. Así que tenemos dos remoras contra la literatura femenina en forma de recetario: la necesidad de una sociedad femenina medianamente alfabetizada y la acusación posible del pecado de gula. Un problema añadido para la investigación es el carácter efímero en principio de esta literatura y su fragilidad, productos realizados en una hoja suelta que pasa de mano en mano o es destruida tras haber cumplido su función. Más que una investigación arqueológica es casi policial la búsqueda de las muestras. ¿Dónde se encuentran en principio estos recuerdos de una tradición de recetas que haya sido manuscrita?

Al tratarse la mayoría de las veces de una transmisión familiar, son los papeles conservados por un determinado linaje, entre otros muchos, los que muestran a veces la presencia de una receta determinada. Se encuentran entre la correspondencia comercial, inventario de bienes, cuentas de compras en el mercado, cartas conservadas por su valor sentimental. Los archivistas del siglo XIX las incluyeron con ese ambiguo término de «papeles diversos» ya que para ellos no tenían un exacto interés. Las investigadoras actuales, como señala Michelle Perrot (1993), cuentan con la emoción del descubrimiento en cada uno de estos casos, «es como oír una voz desconocida que nos habla desde un rincón iluminando un apartado cotidiano inédito». A veces, y eso las ha salvado, se encuentran unidas a remedios de tipo médico junto a tisanas, infusiones, cocimientos y otro tipo de pociones corporales; en otros casos, están unidos a consejos domésticos que resultan muy interesantes por las reflexiones morales o prácticas que los acompañan. Otras, se encuentran dentro de los álbumes de recortes varios, verdaderos objetos de la memoria cultural de una familia como señala Tamar Katriel (1991) o Liann Seiter (2011). Poco a poco,

estas recetas son agrupadas en un cuaderno o una recopilación de diferentes hojas dispersas que, paso fundamental, son encuadradas en formas diversas o introducidas en un cuaderno. Es el paso al objeto autónomo que definirá el recetario como un género independiente, una memoria que reúne los objetos del pasado con el recuerdo de los sentidos (Seremetakis, 1993; Sutton, 2010; Shore, Kauko, 2017). Pero, se trata de un libro ciertamente particular, un libro de uso, un libro apreciado por su utilidad, pero no cuidado como el libro de lujo. Todos estos documentos llevan marcas que muestran la utilización continua, la disposición sobre el lugar de trabajo, en muchos casos manchas, marcas o dobleces si se trataba de una página del recetario a la que había que acudir con frecuencia. Las encuadraciones cuando las hay, están gastadas y muchas veces recompuestas artesanalmente.

La edición de libros de cocina es importante en Francia, donde Alain Girard (1977) ha repertoriado entre 1650-1789 más de doscientas ediciones. La presencia de estos libros, y el estado ruinoso en que se encuentran muchos de ellos por su extensa utilización, muestran su éxito. Es importante que, a pesar de la presencia mayoritaria en la corte de los cocineros varones, el libro de éxito se llame la *cuisinière bourgeoise* (1746) que realiza una traducción de la cultura cortesana y la adapta al gusto, prácticas y posibilidades de la casa burguesa. La cocina cambia tanto como la estructura de la familia europea en el siglo de las luces, la cocina refleja la revolución (Goody 1983, 2001).

La invención de la familia burguesa como célula elemental de la nación

Nos encontramos en la confluencia de dos fenómenos aparentemente disímiles pero que van a dar nacimiento a la institucionalización del recetario femenino y a otorgarle una importancia fundamental en la constitución de la nueva familia burguesa como pieza clave en la construcción nacional. Es lo que se planteó Mary Douglas (1972) en su artículo «descifrando una comida»: si las recetas eran parte de un código de la mesa, éste resultaba el nudo que entrelazaba cotidianamente los patrones de conducta familiar, mostrando, a través la construcción de un cosmos culinario, fronteras y límites en los comportamientos de todos los miembros sentados a la mesa o excluidos de ella. Para comprender el funcionamiento interno de la célula familiar burguesa una de las claves era el propio recetario que ahora se articulaba para dar orden y sentido a la función del ama de casa. Es la época de «la familia triunfante» en la expresión de Michelle Perrot (1991, 99-197).

La burguesía había conseguido el poder político y reclamaba determinar también el «buen gusto» en las artes, las letras y la cocina, antes reservados a la aristocracia. La gran cocina cortesana que durante tres siglos había moldeado la sociabilidad en la mesa de la corte principesca y los salones ciudadanos parisinos, había sufrido un corte radical con la revolución francesa que dejó sin trabajo a los grandes cocineros, masculinos en su mayoría, que dirigían estos fogones. La necesidad les obligó a abrir locales comerciales accesibles mediante un menú de pago. Se trataba de restaurantes muy diferentes a los antiguos hostales ciudadanos, se ejerció una extensión aculturadora de la antigua cocina principesca a las nuevas clases sociales burguesas. Este paso se ve claramente expuesto en la pequeña novela de Karen Blixen, «el festín de Babette» llevado igualmente a la gran pantalla (Gabriel Axe, 1987) donde una cocinera de la aristocracia termina en una pequeña secta puritana danesa.

En estos nuevos restaurantes, aunque el componente humano de las cocinas alterne los dos géneros en diferentes funciones, la mujer queda relegada progresivamente mientras la escala de ascenso dentro del restaurante es exclusivamente masculina. La antigua moza de cocina que aparecía en las coplas del arcipreste de Hita, se convierte en ayudante: cocedera, marmitona, fre-

gatriz, guisandera¹, bodegonera en tantos relatos románticos... Su presencia es pintoresca para el viajero porque en Europa ha desaparecido o se ha convertido en una sombra que atraviesa el salón sin pronunciar palabra. El contacto con el usuario es varonil y jerarquizado.

En Francia, el consulado y el imperio retoman esta cocina de origen aristocrático adaptándola a una nueva sociabilidad burguesa que es reglamentada por el código napoleónico de 1804. En este nuevo orden, lo público y lo privado se separan de forma estricta, reservando el espacio del hogar a la familia ahora considerada una unidad legal cuyo representante oficial es el padre. Es precisamente esta nueva organización de la familia centrada absolutamente en el concepto de propiedad y circulación capitalista la que determina una estructura de poder en que la mujer pierde absolutamente sus derechos dentro de la unidad familiar, siendo una persona continuamente tutorizada y sin firma propia.

Se inventa una ideología de la familia correspondiente a este núcleo burgués, y un centro para organizarlo será la cocina (Muxel, 2007). La constitución de la nación francesa, después de las sucesivas revoluciones, irá ligada igualmente a la cocina que se convierte en cocina nacional en el siglo XIX, parte de ese espíritu que anima al pueblo de una nación a ser una unidad de destino. La gastronomía es parte de la identidad nacional y como parte de la invención nacional transmuta las comidas populares en nuevas recetas que refinan los elementos originales presentándolos como *auténticos*, lo que ha demostrado Madeleine Ferrières en *Nourritures canailles* (2007).

El fenómeno provocado por la revolución francesa se extiende en el marco europeo y, por extensión, en todo proceso nacional posterior. Sarah Bak-Geller (2013) nos indica la conexión entre la nación y la cocina en México, en su artículo «Narrativas deleitosas de la nación»: «La temprana implementación de un canon culinario nacional en México (1831) es más significativa si se considera que las nociones de «México» y «mexicano» eran empleadas de manera poco habitual en los discursos políticos de aquellos años —la primera *Constitución Federal de los Estados Unidos Mexicanos*, documento fundador de la idea de Estado-nación moderno, había sido decretada en 1824, apenas siete años antes de la publicación de los primeros recetarios mexicanos». Arjun Appadurai señala el mismo fenómeno para la India respecto del colonizador inglés (Appadurai, 1988).

La conexión inédita de gastronomía y sentimiento nacional provoca una verdadera convulsión culinaria en la que los medios de comunicación de masas nacientes y los restaurantes compiten, acompañados de los críticos gastronómicos y los autores de recetarios impresos. El fenómeno se completa con los libros turísticos y los que se extienden con las redes ferroviarias, que simplifican y uniformizan concentrando la atención en ciertos platos. Se inventan platos típicos y productos como el camembert, la pizza, la paella... Se produce la visibilidad de ciertos platos y la invisibilidad de otros en las guías y recomendaciones.

La búsqueda de la supuesta autenticidad hace que se eliminen o disimulen los orígenes de los platos, se obvie algo tan evidente como la constante fusión que se realiza en ellos, la hibridación y mestizaje. La invención de platos supuestamente auténticos y nacionales o la focalización en ciertos platos, provoca competencia y concursos. El proceso de uniformización es tan completo y asimilado por las mentes de los ciudadanos que comienzan a destacar «puristas» de la cocina que se alzan contra todo tipo de innovación, aunque las recetas en que se basen no tengan más de un siglo. Cualquier crítica o investigación sobre este nacionalismo culinario es recibida con

1 Este término ha sido recogido por el club de guisanderas de Asturias que ha reunido recetas tradicionales y de recetarios en su obra de 2020.

hostilidad. El caso reciente del historiador italiano Alberto Grandi (2023) al investigar la invención ciertamente reciente de platos supuestamente ancestrales como la pizza, el panetone, el queso parmesano o la carbonara. Su libro ha provocado incluso una intervención del gobierno de Giorgia Meloni y una campaña de odio en las redes.

El mundo que comienza a globalizarse realiza fusiones culinarias en los diversos centros de comercio, las zonas colonizadas o donde se practican actividades extractivas mineras.

La complejidad culinaria de un mundo minero y portuario como Almería lo muestra con comerciantes, propietarios y obreros procedentes de muchos lugares distintos. La cocina debe reflejar esta complejidad internacional donde cada familia cuenta con una tradición previa y se encuentra con una realidad concreta. Es el mismo caso de la colonia cubana española en el siglo XIX donde se produce el encuentro de dos cocinas absolutamente diferentes, la local y la del migrante, reflejadas en el libro del cocinero barcelonés Cabrisas, *Nuevo Manual de La cocinera catalana y cubana* (Perceval, 1995)

En los lugares donde se concentra la revolución industrial, en los puertos y centros comerciales, las familias que se van integrando en la provincia traen costumbres culinarias diversas, adaptan platos que luego se convertirán en platos propios que se presentan finalmente como *auténticos*.

Con el romanticismo, la cocina tradicional se convierte en un culto culinario del pasado al que se añade un interés por acoplar los productos naturales del entorno que aumentará a mediados de siglo con el movimiento naturalista. El aprovechamiento de los productos de cercanía provoca la distinción al utilizar otros de lejanía en las fiestas conviviales de las elites. Se produce un fenómeno nuevo y es la competencia del hogar de las clases medias y su cocina femenina con los restaurantes públicos, destinados a un público varonil dedicado a los negocios o a la fiesta erótica del café cantante. La familia resiste y, solo en contadas ocasiones, pro causa de fiestas de rito de paso, casamientos o bautizos, se alquila progresivamente un local público.

En estos restaurantes se está dando el paso en España de la venta o la posada, de triste fama culinaria, a la fonda. El término fonda se generaliza a comienzos del XIX, lugar donde se dispone alojamiento y comida para los viajeros pero que se convierte igualmente en un lugar de encuentro para los negocios. El café público amplía sus funciones e incluye un menú diario. En las grandes ciudades de la revolución industrial comienzan a destacar determinados cocineros, varones, algunos de los cuales reflejarán su experiencia en libros impresos que serán recopiados en los recetarios. La aparición de las cadenas de hoteles para los turistas será un lugar asimismo de aculturación con fuerte influencia de las modas parisinas.

Se produce un fenómeno contradictorio en la cocina pública española: la aparición de los turistas reprime una larga tradición local, adaptando los platos a estos gustos que no resisten la presencia del fuerte aceite de oliva, la cebolla y, sobre todo, el ajo. La protesta de los viajeros sobre la incomodidad de las hospederías se suma a las frases aterradoras sobre esa terrible cocina y sus olores creando una verdadera leyenda negra sobre la cocina española popular. Ventas, posadas, mesones o los figones que ofrecían alimentos preparados en las ciudades y que tenían una tradición desde las villas romanas –como se ven en las excavaciones de Pompeya– eran pintorescos pero criticados por lo que ofrecían en los libros de viajes del XIX. sobre todo ingleses.

En la versión impresa de estas recetas Francia, a diferencia de otros países europeos como Inglaterra o los países germánicos, cuenta con libros mayoritariamente redactados por hombres que regentan determinados locales de lujo o prestigio, o mujeres que se refugian en un seudónimo, costumbre que continuará hasta finales del siglo XIX con la multiplicación de obras

dedicadas a la cocina familiar (*Hache-Bissette*, 2015). Contrasta el paternalismo de las obras realizadas por varones con el sentido práctico y el conocimiento interno de la casa que muestran los escritos por mujeres, aun ocultadas con un seudónimo.

El siglo XIX sufre en toda Europa una fuerte aculturación francesa, debido al conocimiento general de la lengua francesa por las elites del continente. Como indica Néstor Luján (2003), muchos de los libros españoles son meras traducciones sin ninguna aportación propia ni adaptación a costumbres y productos locales, lo que incluye indicaciones sobre productos y materiales imposibles de adquirir en el mercado. La europeización del país tiene como muestra los nombres de los restaurantes como se muestra en la inauguración en Madrid del restaurante Lhardy en 1839, el primero que presenta un menú a precio cerrado o el Grand Restaurant de France en Barcelona (1861). Los restaurantes siguen asimismo la extensión de las vías de ferrocarril y la aparición de los nuevos cafés y hoteles en provincias.

Ante estos cambios del siglo XIX, la mujer burguesa debe adaptarse y recoger en casa, moderadamente, estas diferentes modas. Precisamente, se le reserva en esta concepción un papel fundamental en la economía familiar como organizadora del hogar. Se está realizando una transformación de «la educación de adorno», propia de la aristocracia, a «la utilidad doméstica» que necesita de una mujer educada y alfabetizada, conocedora de rudimentos de matemáticas y cálculo, que sepa ordenar adecuadamente la casa y sus habitantes. Esto se reflejará en la escuela que educa para el hogar, que modela la futura *señora de la casa*, como señala Pilar Ballarín estudiando el caso español (1993, 598-611). Y, por tanto, encuentra un lugar de resiliencia en la cocina en que el varón comienza a no entrar y en que la mujer burguesa es la voz cantante. Ahora, las reglas de orden de ese espacio femenino, la administración y el control del servicio doméstico, la reglamentación de la despensa y de la sucesión semanal de las comidas se convierten en una necesidad.

En los países anglosajones, incluidas las colonias americanas independizadas, el papel de la mujer en el hogar, ha contado con una mujer con una mayor alfabetización, y con mayor presencia en el negocio familiar. La alfabetización había sido implementada por la lectura de la biblia, permitida progresivamente en una espiritualidad donde la salvación es individual, y había sido impuesto desde la revolución gloriosa. Su participación activa será mayor en las diversas iglesias puritanas que fundamentalmente colonizan el norte de América. Durante el siglo XIX, la idea de una familia cristiana y puritana con unas reglas muy estrictas deriva hacia la «privacy», más laica y ciudadana, la idea de un espacio privado donde se afirma el absoluto dominio de la propiedad al mismo tiempo que un ideal de castillo personal construido al efecto donde la tranquilidad de un pequeño paraíso se conforma por un equilibrio inter-género e inter generacional (Aries, 1991). Esta época de la individualización burguesa y de la intimidad se ve reflejada en esta transformación de la receta.

Así, con estas dos tradiciones, nórdica y mediterránea, protestante y católica, aparece el recetario femenino como género tanto en los países anglosajones como en el resto de Europa, donde se construyen con una mayor influencia francesa (Pitte, 1991). La época cumbre de los recetarios femeninos manuscritos se sitúa entre 1870 y 1930, en Europa. Nos encontramos con una variedad desde la copia de un libro de cocina a la receta personal, la cocina de tradición familiar o la investigación de la autora del recetario en restaurantes conocidos (Sava, 2021). Algunos de ellos son la continuidad de un diario personal o alternan comentarios íntimos con recetas, a veces indicando el origen personal de los platos o el momento de su realización. Naturalmente, nos encontramos con una literatura sin fuentes en casi ningún caso, aunque muchas de ellas aparecen de igual forma y redacción en diversos libros de recetas.

Todas estas recetas comparten unos trazos comunes de presentación, estilo y redacción. De una forma lineal en su exposición, parecen ser destinadas a ser leídas en voz alta como indicaciones reglamentadas, con una serie de ingredientes cuya lista está ordenada en principio como una lista de compra, con la cantidad que se debe adquirir señalada al efecto, y al que siguen diversos pasos que dividen estos ingredientes según las acciones y el tiempo que se debe invertir en cada uno de ellos. Esta forma estandarizada que aumenta con el tiempo muestra que muchas son copiadas directamente o inspiradas de recetarios ya impresos. En cuanto a la calidad de la escritura y la lisibilidad, varían sobremanera pero conforme avanza el tiempo y la alfabetización, encontramos una letra mucho más clara que sigue las modas de la escuela del momento en cada caso (Perrot, 1993; Boutaud, 2004).

En cuanto a las autoras, contamos con unas creadoras e investigadoras, que utilizan materiales de muy diversas procedencias, y otras que son usuarias estrictamente pero que añaden su creatividad ocasionalmente mediante inserciones, aclaraciones y anotaciones. Este mismo fenómeno intervencionista se encuentra en los libros impresos que no tienen una recepción pasiva, sino que esta lectura va acompañada de la inserción de una serie de paratextos, añadidos conforme se practican las recetas impresas e incluso supresiones subrayadas de elementos o cambios debido a la imposibilidad de conseguir determinados materiales para los que se ofrecen una gama de sustituciones (Aymard, Grignon, Sabban, 2017).

La cocina como espacio semipúblico en la casa burguesa

La casa burguesa tiene una salida del servicio por la cocina diferente de la entrada principal. Este paso está normalmente dispuesto hacia el lugar donde se tiran las basuras o conecta con un callejón lateral. En el caso inglés, en donde la servidumbre vive en el sótano, se trata de una salida lateral de las escaleras que llevan a la puerta principal. En este espacio servil penetran las personas que traen diversos elementos para la casa, los operarios y los recaderos, y se recibe el correo, los mensajes y los paquetes.

En el campo, esta entrada secundaria da paso a todo un mundo muy variado de personajes, humanos y animales, a veces en conexión directa con la granja o las caballerizas, por el que circulan diferentes operarios, vecinos y hasta los miembros del clero. Es normal que muchos vecinos, si no es en fechas del año destacadas, festivas o luctuosas, entren a través de la cocina, incluso coman en ella. En ese caso, las mujeres permanecen normalmente de pie, o los criados varones si se encuentran presentes los amos, excepto casos particulares por edad o jerarquía. Los varones son atendidos. La cocina es el lugar de partida de la caza del amo o el lugar de reunión cuando da instrucciones a los operarios para el trabajo. Es el lugar donde se concentran en determinadas épocas del año, las personas que están realizando faenas como temporeros en las labores agrícolas.

En el campo igualmente, la mayoría de los miembros de la familia entran por la cocina ya que la entrada principal está normalmente cerrada. En realidad, grandes espacios de la casa burguesa, como el salón o el comedor familiar pueden estar clausurados y la actividad cotidiana realizarse en la cocina, fundamentalmente por el ahorro de energía en lugares fríos. Es normal que la cocina sea muchas veces el dormitorio de parte del servicio. En algunas residencias existe un comedor secundario con una mesa redonda menos ceremonial que permite una mayor intimidad al círculo familiar o de amigos en el caso de que se trate de una residencia de soltero varón.

La cocina como lugar de contacto social interclasista se complejiza en el campo o en los lugares de trabajo. Es un tópico que la cocina es el lugar donde reina la mujer, pero hay una cierta razón en ello. Si el propietario de la casa no está presente, y lo es la mayoría de las veces, ella da

las órdenes. Uno de los lugares en que la mujer burguesa ejerce una función de correa de transmisión de los intereses de los propietarios mineros, pero también de transmisión de las necesidades populares. La cocina se constituye en espacio donde las mujeres atienden a los varones trabajadores. El ama entra habitualmente en la cocina, aunque no coma; el amo come en el salón y se le lleva la comida, aunque en muchas ocasiones, en el campo, se le sirva rápidamente en la mesa de la cocina. En muchas ocasiones, el ama come con el servicio femenino si el propietario se encuentra ausente.

La realización de la comida deriva de las indicaciones de la propietaria que la mayoría de las veces, indica o lee la receta, sobre todo en las primeras ocasiones a las criadas. Esta práctica de la lectura en voz alta de recetas, junto con la de periódicos o folletos, es clave en la extensión de la alfabetización femenina. Muchas mujeres de las clases trabajadoras adquieren capacidades de la lectura mediante la obligada del recetario, simple y directo, con el que siguen las instrucciones de los platos a realizar. Sin embargo, también encontramos la recepción o recogida de datos de una cocinera experimentada por parte del ama en una receta, sobre todo si este libro va destinado a una recién casada.

Esta cocina campesina se convierte con el romanticismo en un lugar del relato literario y, también, en un objeto de pintores y artistas, su presencia en la literatura resulta habitual en las novelas del siglo XIX. Considerado un lugar pintoresco, permite distinguir zonas, costumbres, objetos cotidianos, ... Es el lugar del relato oral fantástico, los viejos cuentos mágicos, las leyendas, e igualmente, las supersticiones, consideradas despectivamente como femeninas. Los gatos se encontraban en la cocina más incluso que los perros dedicados a la caza y la guardia de la casa. La razón fundamental de la presencia de los felinos es la defensa de la despensa contra los roedores lo que les convertía en absolutamente necesarios. Por eso son citados en novelas, desde la gran comedia humana de Balzac, y retratados en pinturas como las de Firmin (1907). Se podría decir que, si en el cuadro costumbrista hay perros, hay varones y si hay gatos, es más frecuente que la presencia sea femenina.

