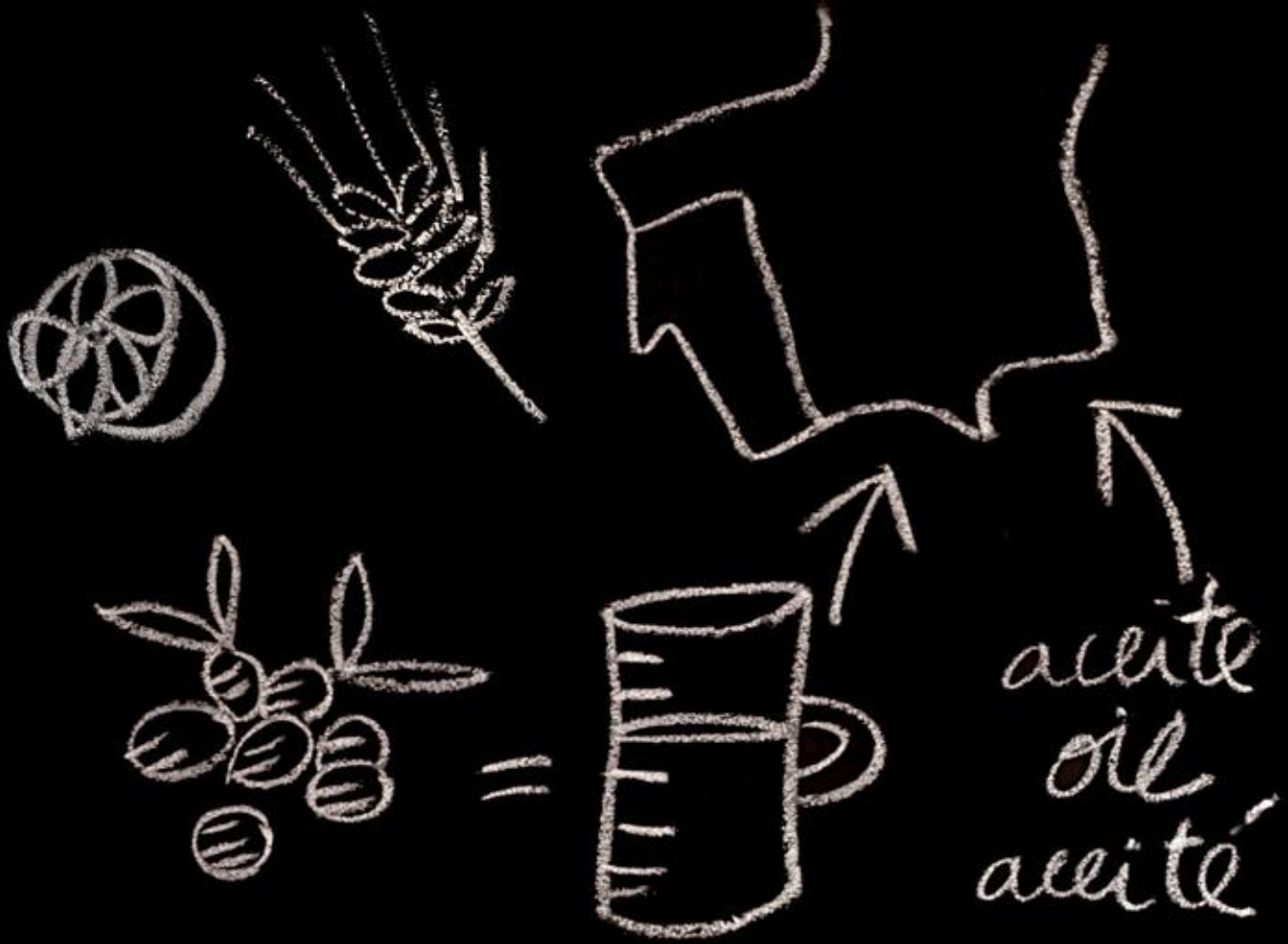


SEMANA GASTRONÓMICA EUROPEA

VIAJE CULINARIO POR ESPAÑA

MAYO 2013

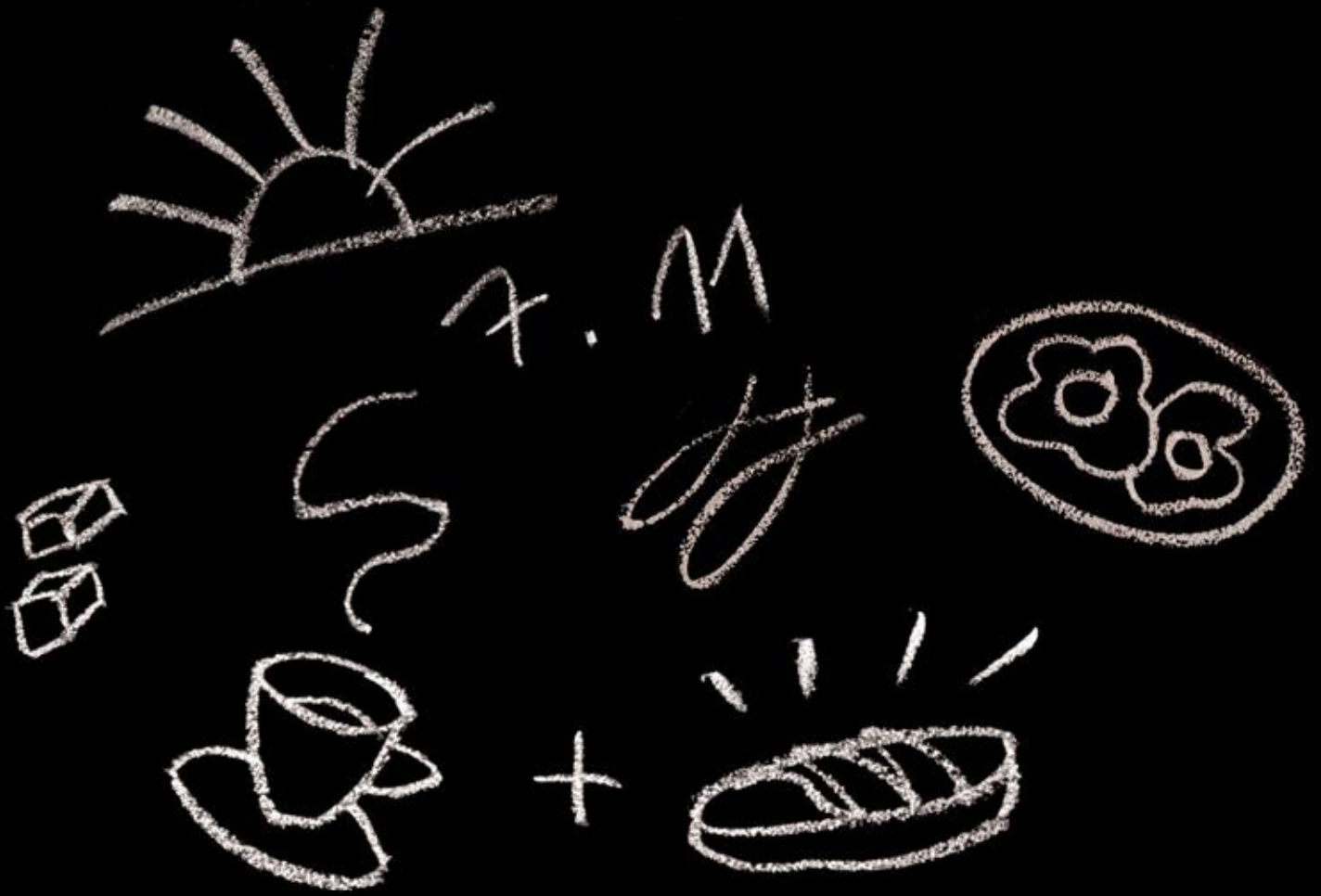




EL MAPA DEL

España amanece en Mahón, Menorca (mar Mediterráneo, junto a la costa oriental de la península Ibérica), y se oculta en el cabo Finisterre, en Galicia (noroeste de España). Desde que despierta hasta





DESPERTAR

que se acuesta, disfruta de un recetario rico en sabores, texturas y aromas que dan nombre a la tradición, a la cultura, a la modernidad de cada región, en definitiva, a las costumbres gastronómicas españolas.



TEXTO
SARA CUCALA/©ICEX

FOTOS
TOYA LEGIDO/©ICEX



España es un país de huerta, de mar y montaña; su secreto es la calidad de su producto. Esta se saborea en cada momento del día, pero es precisamente cuando el sol acaba de salir, cuando esa excelencia florece llenando el paladar aún virginal, recién amanecido, de un sinfín de matices difícilmente apreciables en las sucesivas y ya mancilladas horas del día.

Desayunar es un acto divino. El mayor de los manjares. Es el momento del día más caprichoso, porque acabamos de despertar de un aletargado sueño y deseamos romper el ayuno a golpe de algún líquido y de un bocado goloso y guloso, tentador, destinado a un cuerpo y un alma hambrientos. No hay tapujos en la cocina del amanecer. No hay salsas que cubran la imperfección, ni natas que engorden platos sin matices, no se suele emplatar con diseños modernistas, no existen por ahora *esferificaciones* ni nuevas técnicas que reinventen el despertar... Y esto es así porque el sueño aún perdura y solo la realidad es capaz de abrirnos los ojos. Se desayuna lo que se ve: un café o té, algo dulce o salado. Aún más, el desayuno es el más rutinario de los momentos del día. ¿Quién podría aceptar comer siempre lo mismo? ¿Quién se conformaría con

darle al cuerpo los mismos platos día tras día sin modificar el menú? Solo el desayuno se refugia en la uniformidad. Esta es la excepción, caemos en lo mismo mañana tras mañana: un café ardiente y lo que acompañe para aliviar las horas de ayuno.

