

CONSUMER EROSKI

Recuperar alimentos tradicionales

Se está consiguiendo rescatar sabores, tradiciones y parte del pasado de nuestra cultura alimentaria gracias al interés de agricultores, ganaderos y consumidores

El interés de muchos agricultores, ganaderos y ciudadanos está contribuyendo a la recuperación de las buenas costumbres gastronómicas propias de nuestro país, incluidos los cultivos y ganados a punto de perderse. Los esfuerzos por rescatar las tradiciones alimentarias de nuestros antepasados y los alimentos que han dado de comer a generaciones anteriores han propiciado acciones como las que se llevan a cabo desde el "Arca del Gusto", impulsadas por el movimiento internacional Slow Food. La iniciativa cuenta con un registro activo y abierto que protege del olvido a las verduras, tubérculos, cereales o lácteos, entre otros, con unas propiedades nutricionales y una historia que vale la pena conocer.

Por ELENA PIÑEIRO

13 de junio de 2009

Los oficios, el paisaje, las fiestas, las construcciones típicas y hasta la lengua de un pueblo están muy relacionados con los cultivos y ganados que han alimentado a sus gentes desde la antigüedad. La historia del trigo Aragón 03 ("Triticum aestivum") atestigua que la biodiversidad es parte de la cultura, en este caso de los Monegros (comarca comprendida entre Huesca y Zaragoza). Esta semilla de trigo blando, con un importante valor nutricional y medioambiental, antiguamente recibía el nombre de "caspino" hasta que el Centro Regional de Investigaciones y Desarrollo Agrario nº 3 de Zaragoza la bautizó con su nombre actual.



- Imagen: Ines Yeh -

Cereales, legumbres y tubérculos con solera

La semilla de caspino se explotó en esta comarca desde tiempos inmemoriales, ya que era muy valorada para la panificación por sus propiedades organolépticas y nutricionales. Un mayor contenido en proteínas (17%) en comparación con otras variedades de uso más común (entre un 10% y un 12%,) hacen de este trigo un producto de excelente calidad que en la antigüedad llegó a atraer a panaderos franceses que venían expresamente a buscarlo desde lejanas tierras.

En los años 80 se abandonó su cultivo debido sobre todo a la competencia de otras variedades más fáciles de cosechar y con mayor capacidad de producción. No obstante, una familia de la localidad de Perdiguera guardó y mantuvo la semilla antigua que con el interés y el esfuerzo de vecinos y lugareños se ha rescatado. Según la Asociación Forcañada, una de las principales impulsoras de este alimento, las recetas típicas del lugar que utilizaron el Caspino, y que también se están recuperando, son las tortas de yema (para fiestas populares de marzo y septiembre), magdalenas, mortajaos, tortas de tomate, empanadicos (para Navidad), coscaranas y cañas (en época de esquila del ganado).

La [patata](#) de alta montaña "copo de nieve" de Sierra Nevada (Granada) es otro ejemplo de recuperación de un cultivo que ha estado siempre en conexión con los diferentes grupos locales de agricultores de los numerosos pueblos del lugar, que la han cultivado para su consumo desde el siglo XVIII. Su característica principal es su color marfil tierra con un interior muy blanco, típico de los tubérculos de alta montaña.

En la actualidad su cultivo está restringido a muy pocos agricultores ancianos que la mantienen para consumo familiar. Su recuperación depende de la producción de 500 kilos de semilla que sirvan para el reinicio del proceso de su recuperación. El profesor José Luis Rosúa Campos y su grupo de investigación de la [Universidad de Granada](#) llevan a cabo un proyecto de recuperación de este alimento con unas propiedades organolépticas que han sido muy apreciadas en citas gastronómicas por profesionales destacados de la restauración.