El arte realista de finales del XIX, desde Flaubert a Zola, describe el ambiente interclasista de la cocina campesina y la ciudadana, aunque abandone la idealización anterior romántica e introduzca la realidad y suciedad de la cocina urbana que se encuentra en una profunda transformación. La cocina está sufriendo el ataque y la adecuación a los cambios provocados por el higienismo al que esta literatura y esta pintura realista contribuyen. Nos dice Michelle Perrot (1991, 39): «Los arquitectos no tienen en cuenta este espacio de la cocina durante casi todo el siglo XIX. Lo confinan en el extremo de la vivienda, un lugar lleno de humos y olores agrios, ocupado por un horno que afecta al cutis de las damas burguesas y, por tanto, decididamente no frecuentable. Habrá que aguardar a finales de siglo para ver como los discípulos de Pasteur denuncien este lugar pleno de bichos y moscas, antro polvoriento que disimula microbios o el bacilo de Koch».

Doble proceso: mientras se establece en la familia burguesa esta separación de roles dentro del hogar, este dominio femenino de la cocina; en el espacio público culinario de restaurantes y cafés, la presencia femenina queda eliminada de forma casi definitiva. Esta opinión convierte en ley como nos muestra una cita de Ángel Muro, autor de *El Practicón* (1894) que, el 6 de marzo de 1890 escribía en el periódico *La Monarquía*, dentro de sus «Conferencias culinarias» (cit. Ana Vega Pérez de Arlucea, *El Correo*, 8 de marzo de 2020)².

2 Precisamente, este autor, según Ana Vega, robó sin citarla la receta de bacalao a la vizcaína a la cocinera Dolores Vedia de Uhagón, la primera mujer que publica su recetario, *La Mesa. Arte de la cocina*, en 1873.

«Si por costumbre parece ser la cocina patrimonio de la mujer, en puridad de verdad y en tesis general, la cocina es la ocupación más impropia y la más perjudicial para el sexo femenino. Por cocina no se entiende arrimar un puchero á la lumbre ni fregar tres platos; trabajo que tiene por fuerza que llevarse á cabo por la mujer ... El trabajo de la cocina es tan delicado y exquisito, que la mujer, por su organismo, no puedo hacerlo de continuo lo mismo un día que otro. Es tan fuerte, que el hombre sólo debe y puede soportarlo... El pinche más torpe y más novel de una cocina, por modesta que sea, sabe hacer más y lo hace mejor y más pronto que la cocinera más ducha, más provinciana y mejor pagada que se presente.»

La cita es extensa, pero resume una opinión general establecida que continua hasta la actualidad en que la mujer ocupa la mayoría de las cocinas privadas y públicas, pero es excluida con fronteras invisibles de esta última, el mundo de concursos, masters chefs o de las estrellas Michelin. Paradójicamente, esta realidad convive con una mitología de lo tradicional que tiene forma de fantasmagoría femenina: la *mamma* italiana o la *grand mère* francesa.

Mitología de la cocina de la abuela

Mientras la gran cocina burguesa se impone en los restaurantes de toda Europa, en contraste con el snobismo de la aristocracia y la alta burguesía, se crea el mito de «la cocina de la abuela» como signo de autenticidad y de valor de la receta transmitida supuestamente durante generaciones y procedente de una sabiduría ancestral.

Caroline Muller (2021) nos indica que es necesario matizar este gran mito un poco naíf que es sinónimo de autenticidad, secreto culinario, e igualmente de nostalgia de un tiempo perdido ante el vil avance del mundo de la industria agro alimentaria moderna.

En la construcción de la memoria familiar, la cocina participa del sueño de los sabores infantiles y mitificados desde la madalena de Proust a esos olores del hogar que nunca se olvidan. Las poderosas mujeres de la cocina se encuentran, como señala Anne Muxel (2012), como la clave de la construcción de la identidad personal en la época infantil.

¿Cómo podemos identificar esos olores y ese ambiente que los producía? Cada recetario es la foto fija de un momento histórico determinado. El avance en la distribución de nuevos productos, el aumento del consumo de carne y de leche, el alza en la calidad y frescura de los productos que se va extendiendo por capas en las diferentes clases sociales, se ve reflejado en estas recetas. Al mismo tiempo es una guía de navegación que pasa de madres a hijas. Se procede a estabilizar las proporciones de una receta conocida adaptándola a situaciones diversas y número de invitados. Se re-copia una, se recrea un determinado plato y se incluyen sucesivas innovaciones sobre el mismo. En algunos casos, si se trata de una receta indicada por una hermana o amiga, se adjunta el nombre de la autora.

Redes femeninas de construcción y transmisión de recetas

El recetario participa de esa enorme ambigüedad que acompaña casi todos los productos escritos de la mujer. ¿Forman parte de un encuadramiento mental, un ordenamiento jerárquico de las funciones de la familia? o ¿son una manera conveniente y pacífica de mostrar la identidad personal sin romper las reglas sociales imperantes? quizás, yendo aún más allá, ¿presentan una forma de resistencia y de expresión íntima que conforma una nueva personalidad femenina?

Los recetarios manuscritos son un eslabón más de una larga cadena de literatura femenina o que tiene por destino un público femenino, que comienza por los relatos amorosos tardo medievales, y continua con la correspondencia femenina cortesana en las cortes modernas, los manuscritos que preparan la confesión cristiana convertidos en memorias de espiritualidad,

los diarios íntimos que se expanden desde el romanticismo... En el siglo XIX, se produce «una feminización del catolicismo» donde la lectura y la escritura femenina está tan permitida como controlada, analizada por Michela de Giorgio como el modelo católico de aculturación que permite una alfabetización de género hasta entonces menospreciada o prohibida (1993, 184-217). Esta nueva situación explica una creciente presencia de recetarios familiares y la constatación de que, junto con las lecturas religiosas, son un paso previo a posibles descubrimientos y escritos posteriores de liberación. ¿Debemos interpretar los libros de recetas como una fisura que se convierte en lugar de resistencia?

Una nueva escuela está estudiando los recetarios con esta perspectiva. Los trabajos de Janet Theophano (2003) sobre libros de instrucciones para la limpieza en fincas inglesas o sobre recetarios afroamericanos nos muestran aspectos de la realidad social con un enfoque diferente a los clásicos estudios anteriores. Estos libros sirvieron como manuales para introducción en la lectura, y, de una forma práctica, afirmar la individualidad de estas mujeres que con sus recetas y sus nuevos planteamientos estaban convirtiendo la cocina en un lugar educativo al mismo tiempo que en un laboratorio de cambios sociales. La mente femenina era reconocida como creativa en esos documentos con instrucciones precisas de comportamiento, al mismo tiempo que estos recetarios se convierten en escenarios de la vida cotidiana con el nuevo papel femenino en la formación de la familia y de una cultura que le era propia. La ordenación del recetario era tanto una manera de encuadrarse en una jerarquía como una forma de estructurar sus vidas, una afirmación del orgullo de una actividad que pasaba de ser lateral a fundamental en la estructura de poder del hogar separada de la dirección masculina exterior del mismo.

En los recetarios de este periodo entre los dos siglos XIX y XX nos encontramos con auténticas obras colectivas, sea a nivel horizontal con la colaboración de amigas, hermanas y primas; o a nivel vertical con una sucesión que abarca generaciones de abuelas, madres e hijas. La intertextualidad de estos textos –reescritura o copia con adiciones, referencias diversas o inserción de consejos de orígenes muy variados– es constante en obras que no pretenden ni la autenticidad, ni la originalidad ni el genio creador, aunque algunas de ellas se revelen sorprendentemente novedosas en sus planteamientos e influyentes en los posteriores libros varoniles impresos (Kni-bielher, Fouquet, 1977). La mayoría de los recetarios dejan un gran espacio abierto a la creatividad personales de la cocinera que finalmente las va a utilizar. En algunos casos, comienzan a aparecer textos recortados de periódicos o revistas, e incluso espacios reservados en blanco para incluir posteriores notas. La extensión de la fotografía permite incluir fotos personales, familiares, de amigas y amigos e incluso de la celebración festiva en que se probó la receta reseñada.

La gran época de los recetarios manuscritos acaba en las décadas de los años finales del siglo pasado probablemente por causas diversas. Su éxito final anuncia justamente su ocaso donde los recetarios manuscritos son sustituidos por la colección de recetas impresas ahora con mayor presencia de autoras femeninas en la parte práctica y, posteriormente, con la aparición de un nuevo género literario en webs y redes sociales con una explosión exponencial de recetarios.

Las redes han acabado con el recetario tradicional ya que conforman un nuevo recetario que nutre todas las posibilidades, afronta todas las circunstancias de las necesidades familiares y festivas, y permite conocer toda la actual gastronomía mundial con benévolas aportaciones voluntarias, mayoritariamente femeninas. Es también una prueba de que existe una fisura impresionante entre las redes, herederas del recetario femenino y la continuidad de un mundo de poder y estrellas Michelin basado en la competencia masculina por el espectáculo que no es exactamente la cocina y que sigue vampíricamente, como antaño, viviendo del laboratorio de las recetas personales y modestas en su anonimato.

Para explicar este final podemos centrarnos en un modesto pero importante caso personal, publicado en 2020 pero que resume una larga vida de ama de casa desde los años cincuenta del siglo pasado. El recetario de Charín Gurriarán representa el culmen y el fin de la cultura del recetario personal. Una mujer tradicional en su sentido del hogar y del orden familiar que va evolucionando hacia el compromiso político con las ideas progresistas. La cocina de Charín es como ella: práctica, precisa, eficaz. No hay ruptura sino consenso en esta cocina de la transición. Son los valores que mostraba cuando en las reuniones políticas del tardofranquismo acompañaba a las excursiones con magníficas empanadas gallegas. «Asomémonos, nos dice Carlos Santos como prologuista de su recetario, un instante a los años 80 o 90, cuando Charín Gurriarán era concejala de Bienestar Social del Ayuntamiento de Almería. Son las 3 de la tarde, acaba de salir del despacho, sube un instante a casa, abre la nevera, saca dos o tres táper, pone un cacharro en el fuego, enchufa la thermomix y/o el microondas, baja a la playa, echa un rato con las vecinas, se da un baño en el mar y una ducha en la caseta. Cuando vuelve a casa, con Paco o con alguno de nosotros a la mesa, la comida ya está hecha, milagrosamente. No es una comida improvisada o informal: son platos con fundamento y personalidad enraizados en la más sólida cocina tradicional». Son los platos recogidos en su recetario, donde anota el origen y la autoría compartida. Recogidos a lo largo de varias décadas y ordenados según sus necesidades. Mostrando una utilidad última del recetario, la autora comenzó su particular alfabetización digital, al teclear las recetas manuscritas como aprendizaje de la nueva cultura del ordenador. Precisamente, frente a la pantalla se abre un nuevo periodo inédito que cierra la etapa del recetario manuscrito ahora convertido en una magnífica obra artística de un tiempo pasado, una reliquia histórica que sigue siendo poco estudiada.

Conclusiones

El recetario es un mundo, como todo objeto histórico, complejo y polémico. Nos encontramos con un objeto literario ambiguo como todos. Es por un lado, una muestra de una cultura encuadrada y reglada destinada a la sumisión de la mujer en su función de falsa dueña del hogar. Y, al mismo tiempo, una brecha para la alfabetización y el empoderamiento de la mujer, utilizada para afirmar una identidad propia y creativa en un campo donde el arte personal, arte efímero, es más manifiesto.

Desde un punto de vista histórico, el recetario de cocina corresponde a una situación nueva para la condición femenina, al serle definitivamente eliminada su autonomía por el Código Napoleónico de 1804 que la incluía dentro de la propiedad concebida como unidad familiar. Forma parte de una literatura admitida y, a partir de mediados del siglo XIX impulsada escolarmente, junto con la correspondencia personal y unas nociones básicas de cálculo matemático. Socialmente, corresponde al desarrollo de la privacidad como espacio defendido legalmente y justificado moralmente en que la mujer se constituye en guardiana y organizadora de ese castillo que es el hogar.

Sin embargo, en su desarrollo, el recetario se transmuta en un núcleo que forma el sentido del gusto de occidente y, posteriormente, de todos los países que acceden al estado nación, en un laboratorio que, a través de las redes femeninas, ensambla tradiciones y necesidades locales, productos cercanos y materiales lejanos, para ordenar y regular la alimentación cotidiana y festiva. El recetario manuscrito ha sido un factor de integración y de alfabetización interclasista, objeto que va depurándose y conservándose en la memoria familiar. Durante su existencia de siglo y medio se ha convertido en el elemento aculturizador más importante y basado en el ensayo constante de la prueba/error que ha servido para constituir y consensuar, en las redes de solidaridad femenina, la actual gastronomía mundial.

Bibliografía

- Appadurao, Arjun, «How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India», *Comparative Studies of Society and History*, 30. 1, 1988: 3-24.
- Aries, Philippe, Duby, Georges, *Historia de la vida privada. La revolución francesa y el asentamiento de la sociedad burguesa*, tomo 7, Taurus, 1991; Aries, Philippe, Duby, Georges, *Historia de la vida privada. Sociedad burguesa: aspectos concretos de la vida privada*, 8, Taurus, 1991.
- Aries, Philippe, *L'enfant et la vie familiale sous l'Ancien régime*, Seuil, 1973.
- Aron, Jean-Paul, *Essai sur la sensibilité alimentaire à Paris, au XIX^{ème} siècle*, Armand Colin, 1967, París.
- Aymard, Maurice, Grignon, Claude, Sabban, Françoise, *Le temps de manger*, éditions de la Maison des Sciences de l'Homme, 2017.
- Bak-Geller Corona, Sarah, *Narrativas deleitosas de la nación. Los primeros libros de cocina en México (1830-1890)*, *Desacatos*, 43, 2013, pp. 31-44.
- Ballarín, Pilar, «La construcción de un modelo educativo de utilidad doméstica», en Duby, Georges, Perrot, Michelle, *Historia de las mujeres. El siglo XIX*, Taurus, 1993: 598-611).
- Bonnet, Jean-Claude, «Les manuels de cuisine», *Dix-Huitième Siècle*, 15-1, 1983, p. 5363.
- Boutaud, Jean-Jaques, *L'imaginaire de la table. Convivialité, Commensalité et Communication*, L'Harmattan, 2004.
- Cordón, Faustino, *Cocinar hizo al hombre*, Tusquets, 1979.
- Denoël, Charlotte, «La cuisine, foyer domestique», Histoire par l'image [en ligne], consulté le 21/11/2023. URL : histoire-image.org/etudes/cuisine-foyer-domestique
- De Vault, Marjorie. *Feeding the Family: The Social Organization of Caring as Gendered Work*. University of Chicago Press, 1991.
- Douglas, Mary, «Deciphering a Meal.» *Daedalus. Journal of the American Academy of Arts and Sciences*, 101. 1, Winter, 1972: 61-81.
- Ferrieres, Madeleine, *Nourritures canailles*, Paris, Editions du Seuil, 2007.
- Fischler, Claude, «Commensality, Society, and Culture», *Social Science Information*, 50, 3-4, 2011: 528-48.
- Flandrin, Jean-Louis, *Familles. Parenté, maison, sexualité dans l'ancienne société*, Hachette, 1976.
- Flandrin, Jean-Louis, Montanari, Massimo (dir.), *Histoire de l'alimentation*, Paris, Fayard, 1996.
- Gillis, John R, «Our Imagined Families: The Myths and Rituals We Live By», *The Emory's Center for Myth and Ritual in American Life Working Paper*, 7, 2002. Disponible en: <https://gdesseniorseminarfal2011.files.wordpress.com/2011/09/imaginedfamilies>.
- Giorgio, Michela de, «El modelo católico», en Duby, Georges, PERROT, Michelle, *Historia de las mujeres. El siglo XIX*, Taurus, 1993: 184-217.
- Girard, Alain, « Le triomphe de «La cuisinière bourgeoise» Livres culinaires, cuisine et société en France aux XVIII^e et XVIII^e siècles », *Revue d'histoire moderne et contemporaine*, 24-4, 1977, p. 497523.
- Goodsell, Todd L., and Liann Seiter. «Scrapbooking: Family Capital and the Construction of Family Discourse.» *Journal of Contemporary Ethnography*, 40.3, 2011: 318-41.
- Goody, Jack, *L'Évolution de la famille et du mariage en Europe*, Armand Colin, 1983.
- Goody, Jack, *La familia europea*, Crítica, 2001.
- Grandi, Alberto, *Storia delle nostre paure alimentari. Come l'alimentazione ha modellato l'identità culturale*, Aboca Edizione, 2023.
- Gurriarán, Charín, *La cocina práctica de Charín*, Amazon, 2020.
- Hache-Bissette, Françoise « L'évolution du livre de cuisine : du livre pratique au beau-livre », *Le Temps des médias*, 24-1, 2015, p. 97116.

- Katriel, Tamar, Farrell, Thomas, «Scrapbooks as cultural texts: An American Art of Memory», *Text and Performance Quarterly*, 11, 1991: 1-17.
- Kaufmann, Jean-Claude, *Casseroles, Amours et Crises. Ce que cuisiner veut dire*, Paris, Armand Colin, 2005.
- Knibielher, Yvonne, Fouquet, Catherine, *Histoire des mères*, Ontalba, 1977.
- Luján, Néstor, Perucho, Juan, *El libro de la cocina española*, Tusquets, 2003.
- Meyzie, Philippe, «Les recettes manuscrites dans le France méridionale du xvii^e au milieu du xix^e siècle: un savoir-faire alimentaire original?», en Eva Barlösius, Marilyn Nicoud, Martin Bruegel (dir.), *Le choix des aliments*, Presses universitaires François-Rabelais, 2010.
- Muller, Caroline, *Petite cuisine de la mémoire. Le livre de recettes*, Publié 09/07/2021. Disponible en: <HTTPS://CONSCIENCES.HYPOTHESES.ORG/2766>
- Muxel, Anne, «The Functions of Familial Memory and Processes of Identity», *Peripheral Memories. Public and Private Forms of Experiencing and Narrating the Past*. Ed. Elisabeth Boesen, Fabienne Lentz, Michel Margue et al. Transcript Publishing, 2012: 21-32.
- Muxel, Anne. «La famille à table.» *Se nourrir. Alimentation en question*. Ed. Michel Wieviorka. Éditions Sciences Humaines, 2007: 75-94.
- Perceval, José María, *Introducción al Nuevo Manual de la Cocinera Catalana y Cubana. Recopilado por Juan Cabrisas antiguo cocinero de la fonda Los tres Reyes (1858)*, Planeta, 1995.
- Pérez Samper, María de los Ángeles, *La alimentación en la España del siglo de Oro*, La Val de Onsera, 1998.
- Perrot, Michelle, «Espacios privados», en ARIES, Philippe, Duby, Georges, *Historia de la vida privada. Sociedad burguesa: aspectos concretos de la vida privada*, 8, Taurus, 1991, 9-113.
- Perrot, Michelle, «La familia triunfante», en ARIES, Philippe, DUBY, Georges, *Historia de la vida privada. La revolución francesa y el asentamiento de la sociedad burguesa*, tomo 7, Taurus, 1991, 99-197.
- Perrot, Michelle, *Historia de las mujeres. El siglo xix*, Taurus, 1993.
- Pitte, Jean-Robert, *Gastronomie française. Histoire et géographie d'une passion*, Paris, Fayard, 1991.
- Roche, Daniel, *Histoire des choses banales. Naissance de la consommation dans les sociétés traditionnelles (xvii^e -xix^e siècles)*, Paris, Fayard, 1997.
- Sava, Eleonora, «Family Cookbooks. Objects of Family Memory», *Metacritic Journal for Comparative Studies and Theory* 7.1, 2021. Disponible en: <https://doi.org/10.24193/mjcst.2021.11.06>
- Seremetakis, Nadia, «The Memory of the Senses: Historical Perception, Commensal Exchange and Modernity», *Visual Anthropology Review*, 9, 1993: 2-18.
- Shore, Bradd, Kauko, Sara «The Landscape of Family Memory», *Handbook of Culture and Memory*, Brady Wagoner (ed.), Oxford University Press, 2017: 85-116.
- Sutton, David E. «Food and the Senses.» *Annual Review of Anthropology*, 2010: 209-23.
- Theophano, Janet. *Eat My Words. Reading Women's Lives through the Cookbooks They Wrote*. St. Martin's Press ebook, 2003.

UN LIBRO DE RECETAS RECOPILATORIO DE LA COCINA POPULAR DE LA SIERRA DE GÁDOR (ALMERÍA)

Miguel Á. Pérez de Perceval Verde

Este libro de recetas lo fue redactando Encarnación Rodríguez Morales en el municipio almeriense de Berja en las décadas finales del siglo XIX. Dicha localidad se encuentra en la parte occidental de la provincia, cerca de la de Granada, en la sierra de Gádor. Se trata de una pequeña cadena montañosa (ver mapa), que apenas se conoce en la actualidad fuera de la provincia, pero que fue la zona más activa de la minería española de la primera mitad del siglo XIX gracias a sus importantes yacimientos de mineral de plomo y una serie de circunstancias que se movieron a su alrededor. La trascendencia económica e institucional que tuvo no se ha resaltado todavía lo suficiente en la historiografía peninsular.

Una sierra con una minería muy relevante

Conocida la existencia de estos criaderos desde antiguo, la extracción de la galena de estas montañas aumentó de manera relevante en la segunda mitad del siglo XVIII, dejando en segundo lugar al centro productor tradicional de Linares (Jaén). Se trataba de sulfuros con una elevada ley en plomo y bajo contenido argentífero. No se encontraban dispuestos en filones sino en bolsadas irregulares. Su extracción se veía favorecida por la existencia de un drenaje natural, lo que hacía que no fueran necesarias labores de desagüe, por la dureza de la roca, que tampoco tenía muchas necesidades de entibación³, la ventilación natural de los pozos y por la relativa profundidad del yacimiento, que no obligaba a adentrarse mucho en las profundidades.