Es cierto que la España actual, sobre todo sus zonas urbanas, se despierta a diario con prisa, ingiriendo prematuramente un café y si el tiempo lo permite se acompaña de una tostada con aceite de oliva o algún dulce tipo bizcocho o magdalena. El español espera unas horas, el tiempo justo de llegar al trabajo, para abrir bien los ojos y darse cuenta que tiene hambre, entonces llega la hora de eso que llama almuerzo. Son las once aproximadamente, el momento en el que se toman su segundo café del día y, ahora sí, lo acompañan de un bocadito salado del tipo pincho de tortilla de patatas, sándwich mixto o unos churros o porras para mojar. Pero cada vez más se está mimando la cocina del despertar: se cuida mucho más el producto de primera hora, se reinventan los bocados básicos, se miman las frutas de temporada y se crean menús de fin de semana en

forma de *brunch*, incitando a la gula y adhiriéndose a la filosofía que encierra el movimiento del *Slow Food* (*Spain Gourmetour*, n.º 26). Así, durante los días de asueto, se regala tiempo a la lectura de la prensa matinal, mientras se ingiere un menú calórico bien merecido después de una semana de actividad profesional.

¿Qué se desayuna en España?

De norte a sur, de este a oeste, de interior a costa... en España cambia el desayuno allá donde vayamos. No es igual el contundente desayuno de la gente del campo o de la gente del mar, necesitados de un aporte calórico importante; que el de las grandes ciudades. El menú cambia según el lugar, el momento y la actividad. Sin embargo, hay una tradición que se está extendiendo por toda España consistente en utilizar en los desayunos el aceite de oliva virgen extra y pan. Se podría dar la vuelta a España saboreando sus aceites, con la personalidad que le aporta las variedades de aceitunas utilizadas: arbequina, blanqueta, cornicabra, lechín, hojiblanca, manzanilla,



morisca, picual... y así un grato etcétera que dan seña de identidad a la alacena oleícola de nuestro país. Y precisamente esa riqueza varietal ha hecho que ya en muchos lugares se cuente con una amplia carta de aceites, que se ofrece al comensal en su primera comida del día. Son los aceites de arbequina, hojiblanca y, en la menor de las ocasiones, de picual, los preferidos de los paladares españoles para humedecer rebanadas de pan caliente en esas primeras horas de la mañana. Un baño suntuoso con el que se rocía la mitad de, por ejemplo, un mollete recién tostado, al que, en el centro sur y este de la península Ibérica se unta previamente de tomate natural, y se le corona con una lluvia de flor sal (*Spain Gourmetour*, n.º 20). Así, el denominado pantumaca se está convirtiendo en uno de los desayunos más populares; un manjar que en muchas ocasiones se acompaña de jamón ibérico o serrano. Café con pan, tomate, aceite de oliva virgen extra, sal y jamón ibérico, así de sencillo. Sencillez que nos descubre también una de las nuevas tendencias en la cocina española en general: el pan (ver “Un manjar mundano”, pág. 58).



El mapa del despertar

Partiendo de ese desayuno habitual, se podría decir que hay tantos como lugares existen en España. Y si trazásemos un mapa de los bocados de primera hora del día, bien podría tener este perfil siguiendo el amanecer. Con la salida del sol en las Islas Baleares, nos espera un tazón de leche con café al que acompaña uno de los dulces típicos de las islas, la ensaimada: masa azucarada, fermentada y horneada, elaborada con harina, agua, azúcar, huevos, masa madre y manteca de cerdo. Se distinguen dos tipos: la conocida popularmente como lisa, que no lleva ningún tipo de relleno, y la rellena de caballo de ángel. Desayuno que en ocasiones se alterna con otro que rinde tributo a uno más de los sabores que definen a estas islas: la sobrasada, un embutido crudo curado, elaborado a partir de carnes seleccionadas del cerdo, condimentadas con sal, pimentón y pimienta negra, que se unta en pan previamente tostado. Minutos más tardes, en Cataluña se



amanece con el mencionado pantumaca, un bocado que se acompaña en algunos lugares, como en la Costa Brava, de anchoas, en lugar de jamón ibérico. Es curioso que de las anchoas en Cataluña se comen hasta las raspas: se les da un baño de leche y luego se fríen, convirtiéndose en un delicioso *snack* con sabor a Mediterráneo. Más dulces son los despertares murcianos, puesto que rindiendo honor a esta tierra de huerta, en sus desayunos nunca falta alguna de sus famosas confituras, regadas, antes o después de ingerirlas untadas en pan o en bollería, con zumo de naranja de la comarca, al que son tan aficionados como sus vecinos valencianos. En esta tierra de cítricos, el zumo, que todo buen desayuno valenciano tiene que tener, se acompaña de leche de chufa y fartons, un bollo alargado, dulce y esponjoso, elaborado con harina, leche, azúcar, aceite, levadura y huevos. Hay que ir al centro de la ciudad de Valencia, donde se encuentran dos de los lugares más tradicionales en los que los valencianos se desperezan del letargo nocturno: la horchatería El Siglo y la horchatería Santa Catalina. Si se apuesta por desayunar





tardíamente es posible disfrutar de un desayuno-almuerzo muy castizo: café acompañado de pan con blanco y negro, esto es, con butifarra y morcilla.

Si seguimos la línea del amanecer entraríamos en territorio andaluz, que sabe a mar, a desierto y a vergel. Todos estos aromas se suman a la originalidad de los despertares de Almería al degustar el denominado *serigá o cherigá o seridá o cherigán*. Término que en sí mismo no es más que la malformación del nombre de Mr. Sheridan, cuya historia comienza a principios del siglo XX, en el pueblo almeriense de Rodalquilar, situado en el Parque Natural de Cabo de Gata, donde estaba ubicada una mina de oro de las más importantes de Europa. Su importancia fue tal que durante unos años, ese minúsculo enclave almeriense tenía una tasa de población nacional e internacional inimaginable para la época. Uno de esos habitantes fue Mr. Sheridan, el director de la mina durante algún tiempo, a quien le gustaba desayunar de pie, en la barra de los bares de los pueblos de Almería, y siempre comía lo mismo: rebanada de pan con algo encima, embutido o queso generalmente. De esta tradición ha derivado el famoso *serigá o cherigá o seridá o cherigán*, que en honor al inglés define a los bocaditos de pan con algo dentro, muy presente en las cartas de desayunos locales. Hacia el oeste de Almería, los olores se impregnan de los aromas que desprenden los olivares jienenses. Y si nos adentramos en las zonas urbanas, en el aire se perciben los



efluvios de las aceitunas aliñadas (*Spain Gourmetour*, n.º 14) y del aceite de oliva virgen extra, ingrediente fundamental de todo desayuno que se precie en Jaén. Caprichosas son las primeras luces del día que del sur saltan al extremo nororiental de la península Ibérica, al País Vasco, donde las cuajadas caseras, todavía presentes en algunos establecimientos, tienen sabor a las piedras a la brasa o hierros fundidos que se han introducido en la leche recién ordeñada y que les regala tan peculiar y exquisito gustillo que bien libra la gula del despertar. Y asomando hacia el suroeste, se percibe cómo la fragancia de los olivares no se queda en Andalucía, sino que también invade Extremadura, aunque ésta convive con el esencia de la dehesa (*Spain Gourmetour*, n.º 27), que no es sino una conjugación de encinas, cantuesos, jaras, retamas... Tierra de ibéricos, donde se elaboran excelentes chacinas y jamones, que



no faltan en la primera comida del día, como también sucede en el alto Aragón y en Castilla. Zonas todas ellas de hombres de campo y despertares fríos, en la que tradicionalmente los pastores se desperezan con unas migas elaboradas con el pan del día anterior remojado y frito con panceta, chorizos, pimientos... Contrastes, y muchos, se dan en

Extremadura, puesto que si uno se despierta en el norte de la provincia de Cáceres, en la comarca de Las Hurdes, no solo se encontrará con un paraje absolutamente fascinante y rompedor sino que, además, se llevará la grata sorpresa de poder comenzar el día con unas excelentes mermeladas elaboradas con frutas de la tierra, cerezas de Valle del Jerte; y en la zona más montañosa, rincón de

cazadores y hombres de monte, podrá degustar lo que llaman sopa de limones. ¿En qué consiste? En zumo de limón y naranja con rodajas de estos cítricos flotando en el caldo y acompañado de chorizo y jamón. Un original trago muy propio para salvaguardar el cuerpo de virus y fríos. Desde el País Vasco (que como hemos visto es el primero en ver un nuevo día) hasta Galicia se extiende la





bellísima comisa cantábrica, rica en productos de mar y huerta. Adentrándonos en el interior de Cantabria y Asturias, los días más fríos se recibe el amanecer con quesos de la tierra –riquísimos, como los quesucos de Liébana o el famoso Cabrales asturiano (*Spain Gourmetour*, n.º 17, 18 y 19)–, huevos de caserío y chorizos a la brasa. Y justo en el límite de ambas

provincias, donde se alzan los Picos de Europa, en los valles Pasiegos se encuentra un sabor muy definitorio, el de los populares sobaos Pasiegos (*Spain Gourmetour*, n.º 26). Se elaboran a partir de una masa batida de harina de trigo, mantequilla, azúcar, huevo, cáscara de limón, anís estrellado, sal y miel que se dosifica en moldes, se hornea y se enfría antes del envasado. En el paladar queda

ese regustillo a mantequilla elaborada a partir de las vacas que pastan en el valle y un toque a anís estrellado que ayuda al cuerpo a reactivarse después de horas de reposo.