La "mongeta del ganxet" (un tipo de judía seca) es un ejemplo de una recuperación en marcha, ya que su consumo ha sido promovido ampliamente por agricultores, restauradores y ayuntamientos, que han conseguido extender su consumo desde el uso local de algunas comarcas catalanas hacia las zonas urbanas. Su gusto suave y consistente, su escasa granulosidad en la boca y la sensación agradable que su harina deja en el paladar hacen de esta judía blanca una especie fina para disfrutar en la mesa, además de todas sus propiedades nutricionales que como [legumbre](#) posee. El alto contenido en [hidratos de carbono](#), fibra y proteínas vegetales las convierte en un complemento ideal para carnes como la butifarra o pescados como el famoso "empedrat", un plato típico veraniego que combina la "mongeta del ganxet" con bacalao y vegetales.

Leche, queso y protección del ganado

Otro producto recuperado es el queso de "ovella roja" (oveja roja) mallorquina. Con él se intenta rescatar la cultura que durante generaciones se ha ido forjando alrededor de esta casta. Llorenç Payeras, ingeniero técnico agrícola, ganadero y autor de 17 libros sobre la biodiversidad de Mallorca, ha inmortalizado la sabiduría de los ancianos de la isla que hasta hace escasamente 60 años hacían sus quesos en exclusiva con leche de oveja. Desde 1981, existe el "Patronat de Races Autòctones de

Pequeños
productores locales
registran sus
alimentos obtenidos
de forma tradicional
en el "Arca del
Gusto", catálogo
que incluye
productos en peligro
de extinción

Mallorca" (Patronato de razas autóctonas de Mallorca) que coordina grupos de criadores, ayudas y subvenciones para hacer un seguimiento técnico de la selección genética de ésta y otras razas genuinas de la isla.

La "ovella roja" mallorquina da una excelente leche, ya que se alimenta de leguminosas y una especie de cebada propia de la isla. El pienso es ecológico, igual que la alfalfa seca y el pienso de iniciación de las crías. Con esta leche cruda, cuajo vegetal ("Cynara cardunculus") y con los métodos tradicionales, se elabora un queso lo más parecido posible al antiguo [queso](#) tradicional mallorquín. También se comercializan la leche cuajada, el queso fresco y el queso curado, entre otros derivados lácteos.

Aderezos con historia

Frente a los ingredientes y aderezos de síntesis química tan utilizados en la industria alimentaria y en las cocinas actuales, la ñora o pimiento de bola de Guardamar se impone como condimento de muchos platos tradicionales valencianos. Su cultivo y secado natural se hace mediante un procedimiento tradicional de más de 150 años de vida. El secado de la ñora se realiza en túneles solares colocados sobre las arenas de las dunas de Guardamar (Comunidad Valenciana), que ceden gradualmente el calor acumulado consiguiendo así un secado homogéneo, una parte del secreto de este peculiar ingrediente.

La cocina moderna ha revalorizado el empleo de la ñora guardamarenca a través de recetas nuevas que incluyen productos tradicionales, naturales y de calidad, pero tal y como se la conoce, incluida en [arroces](#), calderos de pescado y acompañando platos de marisco, es donde se aprecia más su valor gastronómico.

LA ANTÍTESIS DEL FAST FOOD



- Imagen: Antonio Jiménez Alonso -

Todos los alimentos deberían ser buenos, limpios y justos. Lo que comemos debería tener buen sabor, producirse de forma limpia, sin dañar el medio ambiente, el bienestar animal o nuestra salud. De acuerdo a estos principios del movimiento Slow Food, muchos pequeños productores locales se están animando a registrar sus alimentos obtenidos de forma tradicional en el "[Arca del Gusto](#)", un catálogo que incluye alimentos en peligro de extinción de todo el mundo.

Una parte importante de estos alimentos son las hortalizas y verduras. Los productos de la huerta del Garraf, en

Cataluña, son un buen ejemplo del intento de rescate por parte de agricultores, ayuntamientos y mercados locales. La col brotonera, los espigalls o la escarola de cabello de ángel se están recuperando gracias al esfuerzo de muchos lugareños que promueven ferias y concursos de cocina que reúnen a mucha gente y que dan a conocer estos productos casi olvidados.