Las limitaciones de aquella época restringieron al principio las posibilidades de crecimiento de esta industria. El plomo estaba monopolizado por el Estado, que se encargaba de su fundición en los hornos de las fábricas reales que se encontraban en diversas localidades de la sierra y de la costa⁴. Este metal se utilizaba principalmente para cumplimentar la demanda interior (alfarería, pinturas...) y las necesidades militares (perdigones y balas). El escaso interés comercial de los establecimientos estatales hizo que al principio no respondieran al poderoso aumento que hubo en la demanda internacional de este metal, ligado al desarrollo económico, industrial y urbanístico de la época. A principios del siglo XIX, entre 1804 y 1810, el precio del plomo en el mercado de Londres superó las 30 libras por tonelada, valor que ya se logrará alcanzar en toda la centuria⁵. El elevado precio que estaba alcanzando en los mercados exteriores no se correspondió con un incremento de la capacidad y actividad de las fundiciones reales, que actuaban como un corsé

3 Obras para proteger las galerías contra los derrumbes.

4 En 1746 se estableció el estanco del plomo, para cuya explotación se contrataron diferentes asientos. En 1748 un real decreto ordena que dicho estanco y la renta del plomo se administre por cuenta de la Real Hacienda (Colección Legislativa de Minas, t. 1, p. 76). Las fundiciones estaban en las localidades de Alcora (Canjáyar), Presidio de Andarax (actualmente Fuente Victoria), Turón, Almería...

5 Pérez de Perceval, 2018: 75. Utiliza cifras de Metallgesellschaft, 1904: 4.

de las posibilidades productivas de la sierra. Sus administradores y las instancias gubernamentales eran conscientes de las enormes posibilidades que ofrecía el negocio del plomo y por ello se incrementó la producción de los mencionados establecimientos nacionales. Pero, por diversas razones, no podían responder eficazmente a las posibilidades productivas de la sierra. Por ello, en diversas ocasiones se ordenó la paralización de las minas de la comarca ya que carecían de la capacidad para consumir el mineral que llegaba a sus almacenes⁶. Se trata de una época compleja, que todavía no está suficientemente estudiada, por lo que no aún no se comprende bien el papel ambivalente y dubitativo que tuvo la Administración. Además, ello se produjo en una época convulsa, en la que sobre todo desataca la ocupación francesa y la guerra de independencia.

Lo cierto fue que frente a estas limitaciones los productores locales presionaron a los poderes locales y nacionales para la liberalización de la extracción y fundición de los plomos alpujarreños. Se trataba del «viento del sur», como nos lo describe Sánchez Picón (2012). Los cambios y las dificultades de esta época (ocupación francesa, guerra, Cortes de Cádiz, vuelta de Fernando VII y revolución de 1820 y Trienio Liberal) limitaron las posibilidades de una respuesta adecuada a la situación de esta industria. Pero también dificultaron el control de la actividad en la sierra, posibilitando una creciente producción al margen de la supervisión estatal y un contrabando de los plomos⁷. Además, se crearán las condiciones para una respuesta de los mineros y los interesados en el negocio de estos minerales. En concreto, en 1820 se aprovechó una escueta orden de las Cortes de 25/10/1820, que daba permiso para el laboreo de todo tipo de minerales por particulares⁸, para extraer y beneficiar los minerales de la sierra de Gádor de forma abierta. Un camino sin retorno, que ya no se pudo marchar atrás cuando cayó el Trienio y se anularon lo que habían promulgado. A pesar de diversas maniobras para intentar anular lo conseguido y volver a la situación anterior, al final hubo que asumir la nueva situación⁹, que además era bastante positiva para incrementar los ingresos de las depauperadas arcas nacionales.

Pero los efectos del movimiento de la sierra de Gádor no solo se hicieron sentir en estas montañas, sino que supusieron el despertar de la minería de la península. De manera resumida, la minería contemporánea en España comenzó en estos años. Los avances se materializaron en la ley de minas de 1825, que proporcionó un marco legal definido para la extracción y el beneficio de los minerales. Ello proporcionó seguridad y allanó el campo para la iniciativa privada en la minería¹⁰. Sin embargo, los efectos al principio solo se hicieron sentir de manera importante en la minería almeriense. Hay que esperar a la década de 1840 para que se aprecie de forma más

6 En 1799 se ordenó paralizar la extracción en las minas de la sierra de Gádor (Márquez, 1839: 436). En 1801 una real orden decreta el cierre de la Mina de Berja, una de las más productivas de esta sierra (Pérez de Perceval, 1984: 19). En 1807, una circular de la Junta General de Comercio, Moneda y Minas dispuso que no se explotasen las minas de alcohol (como se denominaba a la galena) hasta que no se los géneros plomizos que existen en las fábricas de Linares y las Alpujarras (Colección Legislativa de Minas, t. 1, p. 162).

7 Es difícil evaluar el volumen del contrabando. Una cierta reconstrucción se puede realizar a partir de registros extranjeros de entrada de plomos. Hemos consultado algunos de ellos, en concreto los registros de entrada y salida de plomos de Gran Bretaña (Parliamentary Papers, The office of Committee of Privy Council for Trade) y en la década de 1820 el lugar de origen principal de los plomos importados era Gibraltar. Es cierto que era un lugar de destino de la exportación, pero también era una de las vías de salida de los plomos de contrabando.

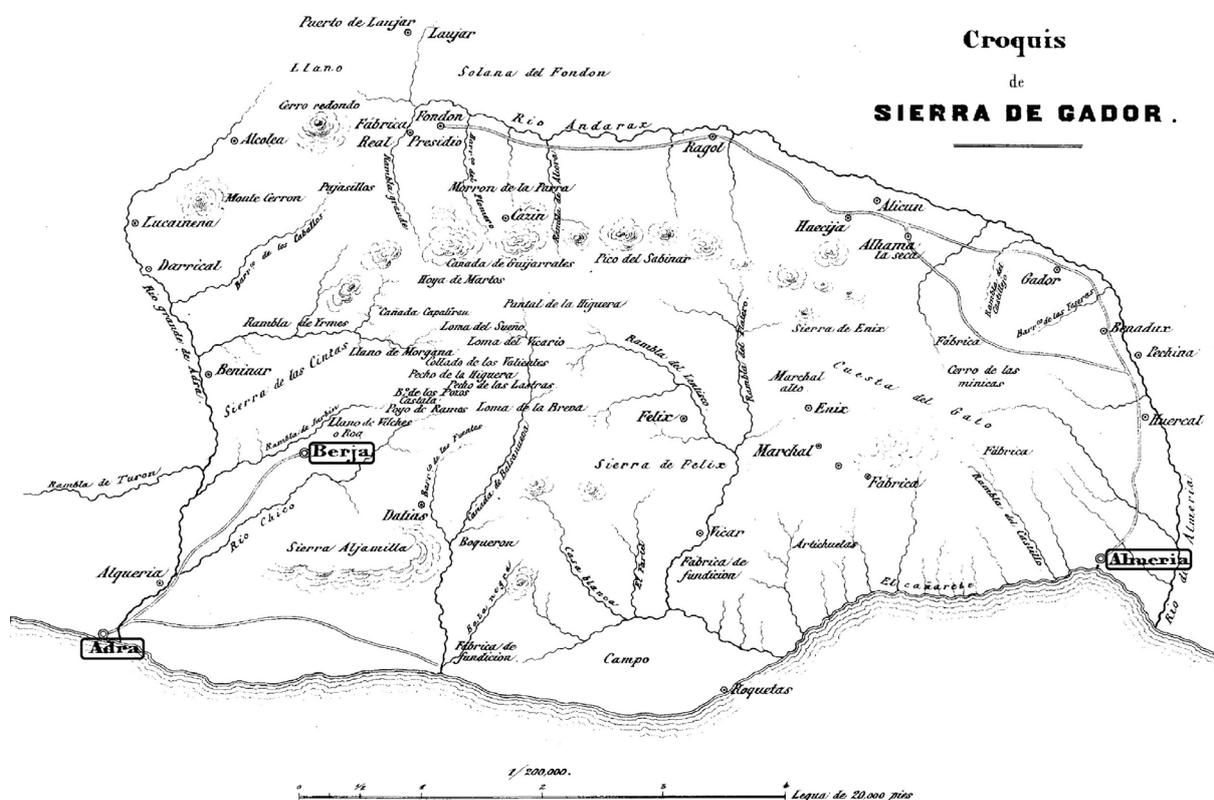
8 La normativa se complementó con el decreto de 22/06/1821 que permitía a todo español o extranjero explotar y beneficiar las minas de todo metal que se descubra, con los requisitos que se especifican.

9 Sobre el particular ver Sánchez Picón, 1992. 102 y ss.

10 Sobre la legislación de 1825: Chastagnaret, 1972; Pérez de Perceval, 2007; Fernández Espinar, 1997.

clara un cambio en el panorama, se extiende el interés por la explotación de las riquezas del subsuelo y se desarrolla el avance de la minería moderna en la península. Incluso se produce en estos años una penetración más abierta de sociedades constituidas con capital extranjero.

Mapa de la sierra de Gádor en 1857, con las principales zonas de extracción de los minerales de plomo



Fuente: Revista Minera, 1857, lámina 1. Hemos resaltado las localidades de Adra, Almería y Berja

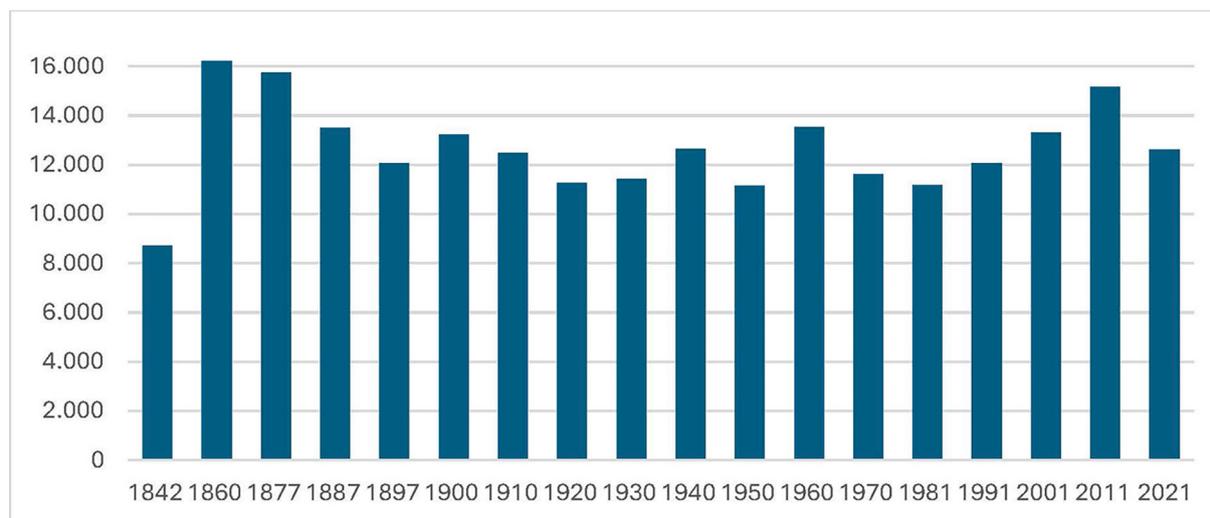
Junto a la extracción de los minerales se desarrolló una floreciente industria dedicada a la fundición y a cierta manufactura del plomo. Hay que tener en cuenta la facilidad para fundir este metal, lo que facilitó la proliferación de pequeñas «oficinas de beneficio»¹¹ cercanas a los yacimientos, que utilizaban hornos rudimentarios llamados boliches y que se alimentaban de combustible vegetal (principalmente monte bajo de estas montañas). Pero rápidamente se irán ubicando en la localidad de Adra, que será el centro metalúrgico del plomo hasta la década de 1860, donde se utilizarán hornos más perfeccionado y carbón mineral como combustible. Destaca, en unas fechas tan tempranas como era la primera mitad del siglo XIX, el desarrollo empresas fundidoras con una elevada inversión y desarrollo tecnológico. En especial, la fundición de San Andrés en Adra, la fábrica de beneficio y manufactura del plomo más relevante de la época en España y una de las mayores de Europa¹².

11 Término con el que se le denominaba en la época a las fundiciones de plomo.

12 La fábrica de San Andrés contaba con en la década de 1820 con máquinas de vapor. Fue incorporando los sistemas más avanzados de fundición de plomo y de plata y de concentración. Además, se dedicó a la fabricación de perdigones, balas, pinturas, tubos, planchas... algo muy excepcional en la metalurgia del plomo española de este siglo, cuyos establecimientos se dedicaron en su mayoría únicamente a obtener el metal.

La sierra de Gádor se había convertido en referente internacional de la industria de plomo. España se situó como segundo productor mundial de este metal (rivalizando con Gran Bretaña, que encabezaba este ranking¹³) e inundó los mercados con los productos españoles. Ello provocaría, junto a otras circunstancias, que pronto descendiera el precio de este metal. La sierra de Gádor inauguraba la floreciente actividad minera de lo que se ha llamado el siglo de oro de la minería en España, colocando a los minerales de plomo como el producto estrella de la extracción española del siglo XIX, gracias también al relevo en las décadas siguientes de otros distritos del sureste peninsular¹⁴.

Población del municipio de Berja, 1842-2021



Fuente: INEbase/Demografía y población/Alteraciones de los municipios en los Censos de Población desde 1842 (consulta realizada en <https://www.ine.es/intercensal/inicio.do>)

En la sierra hubo una fiebre minera, poniéndose en explotación una cantidad muy elevada de concesiones, que debió de superar ampliamente el millar¹⁵. Hay que tener en cuenta que la superficie permitida para las demarcaciones era muy limitada, lo que obligó a realizar la explotación de estos recursos mediante un sistema que se podría denominar de minifundismo minero¹⁶. Ello condicionó poderosamente las formas de extracción y de organización empresarial, que tuvieron que adecuarse al reducido espacio que podían obtener. La consecuencia: multiplicación de sociedades, minería especulativa, subdivisión de la propiedad que favorece la proliferación de

13 Pérez de Perceval y Sánchez Picón, 2000: 11. El promedio de la producción inglesa en el periodo 1821-1840 fue de 38.550, frente a las 32.900 de España.

14 Primero fue Almagrera, también en Almería, a finales de la década de 1830, y en la década de 1840 la eclosión de las cuencas de Linares (Jaén) y la sierra de Cartagena-La Unión (Murcia). A finales de siglo se completó con las minas de Mazarrón (Murcia) y las de Córdoba, junto con alguna extracción secundaria como Badajoz, Ciudad Real o Tarragona.

15 Los escritos de la época mencionan varios miles de minas (tres o cuatro mil). La cuestión es que, de las concesiones registradas o de los pozos excavados solo un pequeño porcentaje encontraron el mineral y fueron productivas.

16 La ley minera de 1825 establecía el tamaño de las concesiones en 83,6x167,2 m (una sociedad podía solicitar hasta 4 contiguas). Suponía algo más de una hectárea (13.975 m²). Buena parte de las concesiones se pusieron en explotación antes de la ley de 1825, teniendo incluso una superficie menor. La ley minera de 1849 amplió la superficie de las pertenencias a 41.924 m². Hay que esperar a 1859 para que se eliminen los límites al tamaño de las concesiones.

litigios, subcontratación del laboreo, formas de extracción que dadas las limitaciones favorecían la depredación, dispersión de los beneficios... Todo esto no impidió que se formaran ciertas fortunas con la mineralurgia del plomo y el conjunto de negocios que se generaron alrededor de esta actividad. Es lo que sucedió con la familia de la escritora del libro de recetas, especialmente por lo que concierne a la rama de su apellido Lupión, como señalaremos más adelante.

La industria de este distrito, con su demanda de empleos directos e indirecto, fue un foco de atracción de población para una comarca relativamente poblada, que multiplicó el número de habitantes. Como podemos ver en el gráfico (con todas las reservas del registro de la época), Berja duplicó en 1860 la población de su primer censo conocido, alcanzando en esa fecha la mayor cifra de habitantes de toda la historia de este municipio hasta la fecha. Los lugares de procedencia fueron principalmente otras localidades de la provincia de Almería y de Granada, aunque también vinieron de otras provincias más alejadas.

Los empleados de las minas procedieron en su mayor parte de la agricultura. Ello se va a mostrar en las fluctuaciones que había en la actividad laborar en los meses de mayor actividad en el campo. Incluso se llegaría a pedir que se paralizase la actividad minera en esas fechas. Apenas había un mercado de trabajo específicamente minero. En el sureste se va a ir configurando a partir de la explotación de la sierra de Gádor. De la agricultura se traspasaron usos y costumbres¹⁷, lo que se mostró por ejemplo en las formas de trabajo. En la alimentación no debió de haber muchos cambios, adaptando las recetas a la disponibilidad de productos de los asentamientos mineros. Era normal que las empresas mineras se encargaran de la alimentación de los trabajadores. Paillette (1841: 232-233) nos especifica el menú para 1840 para uno de los parajes emblemáticos de esta sierra, la Loma del Sueño:

- Desayuno: pan de buena calidad, agua, vinagre y sal¹⁸.
- Almuerzo: habichuelas, habas arroz y, en muy pocos casos, garbanzos. Pan y agua a discreción, aceite y sal.
- Cena: parecida al desayuno

17 Las costumbres influyeron en muchos de los elementos del trabajo minero. Un ejemplo puede ser la tradicional exclusión de la mujer en el trabajo en las minas en las minas del sureste, a diferencia de lo que sucede en el norte de España, especialmente en la minería asturiana. Se debieron de juntar elementos heredados de las cuadrillas de jornaleros con las específicas condiciones de trabajo en esta sierra.

18 En las minas de sierra Almagrera (levante de Almería) para la década de 1840 se señala en el diccionario de Madoz (1845: II, 58-59) que las empresas les dan tres ranchos a los trabajadores:

- Almuerzo: gran caldero de agua hervida don sal, aceite y ajos fritos, donde mojan pan y le llaman «café»
- Comida: rancho de dos clases de menestra, cocidas con aceite, variando entre arroz, patatas, judías secas, garbanzos y fideos. La denominan bazofia.
- Cena: otro rancho de una sola menestra a la que llaman gandinga.

Para Herrerías, también en el levante de Almería, en 1870 la alimentación era:

- Desayuno: «café» (caldo hecho de cominos, pimienta molida, ajos, aceite y sal), donde «sopan» la «guitarra» (cuarta parte de un pan de cuatro a cinco libras)
- Almuerzo («rancho»): potaje de habichuelas y patatas.
- Cena: otro «café» igual que la mañana.

«Carta de un minero», El minero de Almagrera, 33 (8-X-1874), pp. 1-2.

El furor minero duró poco tiempo. Por una parte, como ya hemos mencionado, el precio del plomo se situó en niveles más bajos que los alcanzados en el primer tercio del siglo XIX y, por otra, los yacimientos empezaron a dar síntomas de agotamiento a principios de la década de 1840. En la segunda mitad del siglo XIX, la sierra de Gádor vivió una vida lánguida, produciéndose el relevo en la minería del plomo del sureste por las cuencas que hemos mencionado (Almagrera, Cartagena-La Unión, Linares, Mazarrón). La economía de Berja continuó ligada a la minería, pero también a un nuevo producto de exportación, la uva de embarque. Se mantuvo así una economía íntimamente relacionada con los mercados exteriores¹⁹.

Un libro de recetas escrito en un cuaderno de contabilidad de una mina

El libro de recetas ha llegado a nuestras manos a través de nuestra familia materna, con los apellidos Verde González²⁰. Fue escrito por Encarnación Rodríguez Morales, que nació en Berja en 1863, falleciendo en 1920. Era hija de Francisco Rodríguez Lupión (Berja, 1838-1909) y de Soledad Morales Lupión (Berja, 1839-1902)²¹, que, como se puede intuir por su segundo apellido, eran primos hermanos. En las líneas siguientes vamos a seguir principalmente el relato que realiza Sánchez Ramos (2015)²² de la familia Lupión. Los padres de Encarnación compartían este apellido, que correspondía a una familia de la burguesía de Berja ligada al negocio minero, además de otras empresas.

Su madre, Soledad Morales Lupión²³, era hija de Olallo José Morales Sierra y de María Teresa Lupión Padilla. Olallo J. era un activo propietario de minas de Berja, Felix y Presidio de Andarax (Fuente Victoria)²⁴, que incrementó su capacidad económica gracias al capital de su esposa. Como señala Sánchez Ramos (2015: 236-237), junto a la actividad minera, eran dueños de tierras, una bodega para almacenar vino, un molino harinero, una posada, una almazara, una tahona, junto con inversiones inmobiliarias. Incluso, con el capital que tenían, actuaron de banqueros, prestando dinero, algo normal en la época para los comerciantes que tenían alguna capacidad económica dada el escaso desarrollo que había de instituciones formales de este tipo. Se muestra aquí las estrategias de diversificación de los negocios alrededor del boom minero, que intenta aprovechar las posibilidades económicas que se creaban al calor del crecimiento de la actividad económica. Junto a ello, lo natural en la época era tener un cierto patrimonio

19 Sobre el particular, destacamos principalmente el libro de Andrés Sánchez Picón, 1992.

20 Adela Rodríguez Morales era hermana de Encarnación, autora del libro. Adela casó con Diego González Ramos. Su primera hija, Soledad González Rodríguez (1887-1971), se desposó a su vez con Manuel Verde González (1889-1953). Concretando la sucesión genealógica, Soledad González Rodríguez (abuela materna del que escribe estas líneas) era hija de la hermana de la mencionada Encarnación, quien escribió las recetas.

21 Los padres de ambas cuñadas fueron los que iniciaron la rama minera virgitana del apellido Lupión. Concretamente, el matrimonio de José Lupión Martínez y de María Concepción Padilla Ramírez, que fue bastante prolífico. Tuvieron once descendientes.

22 También utilizaremos unas notas manuscritas que nos dejó Adela Verde González sobre la genealogía de sus antepasados.

23 Soledad era hermana de Olallo Morales (tío de Encarnación), un personaje de la burguesía almeriense de la época que tuvo una vida particular. Ver: Pérez de Perceval, J.M., 1984. A su muerte, su mujer, de origen sueco, se trasladó a este país con sus cuatro hijos. Ente ellos, va a destacar Olallo Morales Wilskman, que tuvo cierta relevancia en el mundo de la música sueca.