Y con el sol en todo su esplendor en España, el desayuno más insólito lo podemos encontrar en Galicia, en la localidad pontevedresa de Tui. Allí los días de Mercado –que suelen ser lo jueves en el paseo da Corredoira–

Mis lugares favoritos para comenzar el día

Almería. La Ola. En el pueblo de La Isleta del Moro. Sencillo restaurante de marineros, con una terraza de mesas de plástico que nos permiten amanecer mirando al mar. Eso sí, en el yantar manda el bocado de la tierra los *cherigá* (bocaditos de pan con algo dentro) o el pan con tomate y aceite de oliva.

Barcelona. El Pinotxo del mercado de La Boquería (La Rambla, 91) es un clásico e imprescindible. Lo aconsejable es darse primero un paseo por el mercado y luego sentarse en este chiringuito, donde se preparan bocaditos salados con la materia prima del mercado.

Cádiz. Bar Las Nieves (plaza Mendizábal). Hay que comerse el mollete con aceite de oliva y jamón que preparan en este sencillo establecimiento gaditano para entender el amanecer. Es un clásico del despertar en Cádiz. Excelentes panes y una terracita muy agradable para comenzar el día.

Madrid. Chocolatería San Ginés (pasadizo San Ginés), es un clásico. Aunque solo sea por ver el ambiente y hacer tributo a la tradición española de comer chocolate con churros, merece la pena un desayuno aquí.

El brunch del Café Oliver (calle Almirante, 12) sigue siendo uno de mis favoritos. Carta de desayunos amplia en un lugar precioso en pleno centro de Madrid. Ambiente joven en un local de decoración parisina y con una carta en la que destacan las ensaladas para desayunar y los famosos huevos benedictine.

Mallorca. En la preciosa localidad de Deia, el hotel La Residencia (calle de los Son Canals) tiene fama de tener el mejor desayuno de España, y en cierta manera es verdad. Un auténtico festín rodeado de naturaleza.

En Cas Catalá está el restaurante Senzone, en el hotel Hospes Maricel (ctra. de Andratx, 11), cuyo desayuno está considerado como uno de los mejores

de España. Un gran bufé, que varía según la temporada y el mercado, en el que no faltan nunca los zumos, las frutas, las mantequillas caseras elaboradas de sabores de lo más dispares (puerro y bacón, frambuesa...), los platos salados, entre los que destaca la sobrasada, y dulces, con la ensaimada a la cabeza.

Valencia. El Siglo (plaza Santa Catalina, 11). Se fundó en 1836 y hoy aún guarda ese aire bohemio e intelectual. De espejos de cobertura dorada, suelos de baldosas hidráulicas, lámparas de tres alturas que penden de altísimos techos, es el lugar ideal para perderse y deleitarse de la autenticidad de una tierra: la horchata y los *fartons* (bollo alargado, dulce y esponjoso elaborado con harina, leche, azúcar, aceite, levadura y huevos).



hay que ir al centro de la ciudad, y junto a la catedral hay un sencillo hostel llamado Vello do Cabalo Furado, que prepara un contundente e inolvidable desayuno a base de callos (guiso con tripas de vacuno) con garbanzos y cigalas cocidas.

Churros y porras

Otro clásico del despertar son los churros (*Spain Gourmetour*, n.º 26). Harina, agua y sal, tres ingredientes para un bocado delicioso y ¡tan español! En cualquier parte de España es habitual desayunar un tazón de leche con cacao con media docena de churros. Hay grandes maestros churreros en nuestro país, artesanos anónimos que madrugan más que el sol para elaborar en modestas churrerías el crujiente bocado con el que amanece gran parte de España. Pero si hay una provincia churrera, ésta es Madrid. Se cree que la moda de comer churros en Madrid se remonta al siglo XIX, cuando la ciudad recibía los espectáculos de los feriantes ambulantes y éstos parece ser que fueron los emisores de la sencillísima receta. Era un bocado ingenioso de



bajo coste que pasó de ser aliviador del hambre de la clase popular, a un lujo para la aristocracia, para luego volver a popularizarse. Es habitual ver en ciertos puntos de una ciudad (como junto a la estación de tren de Atocha en Madrid), pueblos o ferias

populares, autobuses convertidos en puestos rodantes de churros y chocolate, de los que sale el aroma a los churros recién fritos que activan la emotividad y el estómago. El churro forma parte de los bocaditos denominados frutas de



sartén. Esto es, cualquier fritura hecha con masa de harina, que se le suele dar diferentes formas. Así, igual que los churros son frutas de sartén, los buñuelos (masa de harina bien batida y frita en aceite, que cuando se fríe se esponja), los pestiños (masa de

harina y huevos batidos, que después de fritas en aceite se bañan con miel), las rosquillas (masa de harina, huevo, aceite, leche, hecha en forma de rosca, que se fríe y se rocía de azúcar)... todos ellos bocados de desayuno.



La moda del brunch

Aunque ciertos cafés con solera siguen vivos en España, ha pasado el tiempo y con él la historia de nuestro país. Hoy, España es un país abierto a las culturas del mundo; las principales provincias acogen a extranjeros que se instalan en nuestro país rellenando la alacena española de sus aromas, sabores, texturas. Es así como, si uno lo desea, puede comenzar el día en otro lugar del mundo sin necesidad de moverse, por ejemplo, de Madrid. Cada barrio madrileño acoge a gente procedente de otros mundos: en el barrio de Usera se puede desayunar como en el sur de China; en el barrio de Lavapiés, como en Marruecos o India; en barrios como Salamanca o Chamberí está de moda el desayuno británico; en el barrio de las Letras hay algún lugar para comenzar el día al estilo Nórdico. Esta es la riqueza de la capital española. No hay un lugar en toda España que se desayune como en Madrid, con la pluralidad, la variedad y la fusión de un menú de despertar. Quizá por estas ganas de



acoger a otros mundos, nos llegó la moda del brunch. Sin duda alguna, el desayuno de los fines de semana. No se sabe muy bien cómo y por qué surgió este 'desayuno tardío', algunos dicen que nació en el Reino Unido, y otros que es un invento neoyorquino, concretamente, de la gente del barrio de Harlem. Sin embargo, lo que sí es cierto es que esta manera de comenzar el día es una tendencia culinaria absolutamente activa en todas las partes del mundo. En España, uno

de los primeros lugares donde se comenzó a servir el brunch fue en el hotel Ritz de Madrid. En sus salones se montaban (y se sigue haciendo) grandes mesas repletas de bocaditos dulces y salados. Y de los hoteles, la moda pasó a los restaurantes; uno de los pioneros fue el Hispano, que lleva varios años con su bufé tipo brunch los fines de semana. Hoy sería impensable hablar de desayunos en España y no hacer referencia al brunch. Al igual que referirse al brunch y no remitirse a un bocado, los huevos Benedictine (sobre una rebanada de pan dulce se añade panceta o tocino ahumado y huevos escalfados), y un trago, el Bloody Mary. Y junto a este plato, en un brunch españolizado no puede faltar una mesa repleta de panes diferentes, con al menos tres tipos de mantequillas distintas, otras tantas mermeladas, aceite de oliva virgen, sal y zumos naturales. Así se amanece los domingos a partir de las 11:30 horas en España. Lugares como el hotel Palace o el hotel Intercontinental, en Madrid, son lugares fantásticos como para escuchar un poco de música clásica u ópera en directo mientras te das un homenaje dulce y salado. ¡Feliz despertar!

Sara Cucala, escritora y periodista, es coordinadora de gastronomía en TVE, fundadora del centro de cultura gastronómica de España A Punto y autora de los libros: Desayunar en Madrid. Del churro al brunch (2008. RBA), y Los templos de la tapa (2009. RBA)

Visite nuestra web www.foodsfromspain.com y encontrará información detallada sobre gastronomía española.





Donde gastronomía y

LENGUA

confluyen

TEXTO
GEORGE SEMLER/©ICEX

FOTOS
LUIS CARRÉ/©ICEX

TRADUCCIÓN
SYNONYME.NET/©ICEX

La Ruta de la Lengua Castellana, según lo establecido por la entidad pública responsable de la promoción del turismo extranjero en España (TURESPAÑA), comienza en San Millán de la Cogolla, La Rioja, donde el castellano tuvo su cuna; sigue después su marcha por Burgos a través de la primera poesía épica castellana y del *Cantar de Mio Cid*, y continúa atravesando las tierras en las que vivió Cervantes en Valladolid. Poetas místicos como Santa Teresa de Jesús y San Juan de la Cruz son inmediatamente asociados a la ciudad de Ávila (*Spain Gourmetour*, n.º 20). Salamanca es el lugar donde se desarrollan *La Celestina* de Fernando de Rojas (1470-1541) y la novela picaresca *Lazarillo de Tormes* (obra cuya edición más antigua data de 1554), dos de las cumbres de la literatura en castellano, mientras que Alcalá de Henares (*Spain Gourmetour*, n.º 19) es la ciudad en la que nació Miguel de Cervantes (1547-1616) y de la que surge la Universidad de Madrid. En el presente artículo se abordan sólo las dos primeras paradas de este recorrido literario, a saber, San Millán de la Cogolla, la cuna del castellano, y Burgos, la del *Cid*. Fue precisamente en La Rioja, en el Monasterio de Suso, situado en la parte alta de la villa de San Millán de la Cogolla, donde en 1910 se descubrió un manuscrito en latín del siglo X sobre San Agustín que contenía los primeros escritos conocidos en latín vernáculo, al que se denominaba “román paladino”. Las anotaciones allí incluidas fueron escritas, alrededor del año 1050, en los márgenes del texto, por un monje (o quizá varios), con objeto de explicar en la lengua que se hablaba en sus pueblos el significado de las palabras más difíciles en latín. Las notas están escritas en castellano y en euskera, lo cual no es de extrañar,



ya que en muchos pueblos de las tierras altas occidentales de La Rioja se hablaba esta última lengua. Esas notas acabaron siendo denominadas *Glosas Emilianenses* (anotaciones del Monasterio de San Millán). Posteriormente, en 1997, dos académicos, Claudio y Javier García Turza, descubrieron una enciclopedia con anotaciones adicionales hechas en el año 964, anteriores a las *Glosas Emilianenses* en casi un siglo. El Monasterio de Suso (arriba) –del latín *Sursum*– y el de Yuso (abajo) tienen su origen en la cueva de un carismático ermitaño llamado Millán (o Emiliano), nacido en Berceo en el año 473. En el momento de su fallecimiento, en 574, a la edad de 101 años, San Millán contaba ya con un pequeño grupo de seguidores que se instalaron en el Monasterio de Suso. La comunidad fue creciendo con el paso de los años, de modo que al altar original de San Millán se le incorporaron elementos añadidos de estilos visigodo, mozárabe y, después de que los moros lo prendieran fuego en el año 1002, románico. El Monasterio de Yuso fue construido en el siglo XI y posteriormente reconstruido en

los siglos XVI, XVII y XVIII con elementos renacentistas y barrocos. Ambos monasterios forman una completa antología de la primera arquitectura castellana. La relevancia literaria de los monasterios ubicados en San Millán de la Cogolla no sólo reside en las *Glosas Emilianenses*, sino también en la cantidad y calidad de los manuscritos hallados en sus bibliotecas, así como en las obras del primer poeta en lengua castellana Gonzalo de Berceo (1195-1260), que escribía y recitaba sus poemas en el Monasterio de Suso. Los veinticinco poemas de Berceo, incluidos en su obra titulada *Milagros de Nuestra Señora*, están considerados como su obra maestra, en especial las delicadas descripciones de paisajes, sin duda de las mejores en la poesía medieval en castellano. Los versos de Berceo, a menudo presentados en forma trovadoresca con una llamada inicial de atención (“*si vos me escuchásedes*”) y con un final en el que se sugería el medio de pago (“*un vaso de bon vino*”), eran originales en cuanto a su lenguaje popular, su humor y su realismo, e incluían descripciones exactas de los lugares, como por ejemplo San Millán y Silos, en los que tenían lugar sus historias.

Encrucijada culinaria

Probablemente no es ninguna casualidad que tanto la cultura literaria como la vinícola hayan florecido en el mismo lugar. Por las mismas razones que el clima y la agricultura mediterráneos llegaron fácilmente a través del Ebro a La Rioja (región en la que crecen abundantemente las vides, los olivos, los almendros, las alcachofas, los espárragos, los pimientos, los guisantes y los cardos)



Monasterio de Yuso

DE LA POESÍA ÉPICA A LOS PREMIOS NOBEL

El "román paladino" o lengua vernácula manuscrita en los márgenes de textos, en latín en San Millán de la Cogolla, en el siglo X, alcanzó su plenitud en el siglo XII con *El Cantar de Mio Cid*, la primera gran obra literaria escrita en castellano. En el siglo XIII, durante el reinado de Fernando III, se consolidó el uso del castellano, y con la publicación en 1492 del *Arte de la lengua castellana* de Antonio de Nebrija se logró que el castellano se extendiera por todo el mundo en paralelo al gran imperio español del siglo XVI. *El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha* de Miguel de Cervantes (1547-1616) se convirtió en el primer *best seller* mundial a principios del siglo XVII. La colonización española llevó la lengua al continente americano, donde todavía se habla, así como a varias islas del Pacífico, entre ellas Filipinas, en donde actualmente su habla no está demasiado extendida.

El castellano es la lengua de millones de inmigrantes en Estados Unidos procedentes de América Latina, de manera que hoy en día está considerada la segunda lengua más hablada de ese

país. En el momento de su creación, en 1945, la Organización de las Naciones Unidas incluyó la lengua castellana como una de sus cinco lenguas oficiales junto con la china, la inglesa, la francesa y la rusa; la lengua árabe se añadió posteriormente en el año 1973. En la lista de galardonados con el Premio Nobel que escriben en castellano se encuentran: José Echegaray (1832-1916), Jacinto Benavente (1866-1954), Gabriela Mistral (1889-1957), Juan Ramón Jiménez (1881-1958), Miguel Ángel Asturias (1899-1974), Pablo Neruda (1904-1973), Vicente Aleixandre (1898-1984), Gabriel García Márquez (1927), Camilo José Cela (1916-2002) y Octavio Paz (1914-1998). Actualmente, la lengua castellana la hablan unos 425 millones de personas en todo el mundo, y constituye una de las más extendidas del planeta junto con la china, la inglesa y la hindi.

la civilización romana se extendió río arriba por medio de gabarras de poco calado, atravesando la ciudad de Calahorra, en La Rioja Baja, cuna del orador y retórico romano Quintiliano (hacia 39-98), y llegando finalmente al puerto de Varea, situado a sólo 3 km / 1,8 mi al sur de Logroño, en la confluencia de los ríos Iregua y Ebro. Además de constituir una encrucijada lingüística en la que se funden las culturas romana, visigoda, árabe, vasca, navarra y castellana con las influencias septentrionales llegadas a través del Camino de Santiago, con los peregrinos europeos desplazados para visitar la tumba del Santo en Santiago de Compostela (*Spain Gourmetour*, n.º 53 y 54; edición inglesa), La Rioja fue también un crisol culinario en el que la cocina del norte de Europa, basada fundamentalmente en grasas animales, se enfrentaba y coexistía con la tradición mediterránea basada en el aceite de oliva. Por otro lado, La Rioja ha estado siempre bien abastecida de carne de vacuno procedente de los prados situados en sus tierras altas, de carne de ovino procedente de la cara meridional de la sierra de la Demanda, de pescado procedente de sus muchos ríos y de la costa atlántica, a poco más



de 100 km / 62 mi de distancia, y, por supuesto, del principal producto de la cultura cristiana, la carne de cerdo, con el jamón y las mil y una variedades diferentes de embutidos (*Spain Gourmetour*, n.º 21). Contamos con lugares que ofrecen muchas oportunidades culinarias que aprovechar, así, en el valle del Ebro, en Logroño, exactamente en Haro (localidad al noroeste de la Rioja), se encuentra el circuito de restaurantes y la ruta de tapas denominado La Herradura (por la forma que describe), en la calle Laurel; también, en la localidad Elciego (municipio de la provincia de Álava) está el balneario vinícola de las Bodegas del Marqués de Riscal, diseñado por Frank Gehry, así como las tabernas y los restaurantes de Laguardia, otra localidad del municipio de la provincia de Álava. Este mismo itinerario continúa hacia el sur atravesando el valle del Najerilla y la sierra de la Demanda (en los límites de las provincias de Burgos, La Rioja y Soria), siguiendo después el camino de la cuna de la primera poesía épica medieval en castellano hasta llegar a Castilla, a través de Santo Domingo de Silos para así arribar a Burgos

(norte de España) y al lugar de nacimiento de Rodrigo Díaz de Vivar, más conocido por el sobrenombre de El Cid (“El Cantar de Mío Cid”, pág. 17). Desde el Monasterio de Suso, la vía más poética para llegar a la localidad montañosa de Ezcaray, seguramente la ruta que habrían seguido San Millán o Gonzalo de Berceo, la constituye el camino de cinco horas de marcha de la senda GR-93 que cruza los perdidos pueblos de montaña de Pazuengos y Turza. Para los motoristas, existe un camino de 14 km / 8,6 mi al sur de Santo Domingo de la Calzada que sube hasta el río Oja, precisamente el que da nombre a La Rioja, y que en poco tiempo lleva hasta Ezcaray, ciudad situada al pie del monte más alto de la sierra de la Demanda, el denominado Pico de San Lorenzo, de unos 2.285 m / 7.500 ft de altura. Esta localidad está llena de majestuosas mansiones, siendo el ejemplo arquitectónico más relevante el Palacio del Conde de Torremuzquiz y su gigantesca sala de armas. Frente a la fortificada iglesia gótica de Santa María la Mayor de los siglos XII al XVI se encuentra situado el hotel Echaurren, perteneciente a Marisa Sánchez y su hijo, el internacionalmente aclamado chef