24 Sánchez Ramos, 2015: 236. La familia de Olallo José, por parte de sus dos ancestros, tuvieron una importancia económica y social, en los pueblos mencionados y en Vícar. Véase Vázquez Guzmán, 2003 (citado por Sánchez Ramos, 2015).

agrario, que seguía siendo una de las manifestaciones de cierto estatus social. El matrimonio se trasladó a Almería, siendo Olallo J. primero teniente alcalde de la capital en 1864 y alcalde en 1865. Resumiendo, la madre de la escritora del libro de recetas partía con un importante patrimonio heredado.

Por lo que respecta a su padre, también tenía cierto patrimonio, especialmente minero, pero sin llegar a la capacidad económica de su esposa. Era hijo del segundo matrimonio de Rosario Lupión Padilla (1810-1881; hermana de la madre de su esposa) con José Gabriel Rodríguez Cano²⁵. Francisco Rodríguez Lupión había heredado cierto patrimonio familiar y se dedicó principalmente a la actividad minera. Tras su boda, que supuso contar con un importante patrimonio conjunto, se embarcaron en diversas iniciativas económicas, entre las que destaca la actividad minera. Por ejemplo, en 1872 vemos a Francisco ocupando el cargo de presidente de la Sociedad Especial Minera Santa Sinforosa²⁶. A final de siglo se trasladaron a Almería, volviendo a Berja a principio del siglo xx.

El matrimonio tuvo seis hijas y dos hijos²⁷. Como hemos visto en las ramas de estas familias, era en numerosas ocasiones relativamente elevada la descendencia. Hay que tener en cuenta la alta mortalidad que había en el siglo xix en España, lo que limitaba el número de descendientes que llegaban a la edad adulta²⁸. Encarnación, por edad, ocupaba el segundo lugar, detrás de su hermana Adelaida, la mayor. Se casó con Eugenio Peydró Castillo, cuyo nombre aparece también al principio del recetario²⁹. Al parecer, enviudó pronto.

La autora del libro de recetas pertenecía, como hemos visto, a una familia acomodada, bastante ligada al negocio minero, de donde obtuvo una parte importante de sus caudales. La vinculación con la actividad minera se muestra en el propio libro de recetas. Encarnación utilizó para contener las hojas del manuscrito las cartulinas de un libro de contabilidad. Concretamente, como se aprecia en una pegatina medio despegada de la portada, el relativo a la anotación de «Varios pagos de las minas efectivo» de 1862 a 1868, sin que sepamos de qué mina, grupo o empresa se trataba³⁰. La capacidad económica en la que se movía Encarnación se muestra en el propio hecho de que tuviera el nivel cultural suficiente para poder redactar el recetario en un momento en el que la mayor parte de la población no sabía ni leer ni escribir³¹. La lectura de este texto nos muestra una buena caligrafía y un trazo firme, aunque salpicada por abundantes faltas de ortografía, sobre todo en la redacción de nombre de alimentos. Por ejemplo, la palabra «bistec» aparece escrita de múltiples maneras en el recetario.

25 Su primer marido fue Agustín Rodríguez Almansa, primo hermano de su segundo esposo, con el que tuvo cuatro descendientes. En las segundas nupcias incrementó la familia en dos miembros más, a los que se uniría una hija de José Gabriel, que era también viudo.

26 Gaceta de Madrid, 2/04/1874, p. 223. La sociedad estaba compuesta por 110 acciones de las que su esposa tenía 3 acciones y una sexta parte de otra acción. Es interesante el análisis de la composición accionarial de esta empresa por la elevada participación femenina.

27 Por orden de nacimiento: Adelaida, Encarnación, Constanza, Teresa, Francisco, Soledad, Adrián y Rosario (Sánchez Ramos, 2015: 235).

28 En el caso de esta familia, solo sabemos el caso de Teresa que falleciera con pocos años.

29 En el recetario aparece la firma de Eugenio Peydró Castillo, con el texto: «Hoy 10 abril 1884», lo que nos puede servir también para situar la redacción del recetario.

30 En el lomo aparecen unas iniciales, TBA, que no sabemos a qué se refieren.

31 En 1877 en Berja, solo el 7,4 % de las mujeres sabían leer y escribir. En 1887 subió al 11,2 % (Ballarín, 1988: 10)

Pegatina de la portada del libro de recetas



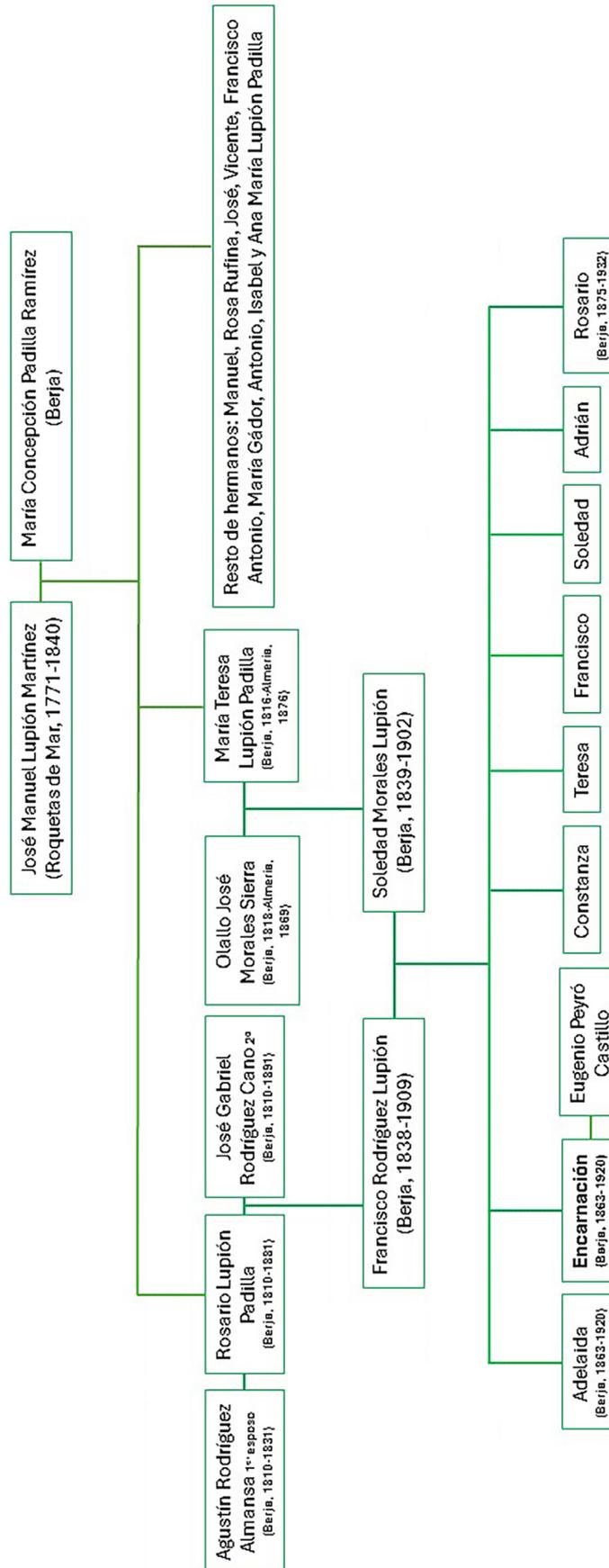
La posición familiar no es óbice para que en la lista de recetas se recojan platos que responden a la tradición popular de la sierra. No hay que olvidar que el origen relativamente reciente de la familia fue humilde, una situación que también se produce en los múltiples enlaces. Según se puede observar en el manejo de recetario original, Encarnación buscó distintas fuentes para elaborar el amplio recetario que ha llegado a nuestras manos. Hay distintas hojas sueltas, en las que hay apuntes de recetas que tomaría en alguna visita o encuentro. También, alguna carta que recibe de un familiar con alguna receta, como una fechada en Almería el uno de febrero de 1907.

Entre las recetas hay platos típicos de la gastronomía tradicional, como los gurullos, la ropa vieja, ajopollo³², encebollado de bonito. Extraña que solo se encuentre una receta de sopas (de pescado, p. 10), pero no parece un olvido. Al principio del recetario pone «Libro 1», por lo que podría haber escrito o pensado escribir una segunda parte donde incluir más platos. En el caso de este plato, hay unas hojas sueltas en las que escribió un índice precisamente de sopas³³.

32 Tiene dos recetas de «ajo pollo», de calamares y de «papas».

33 En la lista vienen las siguientes sopas: pan y pimienta molido, de pan, de pan con tomate, de arroz (de una manera), de pasta, de arroz (de otra manera), de arroz con tomate y magra, de macarrones, colorada, de sémola y de fideos. También un puré de habichuelas. El índice termina al final de la hoja, señalando lo que debía de haber únicamente en las páginas 1 a 5.

Árbol genealógico de la familia de Encarnación Rodríguez Morales



Fuente: Sánchez Ramos, 2015

Fuentes y bibliografía

Fuentes

- Archivo Histórico Provincial de Almería.
- Archivo familiar.
- British Parliamentary Papers. Guildhall Library, Londres.

Bibliografía

- Ballarín Domingo, Pilar, «El analfabetismo en la provincia de Almería (1860 a 1900)», *Boletín del Instituto de Estudios Almerienses, Letras*, 8, 1988, pp. 9-22.
- Cara Barrionuevo, Lorenzo y Rodríguez López, Juana M^a, «Notas para el estudio de la minería almeriense anterior al siglo XIX», *Boletín del Instituto de Estudios Almerienses. Letras*, 6, 1986 pp. 11-24. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=81745>.
- Chastagnaret, Gérard, «La législation de 1825 et l'évolution des activités minières», comunicación al 1^{er} Coloquio de Historia Económica de España, Barcelona, 11-12 de mayo de 1972, 1972.
- Chastagnaret, Gérard, «Repli de l'État et recomposition des élites : la minería du plomb de sierra de Gador pendant la crise de l'Ancien Régime», en Martine Lambert-Gorges (ed.), *Les élites locales et l'État dans l'Espagne moderne (xvii^e-xx^e siècles)*, Paris, Ed. du CNRS, 1993.
- Fernández Espinar, Luis Carlos, *Derecho de minas en España (1825-1996)*. Granada, Comares, 1997.
- Junta Superior Facultativa de Minería. *Colección Legislativa de Minas*. Tomo I. Madrid, Imprenta del Colegio Nacional de Sordo Mudos y de Ciegos, 1889.
- Márquez, José María, Memoria sobre la minería de España. *Alhambra*, t. II., pp. 423-425, 435-437 y 459-460, 1839
- Metallgesellschaft, *Recueils statistiques sur les métaux suivants plomb, cuivre, zinc, étain, argent, nickel, aluminium et mercure*. Imprimerie de C. Adelman, Frankfurt, 1904.
- Núñez Romero-Balmas, Gregorio , «La minería Alpujarreña en la primera mitad del siglo XIX», *Boletín Geológico y Minero*, 1985, 1 (pp. 90-104), 2 (pp. 92-105), 4 (pp. 88-97), 5 (pp. 85-97) y 6 (pp. 91-98). Disponibles en: <https://info.igme.es/bibliotecadigital/boletin>.
- Paillette, Adrien, «Mémoire sur gisement, l'exploitation et le traitement des minerais de plomb dans les environs d' Almeria et d' Adra (Andalousie)», *Annales des Mines*, 19, 1841, pp. 215-237 y 239-266.
- Pérez de Perceval, José María, «Olallo Morales, análisis de una sociedad enferma», *Boletín del Instituto de Estudios Almerienses*, 4, 1984, pp. 159-181. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2162264>.
- Pérez de Perceval Verde, Miguel Á, Fundidores, mineros y comerciantes. La metalurgia de sierra de Gádor, 1820-1850, 1984. Disponible en: <https://www.um.es/hisminas/wp-content/uploads/2012/06/fundidores.pdf>
- Pérez de Perceval Verde, Miguel Á, *La minería almeriense contemporánea (1800-1930)*. Almería, Zéjel, 1989. Disponible en: <https://www.um.es/hisminas/wp-content/uploads/2012/06/lamineriaalmeriense-opt.pdf>.
- Pérez de Perceval Verde, Miguel Á. 2006. «Minería e instituciones: papel del Estado y la legislación en la extracción española contemporánea», en Pérez de Perceval Verde, Miguel Á., López-Morell, Miguel Á. y Sánchez Rodríguez, Alejandro (eds.), *Minería y desarrollo Económico en España*. Madrid: Síntesis/Instituto Geológico y Minero de España, 2007. pp. 69-93. Disponible en: <https://bdh.bne.es/bnerearch/detalle/bdh0000073282>
- Pérez de Perceval Verde, Miguel Á, «La Fábrica de San Andrés de Adra (Almería). Un hito de la metalurgia del plomo en la primera mitad del s. XIX», *De Re Metallica*, 31, 2018, pp. 73-82. Disponible en: <https://mega.nz/file/ehcRkayb#t7nGGODBNqMMCzVzg1oPQZzPQ5M76YLaztR9gI2T8Ik>.

- Pérez de Perceval Verde, Miguel Á. y Sánchez Picón, Andrés, *El plomo en la minería española del siglo XIX. Evolución del sector y panorama empresarial*. Madrid. Fundación Empresa Pública, 2000. Disponible en: <https://www.fundacionsepi.es/investigacion/publicaciones/DocumentosTrabajo/PHE/hdt2001.pdf>.
- Pérez Domingo, Antonio, *Memoria sobre las minas en la Península. Sobre la riqueza que han producido y sobre la mejora de que es susceptible este ramo*. Madrid, Imprenta de D.E. Álvarez, 1831.
- Sánchez Picón, Andrés, *La integración de la economía almeriense en el mercado mundial (1778-1936). Cambios económicos y negocios de exportación*. Almería, Instituto de Estudios Almerienses, 1992.
- Sánchez Picón, Andrés, «El protagonismo de sierra de Gádor en el renacimiento minero español del siglo XIX. La importancia económica y el perfil social de la minería alpujarreña», *Farua. Revista del Centro Virgitano de Estudios Históricos*, 4-5, 2002, pp. 105-119. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2189140>.
- Sánchez Picón, Andrés, «Viento del sur. La presión local en la liberalización minera de 1825», en Xavier Huetz de Lempys y Jean-Philippe, *Sortir du labyrinthe. Études d'histoire contemporaine de l'Espagne. Hommage à Gérard Chastagnaret*. Madrid, Casa de Velázquez, 2012. Disponible en: <https://books.openedition.org/cvz/23894>.
- Sánchez Ramos, Valeriano, «Ascenso y cénit del auge minero de la Berja decimonónica: los Lupión», *Farua. Revista del Centro Virgitano de Estudios Históricos*, 18, 2015, pp. 209-239.
- Vázquez Guzmán, Juan Pedro, *Vícar. Un pueblo, una historia*. Almería, Instituto de Estudios Almerienses, 2003.

RECETARIO

Acto 1. El Resplandor de los Cocidos

Cocido de carne, sin verdura. <https://youtu.be/D4BZczW0380>



Cocido de carne, sin verdura. Autoría: Rafael Birlanga Follana

En una olla, le pones la carne con agua fría y le pones una poquita sal. Se pone en el fuego y se le quita la espuma; y así que ya está espumado, se le ponen los garbanzos y un pedazo de jamón; y así que ya está casi cocido, se le ponen papicas; y cuando se vaya a apartar, se aliña y se prueba para ver si está bien de sal. El caldo para la sopa, sí se saca antes de aliñarlos, o después. El aliño del cocido, unos granitos de pimienta, clavo, y un poquito de azafrán. El resto, bien mojadito en la almendra y se le entra con una cucharadita de agua si está muy seco. Al cocido se le puede quemar el aliño, agregar una poquita de más agua. Y dele una vuelta al cocido el aliño antes de apartarlo. Si se quiere, se le puede echar a este cocido, un poquito de más caldo y un poquito de fideos, o unos panecillos. Los panecillos para el cocido van con huevo, un poquito de pan rallado y un poquito de caldito y ajo picado y una poquita de sal molida, de pimienta, clavo, azafrán y canela. Con todo se hace una masa regular y se van haciendo los panecillos friéndolos y así que estén fritos, se le ponen cocido, un poco antes se aparta que den los otros sabores. Y ya están. Se tiene cuidadito de tener encima del cocido. Un paño con agua caliente para ir añadiendo sal.

Cocido de verano

Se ponen la carne en una olla con agua fría y una poquita de sal, se pone al fuego y así hasta que espumea, se le ponen los garbanzos y un pedazo de jamón. Cuando está a medio cocer, se le añaden unas habichuelitas tiernas. Después de un rato, se agregan las papas, la calabaza, una cebolla, unos tomates y una poquita de sal. Si hay un pimiento verde, también se le pone junto con el pimiento. Una vez que todo está cocido, se aliña como el cocido anterior. Se da un revolico y se aparta del fuego. El cocido se aparta del fuego al gusto.

Cocido de gallina

Después de lavar bien la gallina que se vaya a cocinar, se acomoda en un puchero junto con los garbanzos. Se agrega agua hasta que la cubra y una poquita de sal y se pone a la lumbre. Una vez que hierva y que se espumea se le pone un poco de jamón o hueso y se deja hervir hasta que esté el caldo para tomarlo. Si está espeso, se le añade una poquita de agua caliente. Se prueba si está bien, se saca bien para caldo o para sopa. Si es para tomar caldo solamente, no se aliña, pero si es para comerlo se aliña igual que los demás cocidos.

De una gallina se puede sacar para 3 cocidos para enfermo. Y si no bien sea entero o a la mitad. Las yemas se cuecen en la sopa quitándole el pellejillo cocido. Y se vuelven a poner otra vez en la sopa.

Cocido de pata u oreja de cerdo

Se limpia muy bien la pata o la oreja que se vaya a poner y después se pone en un puchero con los garbanzos, agua fresca que lo cubra y una poquita de sal, y se pone al fuego y así que ya se le quita si tiene alguna espuma, se le echa un pedazo de jamón. Cuando todo esto va a medio cocer, se le pone un pedacito de morcilla y luego así que pasa un ratito, se le echan las papas. Se aliña como los demás pucheros y así que ya está cocido, se prueba y se le echa un poquito de perejil y unos granitos de arroz. Que así que esté cocido ya está en su punto.

Cocido de hueso o magra

Este cocido de hueso o magra es igual que el anterior, solo que en vez de poner la pata se pone el hueso o la magra. También se puede hacer este cocido de hueso o magra, como el cocido de verano, como el que hemos dicho anteriormente.

Cocido de callos

Así que ya están bien limpias las patas y los callos, echamos los callos. Todo bien lavado se ponen en una olla proporcionada a lo que se vaya a cocinar, se ponen con los garbanzos y agua fresca que los cubra y se ponen al fuego. Así que se espumean, se les pone un poquito de jamón, se dejan hervir. Y así que ya están a medio cocer, se le pone la sal y se le pone una cebolla, un tomate, una cabeza de ajos y unas ramitas de perejil, también un tallico de hierbabuena. Una vez así cocido, se aliña igual que los demás cocidos y se le echa la morcilla. Si está dura la morcilla, se echa cuando se espumea. El agua que se le va añadiendo es agua caliente, así que ya esté cocidito, se prueba y se aparta para que esté enfriándose.

Cazuela de arroz con pollo

Ya que esté el pollo limpio y hecho pedazos, se cuece con agua bastante, para que después de cocido quede esta agua para hacer la cazuela, pues esto es lo que le da el gusto; y se le pone para cocerlo una poca de sal, la necesaria. Ya que esté tierno, se aparta, y se pone una sartén con aceite en la lumbre (si el aceite fuera de longaniza o chorizo sale muy rica); y en aquel aceite se echa el pollo escurrido y se fríe; y si hubiera longaniza o chorizo o lomo, todo esto se fríen también con

el pollo. Se majean en almirez 8 granos de pimienta y clavo, bastante canela, un poco de azafrán, 3 o 4 dientes de ajos crudos, y tomate bastante; y si está seco se echa una chispica de agua antes de machacarlos; ya bien majado todo, se echa este aliño en la sartén con el pollo, que se fría allí y luego ya que está frito, se enjuaga el almirez y se le echa más agua, echándole el agua donde se ha cocido el pollo, que se tendrá guardada. Cuando hierva, se echa el arroz que se gradúe (según se quiera más caldoso o espeso). Si hay pimientos colorados, también se le echan que cuezan allí (o verdes asados), pero pimiento molido no se le echa a esta cazuela.

Cazuela de caracoles

Los caracoles se lavan muy bien en agua, 2 o 3 veces y se dejan en esperan; y se le echa una chorrada de vinagre y una poquita de sal. Se restriegan bien, otras 2 o 3 veces y se dejan en agua un ratico y después se ponen a hervir; y así que ya estén hervidos un rato, se les quita aquel agua y se le echa otra y se cuecen con una poquita de sal; y después se hace la cazuela igual que la pescada, echándole los caracoles con el agua en vez de la pescada.

Acto 2. Potajes y Pucheros

Potaje de habas



Potaje de habas. Autoría: Sharon Stefy Linares Linares

Se pone al fuego en una olla las habas y las habichuelas, y agua fresca y así que den un helvético se les muda aquella agua y se les pone agua caliente. Cuando esté otra vez hirviendo, se le echan los garbanzos y le ponen un pedacito de jamón; así que lleve sal, se le echa un chorro de aceite en el puchero. Si al potaje no se le pone jamón, entonces se le echa más aceite. Así que da un hervor, se le echa unas habichuelitas tiernas, si las hay, y así que ya está a medio cocer, se le pone una poquita de sal. Después se les echa las papas, la calabaza, una cebollita y unas cabezas de ajo y cuando ya está cocido, se fríe en la sartén con un poquito de aceite y se fríen los dientes de ajo y un pedacito de tomate muy bien picado, y así que ya está todo esto marinado, se le echa un poquito de pimienta molido, se le da dos o tres vueltecitas y se le echa todo en el potaje. Seguidamente, se alisa el potaje con azafrán, pimienta y clavos, igual que el cocido.