Francis Paniego (*Spain Gourmetour*, n.º 54; edición inglesa). Marisa es una maestra consumada y respetada en cocina tradicional riojana, mientras que Francis es un moderno innovador formado en las mejores cocinas de España y Francia, chef y fundador de El Portal (una estrella Michelin), dueño del restaurante del hotel Echaurren, además de ser asesor y consultor del restaurante del hotel Marqués de Riscal en la localidad de Elciego. Las patatas a la riojana cocidas con chorizo y pimentón dulce de Marisa, seguidas de una creación de Francis, como su merluza a la romana confitada a 45 grados sobre pimientos asados y sopa de arroz, constituyen la mejor combinación para deleite del paladar. Tras descender por el valle del Oja, a sólo diez minutos hacia el este de Nájera, se encuentra Daroca de la Rioja, lugar donde está enclavada la venta de Moncalvillo en la que los hermanos Echapresto, Carlos (sumiller) e Ignacio (chef), han hecho que se efectúe un importante desvío gastronómico en este recorrido literario. En los menús de temporada de esta venta se incluyen verduras en primavera, ensaladas en verano, caza menor (perdices, codornices y

becadas) y hongos silvestres (como *cantharellus*, *colmenillas* y *boletus edulis*) en otoño y, finalmente, caza mayor (jabalí y ciervo) y estofados en invierno. El menú también contiene creaciones originales y actuales como, por ejemplo, pencas rellenas de espinacas, tiras de jamón ibérico y crema de espárragos, así como platos más clásicos: el lomo de cordero confitado con hongos, miel y romero.

Aquí no entra semilla nueva

Al inicio de la carretera LR 113 hacia el valle del Najerilla, junto al río Najerilla, de piedra caliza, se halla la localidad de Nájera, en el pasado sede del Reino de Navarra y lugar donde se encuentra el Monasterio de Santa María la Real, que posee el mejor claustro gótico de La Rioja y que constituye una parada de peregrinos en el Camino de Santiago. Muy cerca se halla Tricio, en la actualidad un barrio periférico de Nájera, pero que en otros tiempos fue la localidad romana *Tritium Magallu*, la más importante de la zona, que incluía a Nájera como uno de sus distritos. La basílica de Santa María de los Arcos, del siglo V, es el edificio religioso más antiguo de La Rioja, construido con columnas corintias recicladas y con otros materiales procedentes de la ciudad romana de *Tritium Magallum*. Las fiestas de San Bartolomé de Tricio, celebradas todos los años a finales del mes de agosto, son conocidas con el nombre de “caracoleros” por las carreras de caracoles y otros juegos, además de concursos de recetas culinarias a base de este molusco. Si uno desea visitar a Jesús Martínez



Catedral de Burgos

Nalda y sus Conservas Marnal, lo mejor es llegar a Tricio y allí hacer un giro de 180 grados en “el árbol”, un viejo álamo gigantesco de más de cien años de edad y de unos 4,6 m / 15 ft de circunferencia en su base, situado justo enfrente del bar La Fuente. Jesús, más conocido con el nombre de Chuchi, es el presidente e impulsor del denominado pimiento najerano, un pimiento rojo dulce, carnoso y, a veces, entreverado (rojo y verde), que está registrado oficialmente conforme a la indicación geográfica protegida (IGP) Pimiento Riojano (*Spain Gourmetour*,

n.º 20). En la Asociación Profesional de Productores de Pimiento Najerano y de Santo Domingo participan siete cultivadores que poseen unas 20 ha / 49,5 ac de plantaciones y generan una producción anual de 566.889 kg / 570 t. El pimiento najerano es grande (a menudo de hasta 20 cm / 7,8 in de largo y de circunferencia), con una piel carnosa, un alto contenido en vitamina C y una baja acidez, lo cual le convierte en el producto ideal para ensaladas: cortado en tiras, o bien para acompañar carnes o aves. Todos los meses de mayo,



Chuchi, de 38 años, planta manualmente 200.000 semillas utilizando las mismas que su abuela dejó en legado mucho tiempo antes de que empezara a trabajar en el negocio con su padre, hace dieciséis años. Cada uno de los pimientos es asado en un horno de leña empleando madera procedente de hayas, cada vez más difícil de encontrar. De ese modo, Conservas Marnal elabora unos 50.000 kg / 50 t, al año, de pimientos y vende igual cantidad de pimientos frescos. “Aquí no entra semilla nueva”, sostiene el enfático y dinámico Chuchi, al mismo tiempo que hace la firme promesa de no ampliar nunca el negocio.

Otros 10 km / 6 mi río Najerilla arriba se encuentra Baños de Río Tobía, el principal centro de transformación y curación de jamón, chorizo y embutidos de La Rioja. Allí, Carmelo y Fermín Loza son dos de los once hermanos y primos que trabajan en la empresa familiar de curado cárnico, denominada Embutidos Loza, y creada en 1920 por su abuelo, Amando Loza Alonso. Baños, localidad situada a 600 m / 1.970 ft de altitud, ofrece la adecuada combinación de aire seco de la montaña y temperaturas bajas que, junto con una buena accesibilidad en materia de transportes, la han convertido en el lugar preferido para la transformación y curación de jamón, chorizo, lomo de cerdo y embutidos de productores de toda España y del sur de Francia. Carmelo nos explica los procesos aplicados mientras nos muestra las salas de secado y salado del edificio de cinco plantas, donde los jamones cuelgan de los techos de los pisos superiores en supervisadas salas de secado al aire libre. “Gracias a las modernas tecnologías –nos

E L C A N T A R D E M Í O C I D

A pesar de haber sido escrito alrededor del año 1140, tan sólo unos cuarenta años después de la muerte de su protagonista Rodrigo Díaz de Vivar, también conocido con el sobrenombre de El Cid, *El Cantar de Mio Cid* es el primer ejemplo existente de literatura épica medieval en castellano. Debido a la proximidad cronológica del Cantar a los hechos que en él se describen, se considera que es fiel desde el punto de vista histórico. El Cantar consta de tres partes, a saber, el *Cantar del destierro*, en donde se describe el exilio de Rodrigo ordenado por el Rey Alfonso VI después de haber sido injustamente acusado del robo de tributos; el *Cantar de las bodas*, en el que se describe la conquista de Valencia hasta entonces en poder de los moros; y el *Cantar de la afrenta de Corpes*, en el cual El Cid venga la vejación sufrida por sus hijas y regresa triunfante merecedor de los favores del rey. Se considera que el

principal valor literario del Cantar es su notable realismo. Los hechos heroicos se describen sin que se pierda su credibilidad y el personaje del Cid resulta humano, a la vez que complejo. Rodrigo Díaz de Vivar es retratado como un personaje comprensivo y próximo, capaz de verter lágrimas cuando es obligado a abandonar a su esposa e hijos y de sonreír victoriosamente cuando logra el triunfo, que respeta a sus superiores, que cuida sus modales y que lucha en los combates con gran valor. En términos generales, esta figura épica encarna las más altas cualidades del héroe castellano germánico, que acepta la injusticia sin dejar de ser leal a su rey, que lucha contra los infieles y que busca el honor personal y familiar, de manera que el texto logra una equilibrada combinación de práctico realismo y de noble idealismo, que a lo largo de la historia no cesará de repetirse en muchos otros grandes ejemplos de la literatura española. Si desea consultar el texto original, puede hacerlo en la biblioteca digital del Instituto Cervantes en su página web: www.cervantes.es.





Real Monasterio de las Huelgas

cuenta Carmelo—, esto puede hacerse en cualquier lugar; pero el *bouquet*, el aroma y, por lo tanto, el sabor del producto son muy distintos cuando estos productos se curan al auténtico aire de la montaña”.

Unas judías con poesía

Si seguimos adentrándonos en la sierra de la Demanda, a 7 km / 4,5 mi al sur de Baños, encontramos el pueblo de Anguiano, famoso por sus tres puentes, por su festival de verano en el que bailarines con zancos de madera de haya descienden una empinada cuesta desde la iglesia de San Andrés y, sobre todo, por sus caparrones, esto

es, unas diminutas judías pintas, únicas en cuanto a sus cualidades. Sus vainas crecen en suelos rocosos a gran altitud, al igual que las uvas prensadas que se utilizan en los denominados vinos de alta expresión, de manera que estas judías de color granate y del tamaño de un guisante tienen un sabor extraordinario, con una piel suave que se funde en el paladar y una textura sumamente delicada. Los caparrones, guisados con los habituales chorizo y tocino salado, ha sido siempre uno de los platos riojanos preferidos del público. Javier Llaría, con 35 años, es el presidente de la todavía no formalmente constituida Asociación del Caparrón, un grupo formado por jóvenes entusiastas del caparrón que desean crear una organización que

proteja su producto de otros fabricantes de judías que, falsamente, hacen pasar otras pequeñas legumbres pintas por caparrones de Anguiano. “El cultivo de caparrones en estas empinadas laderas ha sido tradicionalmente más una afición que una industria —nos dice Javier—, y ahora estamos intentando crear métodos y tecnologías que nos ayuden a producir más y mejores caparrones. Nuestros padres y nuestros abuelos bromean con nosotros diciendo que no queremos trabajar; pero trabajamos, y mucho. Lo que ocurre es que no queremos trabajar del modo en que ellos lo hacían. Seleccionar estas judías una a una es un proceso sin fin, absolutamente insostenible salvo para el consumo privado. Necesitamos contar con el tipo de



maquinaria que se utiliza, por ejemplo, para seleccionar los granos de café”. Los caparrones de Anguiano se cultivan exclusivamente en espaldares y estacas verticales para vainas de unos 3 m / 10 ft de altura, se plantan a mano, se orientan en los postes, se amontonan en forma de pirámides como los almiare y después se extienden sobre lonas para extraerlos de las vainas por medio de tractores. A continuación viene el proceso de limpieza y de selección, de modo que al final se logra una producción de unos 8.000 kg / 8 t en un año bueno. La madre de Javier, Eusebia Bezares, de 67 años y que se encarga de dirigir la Casa Rural Llaría, pone a remojo sus caparrones la noche antes de su preparación y después los cocina a

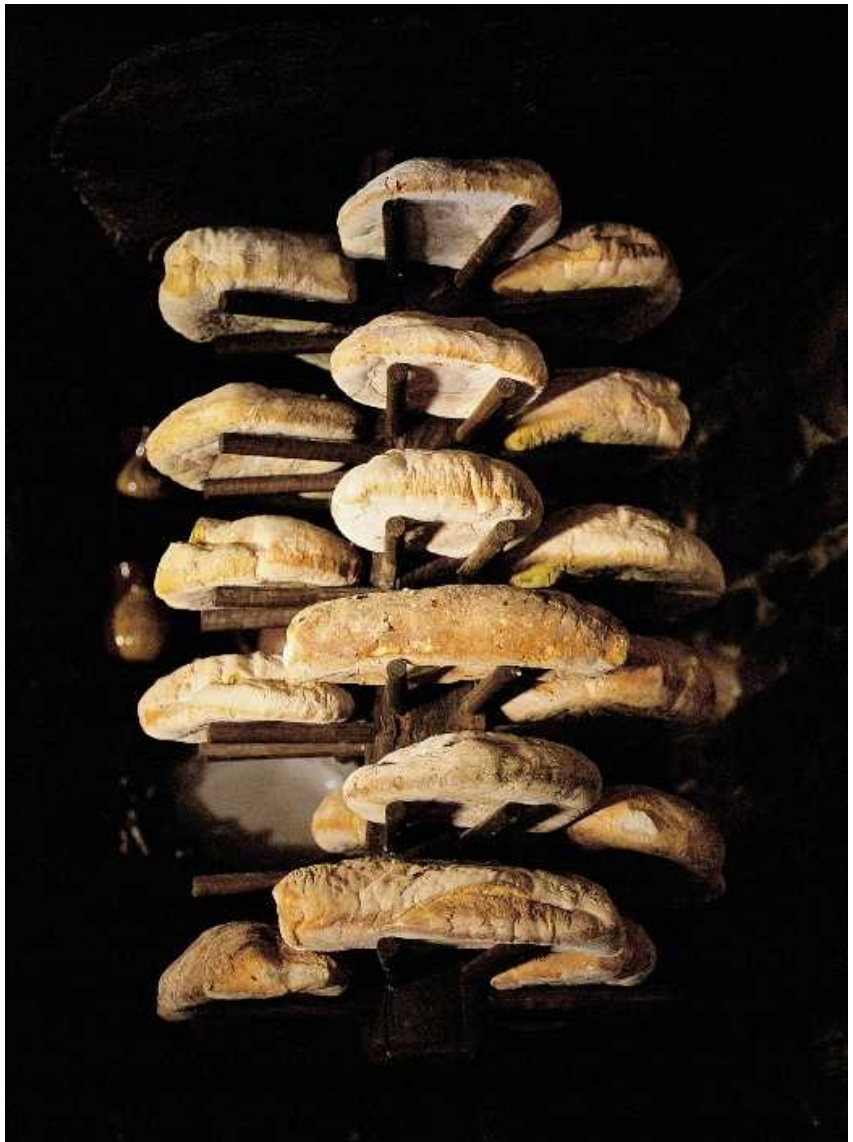
fuego lento durante cinco o seis horas, añade el chorizo y el tocino y, justo al final, prepara un sofrito a base de aceite, ajo y pimentón que añade al guiso para darle el toque final. “Otro de los factores más importantes es la calidad del agua”, sostiene Javier mientras prepara otras dos bolsas pequeñas con minigarbanzos y diminutas judías blancas denominadas alubias arroceras, para los cuales también tiene grandes proyectos: “Los jóvenes se ven obligados a marcharse de Anguiano para buscar un buen trabajo, de modo que si conseguimos que nuestras legumbres se conviertan en un negocio razonablemente sostenible, habremos logrado algo muy positivo”. La fiesta del Caparrón de Anguiano, que se celebra entre finales

de octubre y mediados de noviembre en función del clima y del estado de la cosecha, constituye una ocasión perfecta para degustar todas las diferentes recetas a base de caparrones que se ofrecen en el pueblo. Otros 20 km / 12,5 mi de carretera empinada de montaña nos llevan hasta el Puente de Hiedra y el camino que conduce al Monasterio de la Valvanera, cuna de la Virgen de Valvanera, patrona de La Rioja. Unos diez minutos más de conducción nos acercan a la localidad de Viniegra de Abajo, lugar donde se halla la Venta de Goyo, enclave de caza y pesca y uno de los destinos más deseados para comer en las tierras altas de La Rioja. En un principio fue una estación de relevo de diligencias y una posada en

la carretera de postas que iba desde Pamplona a Madrid pasando por Aranda de Duero; ahora, la Venta de Goyo es conocida por las especialidades de caza de temporada que prepara su chef Juan Carlos Esteban, entre las que destacan la perdiz y la becada asadas sin modificar apenas su sabor original, la carne de venado con compotas de manzana y de castaña, y el jabalí guisado con setas. Asimismo, se trata de uno de los mejores lugares para degustar los caparrones de Anguiano, cocinados a la perfección en agua pura de manantial. Más allá de Viniegra de Abajo, en la carretera LR 113, se halla la nueva localidad de Mansilla de la Sierra reconstruida después de 1959 cuando las aguas de la presa de Mansilla cubrieron el antiguo pueblo, que ahora puede verse claramente desde la carretera cercana a la presa casi vacía. Desde la ermita de Santa Catalina del siglo XII, la única construcción superviviente de la vieja localidad, pueden apreciarse tres de los siete puentes originales del pueblo y los impresionantes muros del palacio de Fernán González (hacia 910-970), el primer Conde de Castilla y personaje principal del Poema épico de Fernán González del siglo XIII. Esta obra fue probablemente escrita por un monje del Monasterio de San Pedro de Arlanza (fundado, según la tradición, por el Conde de Castilla); se trata de un poema habitual de la literatura épica castellana, esto es, un canto belicoso y patriótico a la Reconquista y a Castilla. El poema se transmitió oralmente a través de las baladas de los trovadores, y en él se narra la historia de las viejas rivalidades existentes entre Castilla y los vecinos reinos de Navarra y León. Fernán González, inicialmente Conde de Burgos, es el héroe que lucha con éxito por la independencia de Castilla. Pese al escaso mérito literario del poema, Alfonso X el Sabio (1221-1284), el gran rey castellano, erudito, poeta, compositor y guerrero, incluyó una versión en prosa del mismo en su *Crónica General*.



Después de atravesar la presa de Mansilla, donde la ondulada sierra de Urbión se despliega espectacularmente hacia el este, encontramos el bonito pueblo de Canales de la Sierra que forma el límite de Burgos y la Comunidad Autónoma de Castilla y León, donde la carretera se convierte en la BU 825, que hacia el sur conduce hasta Salas de los Infantes.





Castilla la épica

Salas de los Infantes es un lugar famoso por el *Poema de los Infantes de Lara*, anterior a la *Canción de Rolando* y precursor de *El Cantar de Mío Cid* (“El Cantar de Mío Cid”, pág. 17), el cual constituye la obra épica medieval en castellano más antigua registrada (1140). Tal como se pone de relieve en los estudios del ilustre historiador literario español Ramón Menéndez Pidal (1869-1968), el poema se basa en los códigos germánicos de venganza privada heredados de los visigodos (a diferencia del régimen romano de derecho procesal), de modo que Castilla, el único reino cristiano de la Península Ibérica en el siglo XI, simplemente perpetuaba en lengua romance la tradición heroica nórdica. En el *Poema de los Infantes de Lara* se cuenta una historia espeluznante de sangre y venganza: con el propósito de vengar la afrenta sufrida por su esposa Doña Lambra, Ruy Velázquez engaña a sus sobrinos, los siete Infantes de Lara, conduciéndolos a una emboscada tendida por los moros en la que son asesinados y decapitados. Después, las cabezas son enviadas como trofeos a Córdoba donde su padre, Gonzalo Gustioz, tras haber sido vendido como esclavo por el propio Ruy Velázquez, es prisionero de Almanzor, el califa árabe. Almanzor muestra las cabezas al afligido padre, que en ese momento jura vengarse. Al final, el hijo bastardo de Gustioz, llamado Mudarra, fruto