Potaje de acelgas

Se ponen al fuego en una olla con agua las habichuelas; y así que dan un hervor, se les mueve el agua y se les pone agua caliente. Se le echan los garbanzos y así que pasa un ratito, se les echa las acelgas que se tendrán picadas y lavadas y se le echa la sal; y así que dan un hervor ya cocidas, se le echa las papas, una cebollita y una cabeza de agua. Después se le echa dos dientes de ajo y un poquito de tomate frito en un poquito de aceite y todo esto con un poquito de pimienta molido. Se le echa al potaje y después se aliña como el anterior con unos choricitos, pimienta y azafrán. Se prueba y se aleja hasta que todo esto esté hervidito.

Potaje de col y nabos. <https://youtu.be/rluZGPe7qOc>



Potaje de col y nabos. **Autoría:** Rafael Birlanga Follana

Se ponen las habichuelitas a cocer con agua que así queden como un arbolito, se les muda el agua y así que estén hirviendo, se le echan los garbanzos y se le pone entonces un pedazo de

tocin.; así que ya esté casi cocido, se pica el clavo y la col y se echa primero el nabo y así que pasa un ratillo, se le echa la col, la sal y la morcilla; si está dura, se deja un rato; así que ya está cocida, se aliña con clavo, pimienta y azafrán, se prueba y se sirve.

Potaje de nabos solos

Se ponen a hervir las habichuelas y así que den un hervor, se les muda el agua con agua caliente y así que estén hirviendo, se le echan los garbanzos. Cuando estén a medio cocer, se le echa una papita; y así que esté cocida, se le aliña con clavo, pimientos y azafrán, y la sal. Se pone en una sartén con manteca y se marean aquí bien los nabos y la sal para que estén casi fritos, y todo esto se le echa al potaje, un ratico ahí, viendo para que acaben de cocer, se prueba y se sirve. El aliño se le puede echar después de los nabos.

Potaje de lleras. <https://youtu.be/R8Hss9X8US0>



Potaje de lleras. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Se ponen las habichuelas a hervir y una vez que den un hervor se les cambia el agua por agua caliente. Se le añaden los garbanzos, ya que van a hervir se le pone un pedacito de jamón y de oreja o pata de cerdo, si prefiere. Después se le echan los hinojos, cardillo y la sal si hace falta. Cuando estén a medio cocer, se le pone las papas y una vez que estén cocidas, se aliña con clavo, pimienta y azafrán. Una vez que dé un hervor, se sirve.

Potaje de lentejas

Después de limpiar las lentejas, se ponen en una olla con agua a hervir y así que den un hervor; se les muda el agua y se ponen con agua caliente a hervir otra vez y así que empiecen a hervir, se les echa un chorro de aceite. Luego se le pone una cabeza de ajos y se dejan hasta que estén coci-

dos. Se aliñan de esta manera: se tuesta un poquito de aceite con dos dientes de ajo y un pedazo de tomate y una poquita de sal. Se mueve el aliño como el de los otros potajes y ya que se vaya a apartar, se les moja un pedacito de migajón de pan en vinagre y después se le moja unas yemas, muy bien mojadas. Luego, con una poquita de agua, se echa al potaje; se prueba y se aparta.

Potaje de bacalao

Se echan en agua la noche antes los pedazos de bacalao con los garbanzos y por la mañana se lavan y se ponen a cocer en una olla con agua y así que estén a medio cocer, se les pone una cabeza de ajos y se le pone un pedazo de tomate. Pasado un ratito, se tuesta un poco de aceite y unos ajitos picados y tomate; se le echa con el aceite y un poquito de pimienta molido también frito. Se le echa al aliño con clavo, pimienta y azafrán y cuando se vaya a apartar se le echa un mojón de pan mojado en vinagre y una yema de huevo bien batido; se prueba y se sirve.

Puchero con carne de conejo

Este cocido se pone igual que los demás cocidos, con las habichuelas, los garbanzos y el jamón, nada más. En vez de echarle la carne, se le echa el conejo que ya se tendrá bien limpio, la sal, agua, y vinagre; luego se le ponen las papas y los nabos, así que esté cocido, se aliña como los demás pucheros, se prueba de sal y se sirve.

Menestra de presules y de habas. <https://youtu.be/lv6XYnIJIQk>



Menestra de presules y de habas. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Se pone en una cazuela con aceite y se fríe en ruedecitas de ajo, unas cebollitas, un cogollo de acelga bien mareadas y un tallito de perejil y tomate picado, todo esto mareadito y mojado. Luego se echa los presules y se marea todo bien otra vez. Se tiene en el almirez molida pimienta,

clavo, canela y azafrán con agua caliente, se le echa este aliño y se dejan hasta que cueza. Para que quede el caldo hecho salsa, se tiene harina tostada y se le echa, se le pone por encima si se quiere huevos hechos ruedas o patatas alargadas fritas y rebanadas de pan tostado y pedacitos de jamón fritos o solo si se quiere.

Estofado de papas



Estofado de papas. Autoría: Pablo Bas Sola

Se pelan y pican las papas gordas, como para el pimentón. Se marean bien con aceite, dientes de ajo, tomates, un par de pimientos, un manojo de perejil, una hoja de laurel, pimienta en grano, cebollas clavadas con clavillos, de especias, todo esto bien regado. Se le echa el pimiento, se le pone el agua que será caliente, así que estén cocidas, se apartan y se les pone un poco de vinagre para servir las.

Potaje de habichuelas o estofao de habichuelas

Limpian las habichuelas y se ponen en agua fría a cocer. Una vez que hiervan, se les quita el agua y se les pone otra fría. También unas cuantas cucharadas de aceite crudo, una cabeza de ajos, una cebolla, una hoja de laurel, un pimiento en vinagre y, si no hay pimientos en vinagre, pimiento crudo. En la mesa se le pone el vinagre, especias de pimiento, clavo, canela, azafrán. Se dejan cocer y cuando estén cocidos se les pone la sal. Para añadirle agua si le hace falta, ha de ser fría para que las habichuelas no se pongan duras. Y se le pone unas papitas antes de aliñarlas.

Ajo blanco de habichuelas

Las habichuelas, que sean bien tiernas, se les quita la hebra y se ponen a cocer con agua y sal. Así que estén cocidas, se ponen en una bandeja que se enfríen. Se hace el ajo blanco con almendras

y se bate muy bien, echándoselo a las habichuelas por encima que esté muy cuajadito y se sirve. También se hace el ajo blanco para ponérselo a los sobrantes por encima después de fritos y para los huevos duros hechos ruedas.

Habichuelas de otra manera

Se les quita la hebra y se cuecen con agua, un poquito de jamón; ya que estén cocidas, se aliñan en seco con pimienta molida, sal y un poquito de aceite.

Potaje de garbanzos solos

Se ponen a cocer los garbanzos con agua y sal. Una vez que están cocidos, se marean muy bien en una cazuela con aceite. Se les pone una salsa compuesta de avellanas machacadas con especias de pimienta, clavo, azafrán y canela, y un ajico que estará frito antes en el aceite de los garbanzos.

Acto 3. Ensaladas, verduras y tortillas

Ensalada de lechuga

Se pica la lechuga al gusto y se lava bien lavada; se le pica una hojica de borraja, un tallico de hierbabuena, un ajico muy menudo y una poquita cebolla; y se le echa la sal, el aceite y el vinagre y se deja. Si la lechuga está dura, se deja dos o tres horas en agua cuando esté picada y luego que haya tomado el aliño, se le echa el agua. También se pone la ensalada en seco, con las cebolla y las hojas en pedazos grandes, en una fuente que no sea honda se pone, poniéndole aceite, vinagre y unos casquitos de cebolla; y se sirve sin caldo.

Ensalada de apio

Se pica el apio y se rajan los pedacicos para que se ricen; y se dejan en agua un rato; y después se aliñan con unos granicos de pimienta enteros y otros granicos que se le echan majados con sal; una cucharadica de aceite y el agrio de una naranja o media, hasta dejarla al gusto; y también un poco de vinagre, se deja un rato con este aliño antes de echarle el agua.

Ensalada de escarola

Se pica la escarola, se lava bien y se deja un rato en agua; y después se aliña con aceite, vinagre y sal; dejándole poco caldo, casi seca y los pedazos cortados grandes; y se le pica ajo, bien sea en ruedas o menudo.

Ensalada de acelgas

Se pican las acelgas y se cuecen con una poquita de sal y agua; y así que ya estén bien cocidas, que estén bien blandicas, se apartan y se dejan en el mismo puchero hasta que se enfrían; y así que ya estén frías, se sacan y se reenjuagan bien enjuagadas; y se les echa un ajico tostado y el aceite tostado y el agua y el vinagre, probándolo por si le falta sal.

Ajoblanco

Se pelan las almendras, según la cantidad que se vaya a hacer; y se muelen muy bien molidas y se les echa un dientecico de ajo (o el que se quiera) crudo; y se va embutiendo todo esto con un miajoncico de pan que se tendrá echado en vinagre y agua; y se le echa la sal; y se le va echando a chorradas de aceite y batiendo todo esto bien batido, echando también una chorrada de vinagre; y ya que todo esto esté bien trabajado, se echa en la fuente con el agua, dejándolo de claro al gusto.

También se hace el ajoblanco de almendras y habas juntas y también de habas solas.

Alcachofas rellenas



Alcachofas rellenas. Autoría: Sharon Stefy Linares Linares

Se limpian las hojas de encima y se les dejan las puntas hasta que den un par de hervores. Después se escurren y se abren en la mano. Se rompe el relleno que se compone de pan rallado, pimiento, ajo picado, perejil picado y, si hay, jamón picado y machacado, y huevo batido para hacer con todo esto una masa para rellenarlos. Ya rellenos, se atan con libras y se ponen a freír. Se cuida que frían primero por donde tienen el relleno para que no se salga. Una vez fritos, se les añade una salsa con harina tostada, o bien sea como se pone a las albóndigas de carne. También se rellenan las alcachofas, las papas, la calabaza y los pimientos, y nada más que éstas se fríen, se les pone la salsa.

Tomate, pimiento, cebolla y calabazas rellenas

Se hace una masa como para albóndigas, se rellenan los vegetales limpios, se tapa el pedazo que se quita con unas cañicas, y las calabazas que serán chiquititas se juntan con las cañicas lavadas. Luego se ponen en una cazuela con una poquita de agua, sal, y manteca, y se dejan hervir hasta que consuman el agua y queden en su salsica, que se sirven.

Otra clase de relleno para calabaza, tomate, pimiento y patatas

Se toma lo que se va a rellenar, se saca el corazón cuidando de no abrir muchos agujeros, se hace una masa con carne como para albóndigas con carne, se rellenan y luego se harina la boca antes

de dorar en aceite ya hirviendo. Una vez doradas, se prepara un aliño con especias, agua y sal, y se dejan coche.

Tortilla de perejil

Se pone al fuego la sartén con el aceite; que así que esté frito se echa el perejil picado; y así que se le dan dos o tres vueltecicas, se le echa el huevo, que se tendrá bien batidico y una poquita de sal, y se hace como un bollico.

Tortilla de calabaza

Se pica la calabaza bien menudica, y se fríe en la sartén con el aceite y una poquita de sal; y así que esté frita se le echa azúcar bastante hasta dejarla al gusto, y los huevos que se necesiten, que se tendrán bien batidicos. Se vuelve hasta que se fría.

Tortilla de papas

Se parten las papas a ruedecicas, y así que ya están fritas en la sartén con el aceite, se les echa una poquita de sal. Se le echa los huevos que necesita que se tendrán bien batidos; teniendo cuidado de volverla para que se fría bien. También le sienta bien a esta tortilla jamón muy picadito y frito.

Tortilla de pescada

Después de frita la pescada, se desmenuza bien en un plato y se le pica un poquito de ajo, un poquito de perejil y una poquita de sal y pimienta molida. Se baten bien los huevos que necesite y se reúne todo esto friéndolo en la sartén.

Tortilla de bacalao

Después de cocido el bacalao (o echado en agua la noche anterior para que esté blando y sin sal), se espisca bien menudico y se lava bien con agua caliente para que se le vaya la sal. Se pone una sartén con aceite y se echa el bacalao bien escurrido; y así que esté frito, se le echa los huevos que necesite.

Tortilla de espárragos

Se cortan los espárragos en pedacicos pequeños, que estén tiernicos y se cuecen en una poquita de agua con una poquita de sal; y así que estén blandicos, se fríen en una sartén; y así que estén friticos, se les echa los huevos que necesiten.

Tortilla de mollejas

Se limpian bien y se van lavando, poniéndolas a cocer con una poquita de agua y sal; y así que estén ternicas, se fríen en una sartén, y así que estén fritas, se les echa los huevos que necesiten.

Tortilla de boquerones

Después de limpios y desrapados los boquerones, se fríen; y así que estén friticos, se les echan los huevos que necesiten y si le hace falta sal.

Tortilla de relleno

Se baten bien los huevos y se le raya allí un poquito de pan; y se le pica un poquito de perejil; y se le echa una poquita de canela molida y una poquita de azúcar, hasta dejarla dulce; y todo esto bien batidico, se fríe.

Tortilla de berenjenas

Se parten las berenjenas a ruedas muy finicas; se extienden en una fuente y se les pone por encima sal molida para que se quite el amargo; se fríen y cuando estén fritas se les pone el huevo.

Acto 4. Delicias del Mar

Salsa o guiso de pescado

Se pone la cazuela con aceite y se fríen almendras, un diente de ajo y un pedacito de pan. Se saca todo esto y se pone el pescado, hecho pedacitos, que se marea en aquel aceite, cuidando de no moverlo mucho para que no se rompa. Después de marearlos, se le pone el agua suficiente para que cueza y una vez cocido se le pone una salsa que se prepara del modo siguiente: especias molidas de pimienta, clavo, canela y azafrán. Lo que ya se tiene frito se mueve muy bien con todo esto y un tomate asado también machacado. Y esta salsa se le pone al pescado para que dé un hervor, dejándola clarita.

Encebollados de bonito

Para una cazuela regular se pone el bonito ya en pedacitos y se le pone allí una pizca de aceite, una cebolla grande en cuatro o cinco pedazos, una hoja de laurel, canela molida, pimienta, clavo y azafrán, y el agua necesaria para el caldo. Se pone todo en crudo. Cuando esté cocido, el pescado se aparta y se le pone un poco de vinagre para servirlo.

Escabeche

Se prepara el caldo del escabeche con especias molidas: clavo, azafrán, pimienta, canela y una chispita de jengibre, junto con un diente de ajo entero y crudo, un manojo de perejil, una hoja de laurel, vinagre, sal y el agua que se quiera. Así que se sazone, se le echa lo deseado que estará frito y frío; se le pone también sal de escabeche, un pedacito de cáscara de naranja (siendo mejor si está seca, pues le da un muy buen gusto) y unos granos de pimienta entera.

Calamares rellenos

Después de que estén bien limpios los calamares, se pican las patas bien picaditas, un poquito de perejil y ajo, y se bate un huevo según la masa suya. Se desmenuza un majoncico de pan, se le pone especia de todo: pimienta, clavo, azafrán y canela. La sal bien molida y con esta masa se llenan los calamares, cerrándolos con una colita para que no salga el relleno. Se pone aceite a tostar con un ajico. Así que esté tostado, se echan los calamares allí para freírlos bien fritos y, así que ya están casi fritos, se le echa el aceite, una poquita de harina y una poquita de sal. Si se quiere, se fríen solos con el aceite y se sirven en seco. También se pueden rellenar los calamares con los mismos ingredientes que los anteriores, nada más que también se puede picar un poquito de jamón, y se pueden echar unas pasitas, y se fríen igual que los anteriores.

Otro guiso de pescada

A una lb de pescada cortada en rodajas se le añade una jícara de aceite y una jícara de aguardiente, una hoja de laurel, pimienta en grano, clavo machacado, unos granitos de pimienta, azafrán y sal, junto con suficiente agua para que cueza. Después se prueba y, cuando esté en su punto, se sirve.

Empanada de pescada

Después de limpiar la pescada y hecha ruedecitas, se acomoda en una cazuela con perejil picado, tomate, ajo, aceite y agua. Se añade el aliño de clavo, pimienta, azafrán y sal, todo esto en crudo, y se pone al fuego hasta que la pescada esté cocida y la mezcla tenga la consistencia deseada.

Otra clase de empanada de pescada

Esto es igual que el anterior nada más que en vez de echarle tomate se le echa almendras tostadas y mojadas y una yema de huevo batida. Si se ve que está clarillo con una poquita de harina

tostada para que le dé más espesor. Esta se le echa cuando esté cocidita la pescada y si se quiere se marea antes la pescada en el aceite. Las almendras se fríen en el aceite que se vaya a hacer la empanada y si la pescada se marea, se deja enfriar el aceite para echar la pescada; también se le puede poner una chorradica de limón.

Pescada asada



Pescada asada. Autoría: Sharon Stefy Linares Linares

Se limpia un trozo de pescada, entera o en partes, y se echa en un asador un poquito de aceite. Encima, se colocan unas ruedas de papas hasta cubrir el fondo de la vasija. Se pone la pescada encima de las ruedas de patatas y se le echa agrio de limón, ajo muy menudo picado, perejil picado, pimienta, azafrán molida y aceite lo suficiente para que se impregne. Se pone a la lumbre y por encima también se pone lumbre en una tapadera. Así que ya se abra, ya está cocida, sirviéndola en el mismo asador.

Encebollado de bonito

Después de limpio el bonito y hecho ruedas, se acomoda en una cazuela con agua, cebollas hechas cascós, pimienta y clavos, y canela molida en gran cantidad, aceite y sal, y se tapa muy bien; que hierva y así que se conoce que esté cocido, se prueba y se aparta. Si se quiere con más color, se le echa un poquito de azafrán molido y para servirlo, se le pone vinagre.

Sobre usa de pescada frita

Se pone a tostar un poquito de aceite con un ajico y se fríe una miaga de pan y almendras; así que esté frito, se echa en agua y vinagre, se machaca en el aire pimienta, clavo y azafrán y

así que esté bien mojado ese pan, se va de bien con el aliño, y luego se echa en la cazuela un poquito de pimienta molida. Se le dan dos vueltecitas, se le echa el aliño y se echa agua hasta dejar un caldito regular, y así que da un hervorcico, se echa la pescada frita, se sazona de sales y se sirve.

Guiso de pescada

Se pone un poco de aceite en crudo, también se ponen las ruedas de pescada cruda que está limpia junto con tomate en ruedas, sal y un pimienta entero, y todo esto se pone en crudo hasta que se cuece y se sirve.

Salmonetes. <https://youtu.be/4Nnc-VX0DXc>



Salmonetes. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Después de limpiar se van poniendo en una cazuela una tonga de salmonetes y encima se echa cebolla picada muy menuda, un poquito de orégano, un poquito de pimienta molida, una chorrada de aceite y unas gotas de vinagre. Se siguen poniendo salmonetes y a cada capa se le echan los mismos ingredientes. Se sazonan de sal y se ponen a la cazuela a la lumbre. Cuando rompa a hervir se le echa un poquito de agua, se sazonan de sal. Cuando están cocidos se van abriendo y se sirven calientes.

Calamares en almendrado

Después de limpiar los calamares se parten en pedacitos y se pone aceite en una cazuela. Se fríen almendras y, así que estén fritas, se sacan y se fríe un ajico. Se saca, se echa en aquel aceite los calamares, se marean muy bien y así que estén mareados se les echa un poquito de tomate picado y pelado, y se marea con los calamares. Así que estén mareados y el tomate frito, se le echa

agua suficiente para cocer. Así que estén cocidos, se le echa una salsa hecha con la almendra, el ajo, pimienta, clavos.

Guisadillo de calamares. <https://youtu.be/DXJwExiggy8>



Guisadillo de calamares. **Autoría:** Rafael Birlanga Follana

En una cazuela con aceite, se fríe una cabeza de ajos, un tomatito y almendras. Así que estén fritos, se añaden los calamares ya cortados en pedacitos y se marean bien. Ya mareados, se aliñan con pimienta, clavo y azafrán, se les echa una poquita de agua caliente, la necesaria para que cueza. Así que estén cociditos, se ajusta la salsa mojándola si es necesario y se sirve. Si se quiere, también se puede echar una yema de huevo batida con la almendra y un tallito de perejil.

Guisadillo de calamares de otra manera

Este guisadillo es igual que el anterior, pero en lugar de echarle salsa de almendra, durante el mareo se echa una hoja de laurel y luego un majado de pan con vinagre, dejándolo con poca agua para que quede con poco caldo.

Cazuela empanada

Se coloca el pescado en la cazuela y encima se le echa dos ajos picados, perejil, tomate picado, un poco de ácido de limón, especias molidas de pimienta, clavo, canela y azafrán, aceite, agua y la sal, y se tapa muy bien hasta que esté cocida. También se le pone especie en grano igual que el anterior, nada más que en vez del tomate picado se le ponen cebolla picada y luego se le bate una yema de huevo y unas almendritas tostadas.

Empanada de pescado

Se hace la cazuela empanada como la anterior, se saca después el pescado y se limpia de espinas. Con el caldo limpio de todo, lo que se le echa es harina, se hace una masa y se deja hecha hasta que se vaya a hacer las empanadas. Que esté el hojaldre, se despieza el pescado sin hacerlo muy en pedazos, se le pica perejil un poco y ajo, especias molidas, se bate una clara de huevo y se le echa esto. Y después se van haciendo las empanadas con la masa ya dicha, poniéndoles por dentro una poquita de masa de esta y friéndolos para tomarlos caliente.

Ajo pollo de calamares

Se tienen los calamares limpios hechos pedazos, se pone una cazuela con aceite, se fríen unas ruedas de ajo y se sacan, se fríen unos pedacitos de migajón de pan, se sacan y se echa en agua. Se le echan los calamares en el aceite para que se mareen y en cuanto estén mareados, se le echa el agua suficiente para que cueza. Cuando están ya cocidos, se le echa la salsa compuesta de especias finas de canela, pimienta, clavo y azafrán, y los ajos que se freirán machacados y el pan. Que dé un hervor y se sazona y quede mojadito. También se le pone, si se quiere, un puñado de pasas de Málaga que cubra los calamares.