de sus relaciones con una esclava mora regalada por Almanzor, venga a sus hermanastros matando a Ruy Velázquez y quemando viva a Doña Lambra. En la actualidad, Salas de los Infantes es un excelente lugar para detenerse y degustar el lechazo o la sopa castellana en el mesón Ricardo y después dar un paseo por la localidad. La Oficina de Turismo, situada en el Museo de los Dinosaurios enclavado en la Plaza Mayor, ofrece guías de audio en las que se detallan los lugares más interesantes de la ciudad y las horas de visita de la iglesia de Santa María, del siglo XV, donde se dice que se guardan los restos de las cabezas de los Infantes de Lara en un sarcófago situado a la izquierda del altar principal. Las antiguas casas y sus chimeneas cónicas de ladrillo curiosamente retorcidas, muchas de ellas abandonadas, constituyen lo más interesante de ver de la localidad, mientras que el establecimiento Jamones El Pelayo es el lugar ideal para adquirir productos locales como cabrito seco y ahumado, lengua de vaca y quesos de oveja. Santo Domingo de Silos, localidad situada a veinte minutos hacia el oeste, es otra de las paradas clave de la Ruta de la Lengua Castellana. Al igual que el Monasterio de Suso, Silos poseía una gran biblioteca y un taller de copiado o *scriptorium*, de forma que las denominadas *Glosas de Silos*, 513 anotaciones en el margen de un texto latino, junto con las *Glosas Emilianenses*, constituyen uno de los primeros

ejemplos de escritos en castellano vernáculo. *La Vida de Santo Domingo*, de Gonzalo de Berceo, es una de sus obras más importantes, y el Cid pasó su primera noche en Silos tras ser desterrado de Castilla por el Rey Alfonso VI a finales del año 1080 o principios de 1081. Muchas referencias literarias modernas se han inspirado en el altísimo ciprés sito en el claustro del monasterio, inmortalizado en un soneto del poeta español Gerardo Diego (1896-1987) escrito en 1924, así como en los versos de Miguel de Unamuno (1864-1936), de Rafael Alberti (1902-1999) y de Manuel Machado (1874-1947), entre otros poetas. En lo que atañe a la gastronomía, el restaurante Tres Coronas de Silos sirve encomiables platos locales, mientras que en la tienda de antigüedades y comestibles, situada justo al lado, se venden morcillas de Burgos, quesos curados de oveja de Vadorrey y macarrones Rocas de Silos hechos de avellanas, claras de huevo, chocolate y vainilla. Los monjes benedictinos entonan cantos gregorianos durante el oficio de vísperas de las siete de la mañana, lo cual nos permite llegar a Burgos por la Ruta del Cid, pasando por Covarrubias y San Pedro de Cardena a través de los anchos campos y llanuras de Castilla, localidades por las que cabalgó el Cid en su marcha hacia el exilio. Covarrubias nos ofrece una excelente oportunidad para degustar los platos del restaurante



rústico De Galo, mientras que la parada en San Pedro de Cardena nos permite disfrutar del vino de reserva Valdevegón hecho por los monjes del Monasterio de San Pedro.

El Cid, un personaje universal

La ciudad de Burgos, en el momento de celebrar su primer Fin de Semana Cidiano anual dedicado al protagonista del Cantar, Rodrigo Díaz de Vivar, *El Cid Campeador* (hacia 1045-1099), bulle de espectadores procedentes del torneo que acaba de finalizar en el paseo del Espolón junto al río Arlanzón que divide en dos a la localidad. En los puestos montados en el mercado medieval en torno a la catedral situada en la plaza del Rey San Fernando se exponen prácticamente todos los productos alimenticios

ofrecidos por Burgos y otros lugares, entre los que sobresalen las morcillas de Sotopalacios y Briviesca, la torta de aceite de Tardajos, la morcilla de cominos de Gumiel de Izán, el queso fresco de Burgos (*Spain Gourmetour*, n.º 19), los quesos curados de oveja de Sotillo de la Ribera, el queso de oveja Flor de Esgueva de Peñafiel, en Valladolid y la Torta del Casar de Extremadura (*Spain Gourmetour*, n.º 19).

El Mesón del Cid ubicado en la plaza de Santa María, próxima a la catedral, es un clásico edificio castellano del siglo XV con viejas baldosas, vigas labradas a mano y rincones y recovecos sorprendentes e ideales para una cena íntima en esa vorágine continua de gentes en movimiento. El menú típico de Burgos, compuesto de: la sopa Doña Jimena (sopa de ajo en recuerdo de la esposa del Cid), la morcilla de Burgos con pimientos rojos y el cordero lechal asado, seguido del postre del abuelo hecho a base de queso fresco de Burgos, avellanas y miel, todo ello acompañado abundantemente de un vino tinto de denominación de origen Ribera de Duero que nos recuerda que Burgos, a tan sólo 80 km / 50 mi del río Duero, está en una nueva denominación de origen de vinos.

En Casa Ojeda, cerca de la plaza del Cid, en la calle Vitoria, se asa el mejor lechazo de Burgos en su tradicional horno de leña, de manera que se consigue un asado tan succulento, tierno y pleno de sabor que el veterano empleado de Casa Ojeda, Antonio Sanlloriente, de 66 años, que ya trabajaba cuando se abrió el restaurante en el año 1965, afirma que “para que sea bueno, tiene que haber oído las campanas de la catedral”.

Una visita a Burgos no sería del todo completa sin dar un paseo desde la plaza del Cid, pasando junto a la puerta lateral de madera, exquisitamente tallada, del ala oeste del Teatro Principal y pasar bajo el sombrío túnel formado por los plátanos del paseo del Espolón, hasta llegar al Arco de Santa María, la principal entrada medieval a la ciudad. Un nuevo recorrido por la catedral a

lo largo de la calle de la Paloma, nos permite descubrir excelentes tiendas de comestibles, como Casa Quintanilla y Pecaditos de Burgos, y llegar otra vez a la Plaza Mayor. Otra de las visitas obligadas es la que debe hacerse al Real Monasterio de las Huelgas y a la cartuja de Miraflores para disfrutar allí de las esculturas de su Capilla Mayor.

Al noroeste de Burgos, en la localidad de Vivar del Cid, cuna del héroe castellano, se halla el mesón Molino del Cid, en la denominada “legua cero” del Camino del Cid, lugar donde se preparan especialidades castellanas como los cocidos, el cochinillo o el lechazo. Más interesante aún es la historia del Cid contada elocuentemente por su propietario Javier Alonso que nos recita de memoria capítulos y versos de *El Cantar de Mio Cid*. El molino original se remonta a la época medieval y podría incluso haber pertenecido a Diego Laínez de Vivar (1020-1058), padre del Cid e Hidalgo de Ubierna e Infanzón de Vivar, títulos nobiliarios que le harían poseedor de una parte de los molinos de la región. La maquinaria actual del molino data de mediados del siglo XIX, mientras que la ventana de cristal del piso en el que se encuentra el comedor posterior muestra el agua que fluye bajo el edificio. Las paredes están cubiertas de referencias al Cid, desde cuadros en los que se muestra el adiós a Doña Jimena y sus hijos en el momento de su destierro, hasta fotografías del eminente filólogo y estudioso de *El Cantar de Mio Cid*, Ramón Menéndez Pidal durante su visita al molino en el año 1963. Tal como nos explicará Javier Alonso, en la copia de la carta de arras de Rodrigo Díaz de Vivar y Doña Jimena (el pergamino original se encuentra en la catedral de Burgos) puede verse la propia letra de Rodrigo de Vivar en la frase “*Ego Ruderico simul cum coniuge mea affirmo oc quod superius scriptum est*” (“Yo, Rodrigo, con mi esposa, afirmo lo antes escrito”). Esta frase escrita nos demuestra, en primer lugar, que Rodrigo Díaz de Vivar sabía escribir,

lo cual era reflejo de su elevada posición social como hijo culto de un hidalgo y, en segundo lugar, que reconocía a su esposa Jimena como parte del contrato nupcial en una época en que el valor de las mujeres en la sociedad era inferior al de un caballo.

La localidad de Vivar del Cid está llena de elementos de interés que corresponden a la época de Rodrigo Díaz de Vivar, desde el monumento

grabado en el centro de la ciudad hasta el convento de las clarisas de Santa Clara de Vivar, situado junto al Molino y en el que se guardó el manuscrito del Cantar hasta el año 1778. Las monjas clarisas elaboran allí unas exquisitas galletas denominadas “tizonas” en honor a Tizona, nombre de la espada del Cid, que constituyen el perfecto final para un almuerzo en el Molino y un recorrido gastroliterario a través de los orígenes de la lengua castellana.

George Semler vive en Barcelona y ha escrito artículos sobre viajes, gastronomía y vinos para numerosas publicaciones, entre las que se incluyen Saveur, Sky, Forbes Life, Travel & Leisure y epicurious.com de Condé Nast durante los últimos veinte años.





Restaurante Gaig

Texto introducción
Almudena Muyo/©ICEX

Fotos recetas
Toya Legido/©ICEX

Fotos introducción
Tomás Zarza/©ICEX

Restaurante
Aragó, 214
(esquina con Aribau)
08011 Barcelona
Tel.: 934 291 017
www.restaurantgaig.com
info@restaurantgaig.com

La simplicidad basada en el manejo de las materias primas de calidad y de temporada, así como el dominio, sin fisuras, de la fritura en aceite de oliva virgen extra son algunas de las características fundamentales que se identifican en la cocina de Carles Gaig. Una cocina sabia con los sabores, olores y aromas de antaño y, al mismo tiempo, vanguardista y moderna, que refleja la evolución de una familia, la suya, volcada de lleno en el mundo de la hostelería desde hace cuatro generaciones. El pequeño hostel familiar, donde se servían comidas caseras a principios del siglo pasado, se ha transformado en uno de los restaurantes de referencia de Barcelona –Restaurante Gaig–, reconocido con una estrella Michelin. Sus maestras fueron su bisabuela y, sobre todo, su madre, pero también se formó gracias a los artículos de los periodistas, gastrónomos y escritores españoles: Josep Pla (1897-1981) y Néstor Luján (1922-1995); asimismo un viaje al País Vasco en 1975 le permitió conocer a los cocineros Patxi Quintana y Juan Mari Arzak y, posteriormente, entrar en contacto con Paul Bocuse y Freddy Girardot, lo que revolucionó su cocina, ofreciendo platos envueltos en un avanzado estilo de modernidad, con el sabor de sus orígenes. Es el propio Carles quien ha elegido los vinos.