Albóndigas de bacalao

Se cuece el bacalao después de tenerlo un rato en agua o se tiene de la noche anterior en agua. Cuando esté, se limpia bien de espinas y pellejos y se pellizca con los dedos. Se le añade pimienta molida bastante y azafrán, pan rallado en cantidad, una chispa de limón rallado, un manojo de perejil picado, un diente de ajo picado. Se baten los huevos que serán necesarios para lo que se vaya a hacer y se mezcla todo, dejando una masa regular para freír las albóndigas. Ya fritas, se pone una cazuela con agua que ya empieza a hervir, se echan las albóndigas que hiervan y entre tanto se hace la salsa, que es un diente de ajo asado y otro frito, un poquito de perejil y pan fritos, que pueden servir las cortezas del pan que se raya. Ya fritas, se ponen en agua que se ablanden, se machaca todo esto en el almirez con una buena chorrada de aceite y todo mezclado se echa en la cazuela con las albóndigas, que lleva todo hasta que queden blandas. Se prueban y se sirve.

Buñuelos de bacalao

Estos se arreglan igual que el modo de arreglar los sesos, nada más que en vez del seso se pone dentro de la masa bacalao, que deberá estar desalado o cocido y bien picado. Se forman los buñuelos.

Modo de arreglar el marisco

Se asa la caracola, bien sea en el horno o bien sea en carbón. Ya que esté asada, lo que se conocerá porque el gajo sale con el tenedor, se pone en un plato, se pica muy bien y se le pone un poco de sal, pimienta molida, perejil picado, ajo muy picado, un poco de orégano, aceite agrio de limón y, con todo esto muy mezclado, se sirve.

Acto 5. Chacinería y Carnes Variadas

Riñones con ajillo

Se limpian quitándoles el pellejo y se cortan en ruedas. Se ponen a cocer con agua y sal, y así que están bien cociditos, se fríen con un poquito de aceite o manteca. Una vez fritas, se les moja el aliño, que consiste en unos cominos, unos clavos, unos granos de pimienta y un mojón de pan con vinagre y unas poquitas de sal. También se le echa un poquito de pimiento molido y se marea para que no se queme. Enseguida se le echa lo que se tiene en almirez. Ya batidito se le

dan unas vueltecitas, se prueba y se sirve si se quiere, se le echa el pimiento molido en almirez en vez de la sartén.

Ajillo para riñones

Después de fritos, se les pone ajos machacados y un poco de pimiento molido. Se sirve con esta salsa.

Riñones con tomates y pimientos

Después de limpios y cocidos, se fríen. Una vez fritos, se les hecha el tomatito con una poquita de sal y luego el pimiento asadito. Se prueba de sal y se sirve, si se quiere. Se sacan los riñones para freír el tomate y el pimiento. Una vez que la fritanga esté hecha, se vuelven a echar los riñones.

Ropa vieja

Se saca la carne del cocido ya cocida, se desmenuza muy bien y se aliña con aceite, vinagre y pimienta molida, y una poca cebolla cruda picada. Se sazona de sal y se sirve.

Conejo con ajillo

Se parte el conejo y se lava muy bien. En la segunda agua se le echa una chorrada de vinagre y una poquita de sal, se deja tapado un rato grande. Después se vuelve a lavar muy bien, se pone a cocer en una cazuela con agua y poquita de sal; así que ya está tierno, se aparta. Se pone una sartén con aceite, se fríe el conejo, y ya que está frito, se le echa el adobo que se tiene preparado. Este consiste en un trozo rico de chorizo, unos granitos de pimienta, unos granitos de cominos, unas hebras de azafrán y un dientecito de ajo. Se muele todo muy bien y se mezcla con una molla de pan que se tiene echada en agua y vinagre, se le echa un poquito de pimiento molido y una chispita de sal; ya todo esto bien batido se echa en un plato para echarlo en la sartén que tiene aceite suficiente. Se le dan unas vueltecitas en la lumbre, se prueba y se sirve.

Conejo con tomate

Se arregla igual que el conejo con ajillo, solo que, en vez de echarle ajillo, se le echa tomate y pimiento. El pimiento debe estar asado antes de echarlo. Se le pone una poquita de sal y, así que esté todo frito, se prueba y se sirve.

Pollo con ajillo

Se arregla igual que el conejo con ajillo, con la única diferencia de que al pollo no se le echa vinagre, solo se lava.

Pollo con tomate

Se cuece el pollo con muy agua y sal, así que esté blando; se fríe y después se echa el tomate picadico, una chispilla antes que el pimiento, pues el pimiento se echa asado y cortado en rajitas. Se le echa una poquita de sal y así que esté todo frito, se prueba y se sirve.

Ajo pollo de papas

Éste se hace igual que el ajo pollo de calamares, nada más que no se le ponen pasas y se deja con un poco más de caldo que el otro.

Cazuela de pollo como si fuera estofado

Se pone el pollo a cocer, ya hecho pedacitos, en agua con una chorrada de vinagre, con pedacitos de tocino, una cabeza de ajos, una hoja de laurel, un manojo de perejil, especias de todo en gran cantidad. Ya que esté el pollo cocido, se saca del agua y esta es la que sirve para hacer la cazuela.

Se pone aceite en la cazuela y se fríen los ajos, bastante tomate y se añade el pimiento y especias molidos. El ajiaco se prepara como a las demás cazuelas, solo que esta no se le fríe un pimiento ni cebolla. El pollo se fríe antes para echarlo un ratito antes de apretarlo. Se marea el arroz muy bien con el frito antes de ponerle el agua, y ya que se le echa el agua, que es en la que se coció el pollo, así que ya está el arroz, que se le pone poca agua, se le echa unos pimientos hechos rajitas asados y el pollo por encima, cubriéndola de esta manera.

Pollo a lo marengo

Se marean bien los pedazos de pollo en aceite o manteca con 7 u 8 dientes de ajo pelados, que se van friendo a la par con el pollo. Con el cucharón, se van deshaciendo ahí mismo para que el pollo absorba los sabores. Ya frito todo, se le añaden dos pizcas de vino y la sal y agua necesarias para su cocción. Una vez cocido y reducido en su salsa, se sirve. Si se desea, añadir un puñado de pimienta molida realza el sabor.

Carne en salsa

Se pone en una cazuela la carne en tajaditas a hervir con agua y sal y una cabeza de ajos; y luego cuando ya está la carne cocida se aparta y se fríen unos ajicos, unas almendritas; y así que estén cortados se machacan en el almirez con el aliño de pimienta, clavo, azafrán y canela y se dora la carne en la cazuela y se echa la salsa con una poquita de agua y sal de la que ya se ha cocido la carne y se deja cuajadita.

Para guardar la carne de vaca

Se corta en pedazos y se tiene 24 horas con pimienta y sal molida; que tenga bastante para que estén bien untados los pedazos de las dos cosas. A las 24 horas se marea la carne muy bien mareada con bastante aceite; y sin quitarle la pimienta y la sal, se guarda, pues sirve para muchos días.

Guiso de carne

Esta carne que llevo dicho que se guarda, se arregla de esta manera: se barreñan los pedacicos con huevos batidos y harina; lo mismo que los sesos, y se fríen, sirviéndolos caliente, y está muy rica: pues como ya está mareada de antes y tiene la pimienta y sal tomada de antes, sale bien.

Otro guiso de carne

Se pone la carne hecha pedacitos en una cazuela con una chorrada de vino y agua y especias molidas, la sal y se pone a cocer y se le echa un pimiento, un tomate y una cebolla, así que estén cocidas se saca la cebolla, el tomate y el pimiento y se mojan pasándolos después por un colador y un poquito antes se aparta la carne y se le echa, se prueba de sal y se sirve.

Guiso de carne de vaca

Se le pone pimienta, sal y se acomoda en una parrilla para asarla; y se le pone por encima una poca de manteca, para que tome la carne; y se vuelve para que se haga bien por el otro lado. Y si se quiere, se le puede poner otra poca manteca y en cuanto esté asada, se sirve.

Carne del cocido arreglada

Se arregla con pimienta molida, limón, azafrán molido, perejil muy picado, ajo, sal y aceite, poniéndola después en las parrillas a asar, así que ya esté asadita se sirve.

Pierna de carnero a la venason

Después de limpia la carne, se mecha con buen jamón, canela, clavos y pimienta molida; se envuelve el jamón con la especia y un poco de vino y vinagre; se le hace a la carne con un cuchillo

de punta aberturas profundas y en ellas se introduce la masa que ya he dicho. La carne ya mechada se coloca en una vasija a propósito, echándole un tallo de romero, otro de tomillo, unas hojas de laurel, especia molida y vino y vinagre hasta cubrirla (vino se le pone casi el doble de que vinagre); se sazona de sal y se pone a hervir en buena lumbre. De esta manera dura hasta un mes.

Pechuga mechada

Se toma una pechuga limpia y sin pellejo; se toma un pedacito de jamón y se parte en pedacitos pequeños; se mecha la pechuga con estos pedacitos de jamón; se le echa por encima limón en cantidad, especias molidas como pimienta, clavo y canela; y si gusta darle color, azafrán. Para cocerla, con caldo del puchero; y si no hay, con agua. Se sazona de sal y se deja cocer. El pellejo de la gallina, se le lía por encima de la pechuga para cocerla, para que salga entera, y luego se le quita para servirla.

Pechuga asada

Se pone la pechuga en una cazuela con agua, una jícara de vino, pimienta, clavo y canela molida y una hojica de laurel, dos dientes de ajos, un manojico de perejil. Se sazona de sal hasta que cueza.

Gallina en dulce. <https://youtu.be/ha29dOOpbks>



Gallina en dulce. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Después de limpiar la gallina se acomoda en una cazuela con agua, vino, dos cucharadas de manteca, otras dos de azúcar, y trozos de canela. Se tapa muy bien y se deja hervir hasta que esté cocida y se dore en su salsilla. Si está dura, antes de dorarse se añade más agua caliente y una poquita más de azúcar hasta que esté blandita.

El asado de pollo de gallina

Éste se pone igual que el asado anterior nada más que en vez de poner la carne se pone el pollo o la gallina que esté entera y limpia. Después de limpiar la carne, se hace pedacitos y se pone en un puchero una cebolla, un tomate, una cucharada de manteca y especias de todas molidas y la sal y agua que necesiten. Así que estén cociditas y que seque en la salsa, se sirve.

Asado de carne

Después de limpiar la carne y entero el pedazo, se pone una cazuela con aceite y se fríen unos ajitos. Luego, se abren unas papitas que, así que estén doradas con una poquita de sal, se sacan en un plato. Entonces, se dora la carne y así que esté dorada, se le pone una taza de vino, una chorrada de vinagre, el agua y la sal y especias de todas, molida y entera, y un trozo de canela. Así que ya esté la carne tierna que esté en el aceite, se le ponen las papitas que se doran en una sartén y se sirve.

Guisadillo de carne

Se pone la cazuela en la lumbre con el aceite y unos pedacitos de tocino; así que estén mareadillos, se ponen 3 o cuatro dientes de ajo. Una vez fritos, se echa la carne cortada en pedacitos y una poquita de sal. Cuando esté mareada, se añade un tomate o dos hechos pedacitos; ya mareados, se pone un poquito de pimienta molido, un ramito de perejil y la especia con el agua, que es de pimienta, clavo y azafrán. Cocida y sazonada la carne, se le ponen unas papitas y unas rajitas de pimienta asados. Así que todo está cocido, se sirve caldosico.

Estofado de carne, rico

Se pone en una cazuela la carne con una taza de vino, otra taza de aceite y otra taza de vinagre, una hoja de laurel, una cabeza de ajos, un manojo de perejil, un tomate, una cebolla, un pimientito, especias molidas de pimienta, canela, clavo y azafrán y si hay berenjena, se le puede poner también. Se añade la sal y el agua suficiente para que cueza. Ya que está la carne cocida, se aparta y se pone en otra cazuela y se le añade todo lo de la cazuela por encima, colado todo con una prensa. Se sirve con esta salsa. Se pueden poner las perdices u otra cualquier carne.

Chuletas de cerdo

Se cortan a propósito, se marean un poco y se les pone pimienta molida, perejil muy picado, una buena chorrada de limón a cada una y la sal suficiente. Se dejan en este aliño un buen rato y luego se baten huevos y pan rallado aparte, cada cosa. Se bañan con huevos las chuletas y luego el pan rallado, y luego otra vez con los huevos, friéndolos en aceite o manteca que se queden doraditas y se sirven calientes.

Empanadillas

Se hace un hojaldre combinando aceite y harina. La masa o relleno se hace picando jamón, huevo cocido duro y menudamente picado y pimientos picados, y si les gusta la pimienta, se le pone un poco bien molida. El hojaldre se tiende en el rodillo que quede muy fino y se hacen las empanadillas del tamaño que uno quiera. Estas son las que se hacen en la casa.

Perdices en estofado

Se acomoda una perdiz en una cazuela con aceite, especia en grano y molida de pimienta, canela y clavo, y un poquito de azafrán también molido, una hoja de laurel, una cabeza de ajos, vino y una buena chorrada. Si puede cubrirlas, mejor, con un pimientito en vinagre y la sal. Si no las cubre el vino, se llena de agua. Se deja cocer y cuando se ha quedado en aquel aceite se dora

la perdiz y después se le añade agua para que acabe de cocer si no está tierna y para dejarle un poquito caldo.

Perdices estofadas

Después de limpiar y bien lavadas, se acomoda en una olla donde se vayan a cocer y se les pone una taza de aceite, dos de vino, un pimiento en vinagre y, si no hay pimiento, una taza de vinagre, una cabeza de ajos, una hoja de laurel, especie en rama de pimienta y canela, un pedacito de tocino, si es magro mejor, y especias molidas de pimienta, clavo, canela y azafrán. Se le ponen con estas especias un poquito de agua y se le echa a la carne y la sal que se crea conveniente. Se deja cocer tapaditos y con un papel de estraza mojado y puesto en la boca del puchero debajo de la tapa de madera para que no se le vaya el aroma. También se cuecen estas perdices con los mismos ingredientes.

Quijadas arregladas

Se acomodan en una cazuela las quijadas con manteca o aceite, una chorrada buena de limón, pimienta molida en cantidad, ajos muy picados, perejil picado y la sal necesaria y agua para que se cuezan. En cuanto estén blandos, se aleja que gaste el caldo y se queden doraditos en el aceite para servirlos.

Carne mechada

En una cazuela con aceite o manteca, se prepara una molla de carne haciendo agujeros a lo largo con un cuchillo fino. Se cortan tiras largas de jamón y se mezclan con pimienta y canela molida, ajo muy picado y perejil. Las tiras se untan bien en la mezcla y se rellenan los agujeros en la carne con ellas. Una vez mechada, se cubre la carne con vino y se pone unas hojas de laurel, una cabeza de ajos, un tallo de perejil y especias molidas como canela, pimienta, clavo y azafrán y se deja cocer con el vino.

Guiso de carne mechada

Se mecha con jamón cortado en tiras alargadas y especias de pimienta, clavo y canela molida; y bien untadas con las especias las tiras de jamón se les mete a la carne. Después se le pone aceite (o manteca) y de la misma especia en grano y unas hojas de laurel y una cabeza de ajo y se cubre de vino. Así que se dora, si no se ha dorado antes, y cuando esté cocido se sirve.

Estofado, para lengua de cerdo o carne

En la cazuela, con manteca si se prefiere, se acomoda la lengua, ya sea en pedazos o entera, junto con unas hojas de laurel, ajos, pimiento en vinagre y especias de canela, azafrán y pimienta, todo bien molido. Se deja un rato para que se mezclen los sabores y luego se cubre con agua. Si la lengua está dura, se añade agua caliente hasta que se ablande. Se pueden incorporar unas papas alargadas para que se cocinen con la carne.

Asado de una manera para carne

Se coloca la carne en una cazuela y se añaden manteca o aceite, una buena cantidad de agua ardiente, hojas de laurel, cabeza de ajos y especias como canela, azafrán y abundante pimienta, todo molido. Se agrega la sal necesaria y se deja marinar un rato en este adobo. Luego, se añade agua hasta cubrir la carne para que cueza, añadiendo un tallo de perejil. Si la carne no está tierna tras la primera cocción, se agrega más agua caliente hasta que esté suave y quede en su salsa.

Carne en principio

Se pone la carne en la cazuela con especias molida y entera de canela, pimienta y azafrán, una taza de vino, media de vinagre, aceite, unos ajitos, una hoja de laurel y la sal y el agua suficiente para que cueza y quede en su salsa. Si se le quieren poner papas, se cuecen con la carne y después se doran en una sartén, volviéndolas a echar en la carne para servir las. Si las carnes están duras y no se ablandan, aunque hiervan, se pillan con el cucharón y se pinchan muchas veces con un tenedor dentro de la misma cazuela.

Puergut. <https://youtu.be/o9JieexOXhl>



Puergut. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Este guiso puede hacerse nada más que con carne de macho o cerdo. Se corta la carne en pedacitos del tamaño de una nuez y se dora bien en aceite o manteca y después se saca. Se echa en aquel mismo aceite una cebolla muy picada y se fríe muy bien. Ya que esté, se echa aquí la carne y un par de cucharadas de harina y, así que la harina esté bien dorada, se le echa agua caliente que la cubra, un ramo de perejil, sal y unas hojas de laurel. Cuando esté a medio cocer la carne, se le echan las patatas cortadas a lo largo y se mueve muy a menudo para que no se pegue. Al servirlo, se le quita el perejil y el laurel.

Carne rellena

Se cortan unas tiras de carne en cuatro, un poco grande, y se macea muy bien. Se le pone un poco de limón y pimienta y se deja un rato. Enseguida se hace un picado muy menudo de jamón, carne y lomo, todo en crudo, un par de huevos, un poco de pan rallado y una poca de pimienta y perejil picado. Enseguida se cuece la carne que está en limón y se hace una bolsa y se le echa dentro todo lo picado. Ya llena, se le cose la boca y se debe quedar como un rulo grande. Ense-

guida se pone aceite en una cazuela y se echa pimientos, tomate y ajo, todo entero, y así que esté bien mareados, se sacan y se echa en el mismo aceite la carne y ya que está bien dorada, se le echa agua caliente que la cubra y los tomates, pimientos, cebolla ya mareados. Ya que están en crudo un rato con la carne, se sacan y se pasan por un tamiz encima de la misma cazuela para que la carne continúe de cocer con esta salsa. Cuando se echan a hervir la cebolla, pimiento y tomates, se le echa también un ramo grande de perejil, unas hojas de laurel, los ajos y un poco de tomillo y romero, y todo se pasa junto por el tamiz.

Otro guiso de carne

Este guiso es lo mismo que el anterior, nada más que se hace con la carne sin rellenar y, por lo tanto, no se le echa limón ni pimienta ni se macea. Cuando se sacan, los abres para pasarlos, se le echan patatas pequeñas redondas para que cuezan con la carne y cuando está, se le ponen las patatas fritas alrededor de la fuente.

Bistec

Se corta la carne en pedazos a lo largo y finos, si puede ser. Se marea bien con la mano y se aliña con pimienta molida, sal y limón. Se deja en aquel aliño hasta que se vaya a freír, que será con manteca. Así que esté frita, se le fríen en aquella manteca unas papitas finas y alargadas y se sirven bien alrededor de la carne.

Croquetas de pechuga

Se ponen dos cucharadas de manteca en una sartén y se fríen unos cascotes de cebolla y perejil en rama. Se sacan ambas cosas y se echan dos cucharadas de harina; se le da un par de vueltas y antes que tome color se le echa la pechuga y el jamón que estarán cocidos y picados. Se menea bien para que se mezcle con la harina y se le echa un cuartillo de leche y se deja cocer sin dejar de menearlo con la rasera. Cuando la masa se despega del fondo de la sartén es que está cocida y entonces se echa en una fuente plana y se extiende con una cuchara para que se enfríe. Cuando está helada la masa se hacen unas albóndigas alargadas con las palmas de las manos y se echan en clara de huevo y después en pan rallado; y enseguida se echan en la sartén que estará llena de aceite y con buena lumbre para que las croquetas se fríen por parejo sin menearlas. Para una pechuga grande, un pedazo de jamón como la mitad de esta, un cuartillo de leche, dos cucharadas de harina y dos de manteca. La pechuga y el jamón han de estar casi hecho polvo.

Croquetas de sesos

Esta es igual que el anterior, nada más que en vez de jamón se le pone a una pechuga una sesada.

Croquetas de jamón

Dos cucharadas de manteca, otras dos de harina, un pedazo de jamón regular y un cuartillo de leche. Se le pone la manteca en una cazuela y se fríen unos casquitos de cebolla y unas ramitas de perejil, que todo esto se seca y se tira. Cuando se ha sacado esto se echa la harina en aquella manteca y se le da un par de vueltas y antes de que tome color, se le echa aquí el jamón y se menea muy bien para que se mezcle con la harina; y enseguida se le echa la leche y se deja cocer sin dejar de menearla con la cuchara. Cuando la masa se despega de la sartén es que está cocida. Entonces se echa en una fuente plana y se extiende con una cuchara para que se enfríe. Cuando esté helada la masa se hace en unas albóndigas alargadas con las palmas de las manos y se van echando en clara de huevo y después en pan rallado; y enseguida se echan en la sartén que estará llena de aceite con buena lumbre para que las croquetas se fríen por parejo. Se sirven calientes.

Emparedaos

Hoy se hace la masa como para las croquetas solo que si no se quiere no se le pone jamón a la masa. Así que ya esté fría, se destiende en una fuente y se van cortando pedacitos finos como la palma de la mano, cuadrados, poniéndoles por dentro tiritas de jamón alargadas y crudas y ya que esté todo lleno se le pone otro cuadrado igual encima para que el jamón quede dentro y se van echando en pares rayados y después en huevo batido para irlos friendo con bastante aceite.

Jamon cocido en vino, de otra manera

Se tiene echado en agua del día anterior para quitarle la sal. Se coloca en una cazuela seco el jamón del agua con unos granitos de pimienta, otros de clavo, un trozo de canela, una hoja de laurel y vino que lo cubra. Se pone en la lumbre y se deja que cueza un gran rato y, así que esté casi, se le pone el azúcar para que quede dulcecito. Así que ya esté cocido se saca y, con azúcar molida, se espolvorea por encima y con la rasera bien caliente se quema bien por los dos lados.

Modo de hacer la morcilla

Para un cerdo de 10 o 12 arrobas.

Dos arrobas de cebolla picada y bien lavada con agua fresca se echan en una talega, se ponen a escurrir hasta que no les quede agua; por eso, se hace esto el día antes de matar. Al sacar la sangre del cerdo, se le añade la cebolla ya escurrida, el clavo sacado al menudo, deshecho, bien picado y lavado con agua tibia, escurrido luego del agua. A la sangre, se le agrega la cebolla y de especias: una onza de canela, una de clavos, una de pimienta, y una de matalahúga y una chispita de jengibre, todo molido y servido, 1 lb de pimiento molido del bueno, un puñado de orégano bien restregado, dos cabezas de ajo asadas y bien molidas. Se mezcla muy bien, se prueba por si necesita más sal o especias, y se ajusta según sea necesario. Para llenar, esta masa se va echando en tripas bien atadas, se cocinan en una caldera con agua que las cubra, se calienta fuertemente, espumando y pinchando con una aguja de calcetería hasta que la tripa esté blandita, indicativo de estar cocida. Se prueba por si necesita más sal, añadiéndola en la caldera si es necesario. Finalmente, se aparta, se sacan y se cuelgan para enfriar. El agua restante se deja enfriar; la costra que se forma se hierva hasta reducir a grasa y se cuele en una vasija para su uso. Al sacar la sangre al cerdo, se prepara la sal necesaria para mezclar con la sangre recién extraída.

Modo de hacer la longaniza

Para un cerdo de 10 o 12 arrobas.

Se va limpiando la carne muy bien de la gordura y se va picando en una piqueta o con máquina. Así que ya está la carne picada, se le echa una poquita matalahúga molida y entera, un puñadito de orégano y, en esa masa, se le echa la cabeza de ajo asaditas y molida con sal y el pimiento molido, se le echa hasta que se quede el color al gusto. Se amasa muy bien esta masa humedeciéndose las manos con agua bien calentita, se prueba y se tapa. A las 24 horas, cuando se vaya a llenar, se prueba en una sartén, friéndolos una chispita de masa por si le falta algo, se amasa muy bien otra vez la masa y con una poquita de agua caliente hasta dejar una masa que pueda pasar bien por la jeringa para llenar las tripas. Se atan y se cuelgan que se sangren.

Longaniza de otra manera

Se pica muy bien la carne y se masa la masa con un poquito de orégano, un poquito de ajos machacados para sazonar la masa y un poquito matalahúga. Se llenan en tripas y se cuelga al servir hasta que se vaya a marear en aceite para guardarla.

Longaniza muy rica

Después de bien picada la carne, se majan ajos, orégano y sal. A esta masa se le añade carne con ajos y orégano, muy poco, y sal, la que necesite. Después de bien amasada con un poquito de pimienta molido, al otro día se llena después de probarla. Si está muy dura, se mojan las manos en agua caliente para amasarla. Pero si no está dura, no. El ajo que le salga poco.

Modo de hacer los chorizos

Para un cerdo de 10 a 12 arrobas.

Se saca carne que no tenga nada de blanco y bien picada con máquina. Se le echa un poquito de ajos asados y molidos (muy poco) otro poco de orégano, la carne de pimientos dulces cocidos necesaria, una docena de pimientos picantes picaditos con las tijeras, otra docena cocidos, se le saca la carne y se le echa a la masa. Se sazona de sal y se le pone también una chorrada de vino. Para amasarla, se va mojando las manos en vino. La masa se deja regular hasta el otro día, no se llenan los chorizos que se ponen a secar. Se me olvidaba decir que se le pone un puñado de pimienta molida, que es lo que le da el mejor gusto, pues es para los chorizos lo más esencial.

Lomo en adobo

Se maja un puñado de pimienta, 6 a 8 dientes de ajo, un puñado de orégano, sal, y pimienta molido; ya que todo esto esté bien majado, se lava con agua, se echa en la fuente que se vaya a poner el lomo, graduando con el agua que haya para hervirlo todo. Se sazona de sal, se ponen el lomo señalando las tajaditas como se quiera, y se embadurna todo y se deja en la fuente tapadito hasta que se vaya a marear, que será en otro día.

Lomo en adobo (de otra manera)

Bien limpio de grasa, se señalan las tajadas como se quiere y se adoba con un poquito de orégano, unas cabezas de ajo asadas, la sal que se maje con ellos que se crea necesaria para el lomo, un poquito de pimienta molido y como 1/4 de canela fina, otro de clavos, otro de pimienta, otro de matalaúga; y todas estas especias hechas un caldito espeso con agua y bien meneadito todo y que sea suficiente para meter el lomo y que quede bañado todo hasta otro día que se marea con aceite que lo cubra todo, para guardarlo.

Lomo machacado

Se limpia el lomo y se corta en trozos como de 5 o 6 dedos de los tallos y se va machacando por 3 o 4 partes de cada pedazo, abriéndoles un agujero hondo con un cuchillo. Se pica ajos pelados en una caldera y se echa clavos, pimienta, canela, y se van metiendo por cada agujero, después se pone la sal que se crea necesaria al lomo y se tapa hasta otro día que se marea en aceite. Entonces se prueba al ver si está bien de sal y se saca el lomo. El aceite se deja enfriar y así que esté frío, se echa coladito al lomo para que lo cubra, luego se tapa y se guarda.

Lomo con pimienta

Se señalan las tajaditas del lomo y se le pone la sal necesaria, pimienta molida y dientes de ajos enteros y pelados. Así que esté un día en este estado, se le sacan los dientes de ajo, se cortan las tajaditas y se marean.

Lomo guardados enteros

Se limpia el lomo muy bien, limpio sin la cabeza y sin nada blanco. Se le pone sal que se vea bien necesaria. Cuando al otro día ya ha tomado la sal, se baña bien bañado en pimienta muy molida y, al otro día, se muelen, se meten en la tripa y se cuelgan hasta que se sequen. Cuando se

les pone la pimienta, se meten entre 2 trapos y se le echa mucho peso encima hasta que se vaya a meter en la tripa. La tripa con clavo será proporcionada al lomo para que quede ajustadita y bien atada.

Para guardar los lomos hasta el verano

Se limpian los lomos y se salan, guardándolos 2 días en una tinaja bien ligaditos ellos mismos. Así que pasan este tiempo, se sacan y se lavan muy bien a fin de que no estén salados y se dejan 2 o 3 horas en agua. Después se enjuagan muy bien; se pone una sartén en la lumbre con bastante aceite, y ahí se echa el lomo cortado en trozos y se marean ahí. Así que estén fritos, se pone en una tinaja un plato hacia abajo en el fondo, y encima se echan las tajadas y se tapa muy bien la boca de la tinaja y encima se le echa un cobertor para abrigarlo, a fin de que se escurra el agüilla que queda por debajo del plato que hay en el fondo. Así que está ahí un día, se pone en una tinaja las tajadas bien apretaditas, y el aceite ya frío donde se ha frito se le echa saladito, que se abra y se tapa.

Otra clase de guardar los lomos y longanizas

Después de que se horneen un poco, se cortan las tajaditas que ya están señaladas de antemano, y se echa en una sartén aceite y manteca, las partes de cada una, y bastante para que cubra las tajaditas que se vayan a marear. Se echa ahí el lomo, y se le marea bien, y así que ya está bien mareado, se seca y se sofríe. Escurridos en una tinaja el aceite en que se ha mareado, se deja enfriar y así que ya está frío, se cuele bien coladito para echarla a las tajadas, que las abra y dejarlas guardadas bien tapaditas. La longaniza se guarda lo mismo, y se cortan las tripas en pedacitos para marearla.

Otra clase de embutidos

La mejor carne que haya, si puede de jamones mejor y que no tengan nada blanco, se pica bien y se le echa ajos pelados, un puñado de pimienta en grano, una poquita de pimienta molida y sal, y se amasa muy bien. A las 24 horas, se le sacan los ajos y se vuelve a amasar, y se llena esta carne en tripas que estén bien ajustadas y se ata en trozos. Se seca para comerlos asados.

Las mantecas

Se corta la manteca en pedazos y se echa en agua fresca por 24 horas, luego se tiene preparada una caldera en buena lumbre y una poquita de agua en olla, y se pone a hervir hasta que se haga aceite y se va sacando conforme se va rindiendo en una tenaza preparada con una servilleta en la mesa para que cuele. Cuando ya quede poca manteca y los chicharrones van doraditos, se echan las patatitas ya peladas. La manteca siempre se echa a parte porque siempre sale más oscurilla. Para echarla en las tripas, se saca de la tinaja ya que está casi fría, pero que todavía esté blandita para que corra, y se cuelgan para el verano.

Chorizos muy ricos

Después de bien picada la carne y que no tenga nada blanco, se hace masa con pimienta molida en gran cantidad y la sal molida necesaria. Se deja reposar 24 horas antes de llenarla. Una vez hecha la masa, y cuando se vaya a llenar, se fríe una poquita de masa para probarla. Si está al gusto y le sale el gustillo a la pimienta, se le atan las tripas a trozos.

Otra clase de chorizo

Después de bien picada la carne, que será de la mejor de cerdo para que no tenga blanco, se le pone pimienta molida y en gran cantidad, ajos asados y machacados. Para una fuente de masa regular, se le ponen 3 cabezas, pimientos picantes ardidos y bien machacados que sean colorados. Se deja de picante la masa al gusto, pero que sea bien picosa. Se le pone la sal necesaria, que sea molida, se amasa con vinos y, ya que está bien suave y bien amasado, se deja tapadita hasta

otro día que se llenan las tripas y se atan chorizados para poner a secar. Antes de llenar las tripas, se fríe una chispita en una sartencilla para probar la masa y dejarla al gusto.

Otra clase de morcilla

Se pican dos arrobas y media de cebolla. Después se hierva bien cocida (el día de antes a la morcilla) se echa en una talega y se deja escurrir para que no le quede agua. Cuando ya se vaya a hacer la morcilla, se hace la masa de esta manera: se le pone el sebo ya picado y lavado con agua caliente a la cebolla, 3 cabezas de ajos asados y machacados, pimienta molida en gran cantidad, clavo molido, canela también al gusto.

Salsa para las albóndigas

Ya fritas las albóndigas, de carne o pescado, se pone una cazuela en la lumbre con agua y tomates según la cantidad, bastantes tomates y, así que rompa a hervir, se echan las albóndigas para que cuezan. Así que ya están los tomates, se pasan por una pasadera, sirviéndolas con esta salsa.

Modo de arreglar los sesos

Así que esté cocida la sesada con una poquita de sal, se le quita el pellejo y se hace pedacitos pequeños. Se hace aparte una masa con harina, agua y un poco de sal, dejando que esta masa repose un poco. Al momento de freír, se le baten a la masa unos huevos, según la cantidad, y se toma un poco del seso, poniéndolo en una cucharada de aquella masilla, friéndolo todo junto. Así salen a manera de buñuelos y se van friendo todos como buñuecillos.

Modo De Arreglar La Asadura

Se cuece con agua y una pizca de sal, ya que esté cocidita se fríe y así le ponen pimientos picados y cebolla y una poquita de sal; así que está mareado, se le echa el tomate picado y una pizquita de sal muy poca. Se marean un poquito ajos, unos de cominos, pimienta y clavo y pimienta molido. Todo muy poca cantidad, pues cuando es poca cantidad no es nada más que una pizca de ajo, se muele todo y se le echa a la sartén, así que esté todo se prueba y se sirve el ajo que esté para mojarlo asadito.

Acto 6. Dulces

Cabellos de ángel

Se coge una «sidra callote» y se parte en cuatro pedazos. Se echa en una fuente con agua fría que la cubra y se deja al sereno toda la noche. Luego, al otro día, se enjuaga muy bien en otra agua y se pone a cocer en un perol con otra agua limpia y se deja cocer hasta que la cáscara se desprege con facilidad de la sidra (debe estar tapada para que no se ponga dura). Así que ya esté cocida, se aparta y se va despegando los cabellitos con la punta de un cuchillo. Se echan en una fuente con agua caliente, que esté limpia, y después de que ya se han enjuagado bien, se acomodan otra vez en el perol con agua limpia y que esté caliente. Se le echa en aquella agua una poquita de azúcar, unas rajitas de canela, y se deja hervir tapaditas hasta que ya estén cocidos los cabellos, que es cuando ya están blanditos. Entonces se van secando bien escurridos con la cuchara y se echan en un plato. Después de hacer el almíbar, que es para cada libra de cabellitos tantas libras de azúcar y cuartillo de agua, así que ya esté hecha el almíbar se echan los cabellitos y así que se le dan dos o tres vueltecitas se apartan y se guardan para tomarlos fríos en una compota.

Cuajada de almendra

1 lb de almendra pelada y bien molida y 7 u 8 amargas, una docena de huevos y 1 lb de azúcar y la raspadura de un limón se baten por espacio de 1/4 de hora las yemas con el azúcar y se le agrega la almendra y cuando está todo esto bien revuelto, se baten aparte las claras a punto de merengue

y se junta todo batiendo muy bien con las raspaduras de limón. Se prepara la cuajada con aceite frito que esté frío, juntándolo todo muy bien, o una corteza de tocino. Se cuece en el horno.

Croquetas de chocolate

Para 4 oz de chocolate, medio cuartillo de leche se pone a cocer; si acaso resulta blando, se le añade una chispita de harina de azúcar. Así que ya esté cocido, se le echa en una fuente y se deja enfriar y lo demás como las otras cazuelas.

Croquetas de crema

Se hace la crema que es, un cuartillo de leche, 8 yemas, media libra de azúcar y un poquito o una cucharada de almidón que se deslíe en la leche; se baten bien las yemas con el azúcar y así que estén bien batidas se le va echando la leche, con el almidón; se ponen a la lumbre y se hacen unas natillas duras y cuando estén cocidas se ponen a enfriar. Cuando estén frías se van haciendo unas albóndigas largas que se van en «emborrizado» en pan rallado y clara de huevo batida, friéndolos con mucho aceite y luego se les echa por encima (así que estén en la fuente) azúcar y canela.

Borrachillos



Borrachillos. Autoría: Pablo Bas Sola

Una taza de aceite, otra de vino y un poco más de vino; la harina que admita para que la masa esté muy blanda. Se fríe con mucho aceite y luego se bañan en almíbar.

Bizcochada

Se ponen los bizcochos en una fuente plana previamente humedecida con ron, y se les añade una poca de almíbar y canela por encima. Después, se agrega una tonga de dulces secos cortados en

pedacitos y otra de bizcocho preparado del mismo modo. Este proceso se repite según lo grande que se quiera. Finalmente, se baten claras a punto de nieve y se le pone por encima, se mete en el horno para que estén un poquito doradas.

Pestiños madrileños

Se pone aceite a freír y, así que está, se le echa un puñado de matalahúga, teniendo cuidado de que no se queme. Se echa la misma cantidad de vino y una chorrada de aguardiente y la harina que necesite para dejar la masa dura. Se trabaja muy bien y se hace con las manos un rodillo; se fríen con mucho aceite. Se hace almíbar a punto de caramelo y se bañan bañándolos y secándolos.

Empanada de dulce

Para una taza de aceite, otra de vino, una o dos yemas de huevo y la harina necesaria para lograr una masa dura. Se trabaja bien la masa, se forma la empanada rellenándola con cabellos de ángel, se fríe y finalmente se pone azúcar cernida por encima.

Natillas

Para dos cuartillos de leche, cuatro o seis yemas, según se quiera hacer de delicadas, azúcar al gusto, 4 oz de almidón. Se baten muy bien las yemas y se les echa la leche que tendrá ya el almidón para que se deshaga y se cuele por un colador. Ya puestas con el perol, se les echa una cáscara de limón y un canuto de canela. Se mueven siempre para el mismo lado para que no se corten.

Crema

Para un cuartillo de leche, 8 o 10 yemas, azúcar al gusto y una poca esencia de vainilla o limón, y se pone a cocer y se mueve como las natillas para que no se corten.

Flan de leche

Un cuartillo de leche, 1 lb de azúcar, una cucharada de almidón, 18 yemas y dos claras, y una poca esencia de limón o naranja. Se baten muy bien las yemas y claras con el azúcar y después se le va añadiendo la leche que tendrá el almidón para que se deshaga poco a poco. Después se echa en flanera que estará bañada con almidón y se pone a cocer al baño María. No se saca hasta que el molde con que se pone salga seco.

Polvo de batata

Se cuecen las batatas, se pelan pasándolas por un pasador. Se hace almíbar, y cuando esté a medio punto, se echa la batata ya colada. Se añade un trozo de cáscara de limón o naranja y se deja cocer hasta que no salte, para que no tenga agua.

Polvo de batata con almendra

Se cuecen las batatas, se apartan, se pelan y se pasan por una pasadera. Se muele muy bien la almendra, que estará pelada, para cada libra de batata, 4 oz de almendra, y se hace el almíbar: una libra. Se echa la batata que se deslíe en el almíbar y se le echa la almendra para que cueza con la batata.

Polvo de batata para guardarlo

Se lavan las batatas y se cuecen con cáscara. Una vez cocidas, se sacan del agua y se dejan escurrir hasta el día siguiente para que estén bien secas. Se mueve todo en el almíbar y se pone el almíbar con azúcar. Ya que el almíbar esté a medio hacer, se le echa ahí la batata y se deja cocer hasta que la masa esté bien durita y dorada, lo que indica que está para echarla en las partes.

Polvo de limón y almendra

Esto se hace igual que el anterior, nada más que en vez de echar la batata, se le echa la carne del limón, y el almíbar se hace la misma cantidad.

Huevo mol

Se hace el almíbar, para cada 6 yemas, media libra de azúcar. Así que esté el almíbar frío, se baten aparte las yemas y se le echa el almíbar y se pone a cocer. Se conocerá cuando esté cocido, cuando suene ronco. Se tiene preparado en una bandeja, una bizcotela mojada en almíbar y también se le pone una chorrada de ron o de algún licor para que tenga aroma. Después, se le echa por encima el huevo mol.

Piñonate. <https://youtu.be/-j9fwRHLAGU>



Piñonate. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Se baten dos huevos bien y se le va echando harina hasta dejar una masa durilla. Se hacen guruillos cortados, se pone una sartén con bastante aceite y se va friendo. Así que estén fritos, se hace almíbar fuerte y se van echando. Si el almíbar es de miel blanca, mejor.

Roscas de agua

A dos docenas y media de huevos, 1 lb de azúcar y 10 oz de aceite. Se baten los huevos y, así que estén bien batidos, se les echa el azúcar y se siguen batiendo. Se calienta el aceite y, así que esté frío, se le echa al batido de huevos batiéndolos un poco. Se le va introduciendo la harina. Se deja una masa que no esté ni dura ni blanda, que se pueda sobar y se está sobando hasta que cruja. Se empiezan a hacer los roscos del tamaño que uno quiera. Se pone una sartén con agua en el fuego y, luego que está hirviendo, se van echando los roscos y se van despegando de la sartén. Así que suben por encima del agua, se sacan con una espumadera.

Pan dormido

A una docena de huevos, 1 lb de azúcar, cuarterón y medio de aceite, cuarterón y medio de agua, media libra de levadura y la harina que admita hasta dejar la masa blanda. Se trabaja muy bien y se deja 24 horas. Luego, se harán los bollos, los cuales se pondrán sobre tablas en harina. Con el horno flojo, se cuecen en latas que se tendrán a propósito.

Huevos rellenos. <https://youtu.be/aJ0ASf3-HJc>



Huevos rellenos. Autoría: Rafael Birlanga Follana

Se cuecen huevos duros. Cuando estén fríos, se pelan y parten por medio, a lo largo o en redondo. Se saca la yema y se hace con ella, almendras tostadas y molidas, canela molida, azúcar, y unas raspaduras de limón para formar una masilla. Con esta, se van rellinando los huevos. Así que estén llenos, se untan en harina y se fríen. Se hace una salsa de almendras tostadas y molidas con un poco de pimienta, canela, clavo, y azafrán, todo machacado. Se echa en una cazuela con aceite frito y agua suficiente para que los huevos hiervan un poco, evitando que el relleno quede arriba.

Huevos a la nieve

Se rompen los huevos, se separan las claras y las yemas. Se baten las primeras hasta que formen mucha espuma, échese con ello azúcar molida y un poco de flor de naranja o una cáscara de limón. Póngase a cocer en una cacerola suficiente cantidad de leche también con azúcar y flor de naranja. Cuando esté cocida, se echan las claras por cucharadas, se retiran lo mismo una a una y se dejan escurrir sobre un tamiz. Enseguida se quita la mitad de la leche, déjese ver que queda mucha, se baten las yemas y se echan en esta leche, maréese con una cuchara de madera y se quitan del fuego luego que estén bien ligadas. Las claras se colocan en la fuente y se echa por

encima la salsa pasada por un colador. Se emplea ordinariamente 12 huevos y media libra de azúcar para dos cuartillas de leche.

Batatas enteras para guardarlas

Se cuecen con cáscara y se dejan que no estén muy cocidas. Al día siguiente, ya escurridas, se hace almíbar con azúcar. Ya que esté a medio, se echan las batatas ya peladas y enteras, dejándolas cocer hasta que el almíbar tenga punto, que tenga hilo. Se echan en tarros para guardar.

Batatas en dulce

Se ponen las batatas peladas, que deben ser pequeñas, el agua y el azúcar, las tres cosas juntas. Allí van cociendo hasta que consuman todo el almíbar y se queden secas. Entonces se sacan y se dejan secar sobre esparto u otra cosa. Pasado un rato, ya se pueden servir. La proporción de azúcar es de 1 lb por cada cuartillo de agua.

Batatas en almíbar

Se pone el agua y el azúcar en la lumbre que, para cada cuartillo de agua, 1 lb de azúcar. Ya que se espumea y da dos o tres hervores se echan ahí las batatas ya peladas y se dejan cocer hasta que el almíbar quede en su punto. Se le puede poner al almíbar una cáscara de limón y un trocito de canela y unos clavitos. Si hubiera miel blanca, salen mejor que con el almíbar de azúcar, nada más que en vez de echarle el azúcar se le pone la miel con el agua y cuando dé un hervor y se espumea se echan las batatas hasta que quede hecha en almíbar. Se le pone si se quiere también limón, canela y clavo.

Bizcochos

Se trabajan bien los huevos que se van a usar. Así que estén trabajados, se les echa el azúcar. Para cada docena de huevos, se usa 1 lb de azúcar, pesada después de mojada y servida. Cuando ya esté todo bien batido, un rato antes de echar en el horno, se añade el almidón, que será para cada docena de huevos 10 oz, pesado después de molido y servido. La cuajadera estará untada en aceite. Se tapa muy bien la entrada del horno y no se destapa hasta que el pan tome color; entonces se mira. Al servirlo, será cuando esté subiendo. Después, se vuelve a tapar hasta otro momento para comprobar si ha bajado y se prueba con un esparto; si sale seco, ya está en su punto.

Natillas duras

Para cada cuartillo de leche cruda, se le ponen 2 oz de almidón, dos huevos y azúcar al gusto. Se baten los huevos aparte y, ya batidos, se mezclan con la leche que está cruda y el almidón, que se disuelve en la leche junto con el azúcar. Se cuele en el perol donde se vaya a hacer, se añade una rajita de canela y una cascarita de limón, se cuece con poca lumbre y se remueve.

Mermelada de tomates

Se abren los tomates por la mitad y, por cada libra de estos, se añade azúcar por encima. Así se dejan por espacio de 24 horas. Pasado este tiempo, se ponen en un perol a fuego medio, removiendo constantemente hasta que quede hecha una pasta ligera.

Almíbar de naranjas

Se pelan las naranjas con cuidado para no quitar mucha piel, se parten por la mitad y se cuecen apenas un poco. Luego se sacan del agua y se prepara un poco de almíbar con el agua, a razón de media libra de azúcar por cada naranja. Cuando el almíbar esté a punto medio, se añaden las naranjas y no se apartan hasta que estén perfectamente transparentes.

Gelatina de naranjas

Para cada cuartillo de zumo de naranjas, la raspadura de una, azúcar al gusto, se pone en la lumbre y se hace almíbar a punto. Se clarifica bien igual que las otras. Ya que está hecha, se aparta y se deshace en la lumbre con una poquita de agua, tres o cuatro pedazos de cola de pescado y, ya disuelto, se agrega el almíbar y se pone a que dé un hervor todo junto. Se aparta y, así que está medio frío, se echa en copillas y tarros de cristal para conservarla mucho tiempo. Lo que se ha de gastar más pronto, se puede poner en las mismas cáscaras de las naranjas.

Flan de leche con almendras



Flan de leche con almendras. **Autoría:** Sharon Stefy Linares Linares

Para un cuartillo de leche, media docena de huevos, 4 oz de almendras, raspadura de limón y azúcar al gusto. Se baten los huevos perfectamente con el azúcar y el limón raspado. Entonces se añade la almendra, que estará muy bien molida, se mezcla con la leche y los huevos, y enseguida se vierte en la flanera, que estará bañada con azúcar quemada. Se pone a cocer al baño María hasta que el molde con que se pruebe salga seco.

Pestiños

Se pone en un perol leche y, ya que esté cocida, se hace unas gachas muy duras con harina bien servida sin parar de menear las gachas hasta que estén bien cocidas. Ya que estén, se echan en una fuente y se dejan hasta que estén bien frías. Ya que estén frías, se van echando huevos y se van deshaciendo con la mano hasta que la masa quede bien suave y en disposición de poder hacer los pestiños. Se pone una sartén, aunque no sea muy grande, más de media de aceite, se pone al fuego que, si es de carbón, es mejor y ya que el aceite esté tostado, se pone un plato o taza con aceite. En cuanto se puedan mojar los dedos por las palmas de las manos, enseguida se toma una poca masa, como para un mantecado, se forma en una bolilla y se echa en la sartén. Cuando ya sube el bollo, se tiene una caña preparada, se vuelve el bollo y se le da por encima con la caña hasta que vaya abriendo y se vaya cociendo. Siempre probando que el fuego no sea muy fuerte porque si así fuera, en cuanto sube el pestiño para volverlo y darle con la caña, habrá que apartar la sartén. Ya que están los pestiños hechos, se pasan por almíbar y después por azúcar o sea por la canela del azúcar.

Buñuelos de viento

Los buñuelos de viento se hacen lo mismo que los pestiños, con la diferencia de que en vez de hacer las gachas en leche se hacen de la manera siguiente: se pone en una sartén mitad de aceite y mitad de agua y, ya que esté hirviendo, se le va echando harina hasta dejar la masa lo mismo que la de los pestiños y después se hace la misma operación que con los pestiños.

Carne de membrillo

Se cuecen los membrillos en un perol con agua, enteros y sin pelarlos. Cuando están cocidos y fríos, se pelan y se pasan por una pasadera. Después, se pesa la carne que haya salido y se le pone de azúcar por cada libra, 5 cuarterones de azúcar. Si se quiere más dulce, libra y media de azúcar por libra de carne o también se le puede poner libra por libra, pero como mejor está es 5 cuarterones de azúcar a 1 lb de carne. Se reúne todo y se pone en un perol en la lumbre sin agua y ahí se deja cocer sin parar de menearla para que no se pegue. Se conoce que está cocida porque salta. Entonces se aparta y se echa en las fuentes. También se puede hacer la carne de membrillo con los membrillos cocidos al vapor poniéndole al perol unas cañitas para que los membrillos no den en el agua y así que se cuezan o también con los membrillos cocidos al horno también se hace y de estas dos últimas maneras salen más blandas la carne y tiene menos rato que cocer con el azúcar. Lo demás es todo lo mismo que la primera. Si los membrillos no están sanos, se puede hacer con los pedazos lo mismo. Todo es que esté un poco más rato cociendo con el azúcar para que gasten el agua que hayan tomado al cocerlos. Esta carne de membrillo toda se puede secar sin ponerla al sol y dura de un año para otro.

Suspiros de monja

Póngase en una cacerola dos cuartillos de agua, o una cucharada de azúcar al gusto, un pedazo de manteca y corteza de limón. Hágase cocer el agua hasta que haya tomado el olor de limón, quítese el limón, póngase en el lado agua gran cantidad de harina con una mano mientras que con la otra se está meneando todo con una cuchara hasta que la masa llegue a cocerse sumamente espesa y siga meneando hasta que esté entera cocida, lo que se conoce cuando probándola se le percibe el gusto de la harina; se necesita al menos media hora y cuando más cocida esta es más ligera la masa. No se quemará si se tiene siempre cuidado de menearla. Retírese la del fuego y continúe meneándolo hasta que se incorpore a la pasta que, hasta ese otro enseguida, y así sucede pasivamente hasta que sea manejable, batiendo y meneando siempre. Tómese enseguida con el mango de una cuchara gruesa una cantidad como una pequeña nuez que se hará caer en

el aceite frito por medio de un sacudimiento fuerte en el borde de la sartén. Esta pasta se hincha y el interior queda vacío. Después ya fritos, se les pone por encima azúcar servido o almíbar.

Magdalenas

Para hacer una docena de huevos se pesan de la docena diez, y lo que pesen los diez se echa de azúcar y lo mismo de harina y lo mismo de aceite frito (que esté frío), limón rallado y canela molida. Se baten los huevos, o sea las yemas, con el azúcar y después se echa la harina y después el aceite. Las claras se baten aparte a punto de nieve y se juntan poco antes de echarlo al horno. El horno ha de estar una chispita menos que para echar el pan y se mete una o dos magdalenas y si se ven que suben, se echan todas y si no suben mucho se le pone otra calda del horno, teniendo el cuidado cuando se metan de mirarlo cada momento, para así es menester tenerlas destapadas. Los moldes donde se echan untados con aceite.

Roscas del consejo

8 huevos bien batidos con una poca de azúcar al gusto, media libra de manteca derretida y fría y harina hasta dejar la masa. En el horno como para el pan, teniendo mucho cuidado que no se quemem.

Pastelón

Se hace hojaldre según sea la cuajadera de grande, así se hace de cantidad y se baña la cuajadera por el fondo y los lados. Se toma jamón, magra y se corta en pedacitos como el dedo de largo. Se toma pollo en asado, aunque sea del día de antes, y se va cortando en iguales pedazos la carne que se le vaya a sacar. Si hay perdiz en asado o estofado, lo mismo se hace o carne de vaca. Cuantas más clases de carne, mejor. Se toma lomo que haya estado en aceite y se corta igual y se van poniendo en la cuajadera por tongadas, primero de una carne, luego encima de ellas atravesada de otra carne que no estén muy unidas sino figurando una reja y la que se ponga encima al contrario para que vaya quedando cuadrillos. Luego otro también al contrario y así hasta llenar la cuajadera. Cuando se ha puesto de todas las clases de carne, cada una cubre tongada como ya he dicho y falta para llenarla, se empieza otra vez poniendo de la primera y luego de las otras las veces que fuera necesaria para llenarla. Se baten los huevos que se vean que se necesitan y se les echa especia molida de canela, pimienta, clavo y azafrán y si hubiera nuez moscada también y una chispa de sal, y se le echa por encima a las carnes moviendo mucho la cuajadera para que se vayan llenando los clavos. Ya que esté hecha, se cortan tiras del mismo hojaldre que se habrá dejado muy poco como de adobo de largas, con una ruedecita de lata y se van poniendo por encima, atravesando de un lado a otro y dejando claros de la misma anchura y ya que esté todo, se van poniendo al contrario para que se vayan quedando con adornos ricos y lo que se vaya sobrando a las tiras por los lados se le corta pegado para cuajadera con la misma rueda.

Conclusión del pastelón

Si se quiere, se adoba con yemas de huevo crudas poniéndolas enteras en medio de cada clarito o en algún intermedio. Se mete en el horno, mirándola al poco rato por si toma mucho color cocerla destapado. También se cuecen en el horno de las cocinas económicas cuando es cuajadera pequeña y sino en horno grande. Así que ya tome color, ya está cocido y se sirve caliente o frío, que está más rico.

GLOSARIO DE TÉRMINOS CULINARIOS

- Adobo:** Marinado o mezcla de varios condimentos, incluidos a menudo vinagre, pimentón, ajo, y otras especias, usado para conservar y dar sabor a los alimentos.
- Ajillo:** Preparación culinaria que consiste en cocinar alimentos, frecuentemente mariscos o carnes, en aceite con ajo y, a veces, guindilla para darle un sabor picante.
- Aliñar:** Sazonar o aderezar alimentos con especias, aceite, vinagre o jugo de limón para mejorar su sabor.
- Almirez:** Mortero, especialmente el tradicional de piedra, metal o cerámica, usado para triturar o moler ingredientes.
- Asadura:** Conjunto de vísceras comestibles de animales de matanza, especialmente el hígado, corazón, y pulmones.
- Azafrán:** Especia derivada de los estigmas secos de la flor de *Crocus sativus*, conocida por su color amarillo y aroma distintivo.
- Batir:** Mezclar enérgicamente ingredientes hasta obtener una mezcla homogénea, a menudo introduciendo aire en la mezcla.
- Caldeara:** recipiente grande y profundo utilizado para cocinar grandes cantidades de alimentos líquidos, como sopas, guisos, caldos, estofados o salsas. Las calderas suelen tener una base amplia y paredes altas, lo que permite una distribución uniforme del calor y una capacidad para cocinar grandes volúmenes de comida.
- Caldo:** Líquido resultante de cocer carnes, pescados, verduras o una mezcla de estos, utilizado como base para sopas, salsas y otros platos.
- Canelón:** Tubo de pasta relleno de carne, verduras o queso, cubierto con salsa y a menudo gratinado al horno.
- Cazuela:** Tanto un tipo de recipiente para cocinar como el guiso o cocido preparado en él, típicamente de barro y con asas.
- Cernir:** Pasar un ingrediente seco, como la harina, a través de un tamiz o cedazo para airearlo o eliminar grumos.
- Chicharrones:** Trozos de piel de cerdo (y a veces la carne adherida) cocidos hasta que están crujientes, a menudo usados como snack o ingrediente.
- Chispear:** Agregar líquido en pequeñas cantidades, o cocinar a fuego muy bajo para que el líquido apenas comience a evaporarse.
- Cocido:** Plato tradicional de varios países hispanohablantes, consistente en un guiso de carne, legumbres, verduras y a veces embutidos, cocinados lentamente.
- Coladito:** Término cariñoso se refiere a pasar un líquido o una mezcla a través de un colador o tamiz para separar los sólidos de los líquidos.
- Desmigar:** Desmenuzar un alimento, especialmente pan o carne, en migajas o piezas muy pequeñas.

Desleír: Disolver un ingrediente seco, como harina o maicena, en un líquido para evitar grumos.

Doraditos: Referido a alimentos que han sido fritos o asados hasta obtener un color dorado y una textura crujiente.

Emborizado: podría referirse a un método de preparación en el que se cubre un alimento, como carne o pescado, con harina antes de cocinarlo. Este proceso puede tener varios propósitos, como ayudar a que el alimento se dore uniformemente al cocinarlo, crear una capa crujiente en la superficie o espesar los líquidos durante la cocción.

Empapar: Saturar un alimento con un líquido hasta que esté completamente absorbido.

Enharinar: Cubrir un alimento con una capa ligera de harina, típicamente antes de freírlo.

Espumar: Retirar la espuma que se forma en la superficie de un líquido cocinándose, como un caldo, para clarificarlo.

Espumado: Estado de un líquido que ha sido batido hasta incorporar aire y formar espuma.

Escabeche: Método de conservación y preparación de alimentos mediante la cocción en un líquido ácido, usualmente vinagre, y especias.

Espesura: Calidad de ser espeso o denso, en términos culinarios, se refiere a la consistencia deseada de ciertas salsas o preparaciones.

Estofar: Cocinar lentamente pequeños trozos de carne en un recipiente cerrado con un poco de líquido y, a menudo, verduras.

Guarnición: Conjunto de alimentos que acompañan un plato principal, usualmente para complementar o mejorar el sabor.

Guija: Tipo de piedra pequeña y lisa, en gastronomía, puede referirse a ciertos tipos de legumbres pequeñas.

Guiso: Plato consistente en la cocción lenta de carnes, verduras, y a menudo legumbres o cereales, en un líquido que se reduce y espesa.

Hervidito: Plato o preparación cocida en agua hirviendo hasta que está tierna, a menudo referido a verduras o legumbres.

Hojaldre: Una masa crujiente y laminada utilizada en pastelería.

Jícara: Taza pequeña de loza o porcelana.

Macerar: Ablandar o marinar alimentos en un líquido que usualmente contiene ácido (como vinagre o jugo de limón) y especias, para intensificar su sabor.

Majar: Triturar o machacar ingredientes en un mortero hasta obtener una pasta o puré.

Majada: Mezcla triturada de ingredientes, a menudo utilizada como base de sabor para platos o como aderezo.

Malcocinado: Referido a un alimento que no ha sido cocido adecuadamente, ya sea por exceso o defecto de cocción.

Marinar: Sumergir alimentos en una mezcla de líquidos y especias por un tiempo antes de cocinar, para ablandarlos y añadirles sabor.

Marea: Movimiento periódico de ascenso y descenso de las aguas del mar, en gastronomía puede referirse metafóricamente a la abundancia o escasez de productos marinos.

- Marear:** En el contexto culinario, puede referirse a agitar o mover un líquido o mezcla para combinar o cocinar uniformemente.
- Matalahúga:** Hierba de la familia de las apiáceas, también llamada anís.
- Meneando:** Acto de mover o agitar un líquido o mezcla de forma continua.
- Mechar:** Insertar trozos de grasa, verduras, o condimentos en cortes de carne para añadir sabor y jugosidad durante la cocción.
- Migajón:** Parte más blanda y central del pan, distinta de la corteza
- Migas:** Plato tradicional de varias regiones de España, hecho con pan desmigado cocinado con ajo, aceite y a menudo chorizo, panceta, y otros ingredientes.
- Mondar:** Pelar o limpiar alimentos, especialmente frutas y verduras, retirando su piel o cáscara.
- Morcilla:** Embutido de sangre cocida con grasa, cebolla, y a menudo arroz o pan, típico de la gastronomía española y latinoamericana.
- Moruno:** Referente a la cocina o los sabores del norte de África, especialmente marroquíes, a menudo asociado con especias como el comino y la canela.
- Mojón:** En algunos contextos, puede referirse peyorativamente a un alimento mal cocinado o de baja calidad.
- Mojar:** Humedecer un alimento con un líquido, como salsa, caldo o agua.
- Papicas:** Término cariñoso o diminutivo para referirse a comidas pequeñas o aperitivos, no es un término culinario estándar.
- Paraje:** Lugar o sitio, en términos culinarios puede referirse a la procedencia de un ingrediente o a la ubicación de un establecimiento gastronómico.
- Pelar:** Quitar la piel o cáscara de frutas, verduras, o ciertos mariscos antes de su consumo o preparación.
- Pencar:** Término específico de algunas regiones para referirse a la acción de limpiar o preparar ciertos alimentos, como quitar las hojas exteriores de las alcachofas.
- Perdiz:** Tipo de ave de caza, valorada por su carne en la cocina de varios países.
- Perol:** Recipiente grande de cocina para guisar o cocer grandes cantidades de alimento.
- Picadillo:** Preparación de carne picada y a veces verduras, condimentada y cocida, usada como relleno o plato principal.
- Plancha:** Superficie plana y caliente utilizada para cocinar alimentos, proporcionando un dorado uniforme y rápido.
- Porrusalda:** Sopa tradicional vasca, principalmente de puerros, a menudo con patatas y bacalao.
- Potear:** Cocinar o preparar potes, que son guisos o cocidos de legumbres típicos de ciertas regiones de España.
- Potaje:** Guiso espeso de legumbres, verduras y a veces carne o pescado, típico de la cocina española y latinoamericana.
- Presules:** Guisantes con un marcado sabor dulce.
- Preñar:** Rellenar o embutir alimentos, especialmente en la preparación de ciertos bocadillos o tapas donde se insertan ingredientes en otros.

- Quebrar:** Romper o dividir un alimento en partes más pequeñas, como quebrar huevos o fracturar chocolate.
- Rabiar:** Hervir rápidamente o a borbotones, en un contexto culinario podría referirse a la cocción a alta temperatura.
- Rallar:** Desmenuzar un alimento frotándolo contra un rallador para obtener piezas finas o en forma de polvo.
- Recocer:** Cocinar un alimento previamente cocido, generalmente para modificar su textura o sabor.
- Reducir:** Cocinar un líquido a fuego lento hasta que disminuya su volumen, concentrando así su sabor.
- Refrito:** Técnica de cocinar lentamente ingredientes, generalmente ajo y cebolla, en aceite o grasa hasta que estén muy tiernos y aromáticos, usado como base para muchos platos.
- Refrescar:** Enfriar un alimento o bebida hasta alcanzar una temperatura agradable, o también limpiar alimentos bajo agua fría tras cocerlos.
- Rehogar:** Cocinar un alimento a fuego lento y con un poco de grasa, removiéndolo constantemente.
- Remojar:** Sumergir un alimento en líquido durante un tiempo determinado para ablandarlo, hidratarlo o realzar su sabor. Por ejemplo, remojar legumbres secas antes de cocinarlas para ablandarlas y reducir su tiempo de cocción.
- Reposar:** Permitir que un alimento descanse después de haber sido cocido o preparado, generalmente cubierto con papel de aluminio o una tapa, para que los jugos se redistribuyan y el sabor se intensifique. Por ejemplo, dejar reposar la carne asada antes de cortarla para que los jugos se redistribuyan y no se pierdan al cortarla.
- Retorcer:** En cocina, retorcer se refiere a la acción de torcer o doblar un alimento para darle una forma específica o mejorar su presentación.
- Revolcar (Revolico):** Este término se refiere a cubrir un alimento con una capa de ingredientes o salsa, generalmente de manera generosa.
- Sazonar:** Agregar especias, hierbas, condimentos u otros ingredientes aromáticos a un alimento para mejorar su sabor.
- Sudar:** Cocinar un alimento a fuego lento y tapado en su propio jugo o en un poco de grasa, sin dorar, para que desprenda sus líquidos naturales y se ablande. Este proceso ayuda a realzar los sabores y a que los ingredientes se cocinen de manera uniforme y suave.
- Tajo:** Corte realizado en un alimento con un cuchillo o utensilio afilado. En la cocina, los tajos se utilizan para preparar ingredientes, como carne, pescado, frutas o verduras, antes de cocinarlos. La técnica de corte puede variar dependiendo del tipo de alimento y la receta específica, y puede incluir cortes en rodajas, dados, juliana, entre otros.
- Tamizar:** Pasar un polvo fino, como harina o azúcar, a través de un tamiz o cedazo para eliminar grumos, airear y asegurar una textura uniforme. Esta técnica es comúnmente utilizada en la repostería para preparar masas suaves y ligeras, así como para espolvorear ingredientes secos sobre postres antes de hornearlos.

Templar: Calentar un líquido a una temperatura ligeramente inferior al punto de ebullición, generalmente hasta que aparezcan pequeñas burbujas alrededor del borde del recipiente. Templar se utiliza para disolver ingredientes, como gelatinas o azúcar, sin alterar su composición química, así como para atemperar ingredientes antes de agregarlos a una preparación caliente.

Trabajar: Manipular o preparar un alimento mediante técnicas específicas, como mezclar, amasar, cortar, batir, entre otros. Trabajar los alimentos es una parte fundamental de la preparación de recetas, ya que permite transformar los ingredientes crudos en platos deliciosos y bien elaborados. La forma de trabajar los alimentos varía según la receta y el tipo de preparación requerida.