RECETAS





Lomo de bacalao ligeramente ahumado con samfaina y butifarra negra

La sencillez potenciada al máximo en un plato tradicional de bacalao con samfaina (fritada a base de hortalizas picadas), en donde la reducción de vinagre de Módena, con su acidez y cuerpo, contrarresta el punto de salazón del lomo y la butifarra negra.

PARA 4 PERSONAS

700 g / 1 1/2 lb en 4 piezas de lomo de bacalao; harina para rebozar; 2 tomates; 1 pimiento rojo; 1 pimiento verde; 1 pimiento amarillo; 1 calabacín; 1 berenjena; 1 cebolla; 200 g / 7 oz de butifarra negra; hierbas aromáticas; brotes verdes; vinagre balsámico; aceite de oliva virgen extra; anís.

Cogemos el lomo de bacalao, lo ponemos al punto de sal, lo enharinamos y lo freímos en aceite bien caliente justo en el momento de servir.

Escalivamos, asamos al rescoldo de las brasas las berenjenas y los pimientos, para posteriormente pelarlos y cortarlos. Picamos la cebolla y la sofreímos; una vez caramelizada, añadimos la carne de los dos tomates picada y, por último, el calabacín. Cuando todo esté en su punto, añadimos el resto de las verduras, lo sazonamos y lo aromatizamos con anís. Ya tenemos la samfaina.

Ponemos la butifarra en la vaporera para que pierda textura y poderla pelar. La trituramos dándola con calor y embutimos con ayuda de papel transparente, enfriamos y cortamos en láminas, regeneramos con calor en el momento de emplatar.

Reducimos el vinagre balsámico y una vez frío lo mezclamos con aceite de oliva virgen extra.



Presentación

Freiremos el bacalao justo al momento de servir para que el rebozado esté crujiente, ponemos una querelle de samfaina y regamos con la reducción de vinagre balsámico. Los brotes verdes y la butifarra negra cierran el plato.

Tiempo de preparación

1 hora y 30 minutos

Vino recomendado

Geol 2006 (DO Costers del Segre), de bodegas Tomàs Cusiné. Se trata de un vino goloso, con potencia y explosivo en nariz, en donde se destacan frutas

del bosque como moras, arándanos, etc., que se mezclan con torrefactos y madera. Esto unido a su frescura en boca y sabor aterciopelado, con similitudes notables a su entrada en boca, hacen de este vino la combinación ideal para el bacalao y la samfaina.



Restaurante Torre de Sande César Ráez

Texto Introducción
María Moneo/©ICEX

Fotos introducción
Tomás Zarza/©ICEX

Fotos recetas
Toya Legido/©ICEX

Restaurante Torre de Sande
Calle de los Condes, 3
10003 Cáceres
Tel.: (+34) 927 211 147
www.torredesande.com



RECETAS

Basada en platos y recetas típicas extremeñas (comunidad autónoma situada en el suroeste de España), la cocina de César Ráez se caracteriza por la exquisita fusión de los productos autóctonos de esta tierra con un enfoque personal que le ha sabido colocar en la cima de los restauradores cacereños. Así, en sus platos no falta nunca la carne de retinto, las setas, el cerdo ibérico y, por supuesto, la caza, una de sus especialidades junto con los arroces. César ha intentado transmitir sus conocimientos culinarios a través de un Taller de Cocina que puso en marcha en 2009, donde los amantes de la gastronomía pueden aprender cocina básica, recibir cursos de investigación culinaria o preparar recetas tradicionales de la cocina de Extremadura. Por otro lado, los que no pueden asistir a estas clases pueden disfrutar de la cocina de César a través de su libro *Cocina de caza*, con el que obtuvo, en 2006, el premio *Gourmand World Cookbook Award* al mejor libro de cocina local en España (*Spain Gourmetour*, n.º 14) en el cual se refleja lo creativa e imaginativa que puede llegar a ser la cocina utilizando los productos naturales y animales que nos proporciona la caza. Además de la excelente cocina que puede degustarse en Torre de Sande, este restaurante sobresale por su particular ubicación en una de las históricas torres de Cáceres, que le han convertido en un lugar emblemático. Entre sus visitantes destaca el escritor español Arturo Pérez Reverte (1951), quien menciona este local en su novela *La reina del sur* (Alfaguara, 2002), cuando la protagonista visita la ciudad de Cáceres. Por otra parte, César Ráez ha querido contar con Antonio Garzón, enólogo extremeño, para la recomendación de los vinos que acompañan a cada una de las siguientes recetas.

Perdiz al modo de Alcántara clásica

Tal vez sea una de las recetas más antiguas de la cocina conventual. Encontrada a finales del siglo XVII en el convento de San Benito de Alcántara (Cáceres, al oeste de España), este plato ha sido renovado y actualmente se elabora con tres productos muy importantes para la cocina: la trufa negra, el foie gras y el vino de oporto. El resultado final es un plato muy aromático con toques casi dulces por su cocción muy larga, similar al chocolate.

PARA 4 PERSONAS

4 perdices; 20 g / 1 oz de trufa; 200 g / 7 oz de foie; 1 l / 4 1/4 cup de oporto; 50 g / 2 oz de manteca de pato; sal; pimienta.

Macerar las perdices, ya rellenas con el foie y las trufas, en el oporto. Una vez que hayan transcurrido 12 horas, escurrirlas. A continuación, dorar las perdices en la manteca de pato a fuego vivo. Posteriormente, introducir las en una *cocotte* de horno rociándolas con el oporto y cocer en el horno tapado durante tres horas a 175 °C / 347 °F. Una vez cocinadas, retirarlas y reducir la salsa al máximo.

Presentación

Situar la perdiz entera en el centro del plato, abriéndola un poco para que se vea el relleno y separar la pechuga del muslo. Rectificar de sal y pimienta y, por último, salsear con la reducción de oporto de su cocción, con un brote de flor de petunia y una flor de cardo.

Tiempo de preparación

12 horas de maceración de la perdiz

Tiempo de cocción

3 horas aproximadamente

Vino recomendado

Sotorrondero 2007 (DO Mentrída), de Bodegas Jiménez-Landi. Tinto joven con crianza. Vino sorprendente, de las variedades syrah y garnacha, con diez meses en barrica de roble. Color granate intenso, aromático, con cuerpo y suave al paladar. Asimismo, con posgusto largo, que complementa por sus taninos a este plato tan antiguo y tan exquisito a la vez.







Tradición e innovación van de la mano en las más reconocidas cocinas de España. Si a eso le añadimos una auténtica devoción por el producto local, no sorprende que el aceite de oliva sea uno de los ingredientes en el arsenal de los reposteros. A lo largo y ancho de la geografía española, pasteleros y creadores de dulces están poniendo a prueba los límites tradicionales de la fabricación de dulces con la utilización del aceite de oliva para conseguir postres más cremosos, sanos y sabrosos.

La dulzura del

ACEITE de OLIVA

Jordi Butrón

Bizcocho de aceite virgen extra, melocotón blanco, oliva verde y San Simón

Durante muchos años, Jordi Butrón, Xano Xaguer y su escuela Espai Sucre han estado en la punta de lanza de la innovación culinaria en España. Partiendo de un aroma, un sabor o una textura, Espai Sucre construye platos en que todas las preparaciones contribuyen a reforzar una idea inicial. Este postre juega con una combinación clásica: queso y aceite.

PARA 4 PERSONAS

Para el bizcocho de aceite de oliva:

4 huevos; 100 g / 3 1/2 oz de azúcar; 60 g / 2 oz de leche; 160 g / 5 1/2 oz de harina; 125 g / 4 1/2 oz de harina de almendra triturada; 250 g / 9 oz de aceite de oliva virgen extra.

Para la crema de queso San Simón

ahumado: 250 g / 9 oz de queso San Simón ahumado con corteza; 200 g / 7 oz de leche (1); 50 g / 2 oz de nata; 100 g / 3 1/2 oz de leche (2); 1 g / 1/9 oz de agar agar.

Para el sorbete de melocotón blanco y

jazmín: 1 kg / 2 1/4 lb de pulpa de melocotón blanco; 60 g / 2 oz de pro sorbet Sosa; 30 g / 1 oz de azúcar; 10 gotas esencia de jazmín.

Para el agar agar de melocotón: 1,8 g / 0,06 oz de agar agar; 350 g / 12 oz de pulpa melocotón blanco; 160 g / 5 1/2 oz de almíbar 1:1; 1 1/2 de gelatina en hojas.

Para la espuma de oliva verde: 250 g / 9 oz de zumo de aceituna; 100 g / 3 1/2 oz de nata; 10 g / 1/3 oz de azúcar; 1,8 g / 0,06 oz de Xantana; 1 carga de gas.

Para el caramelo de olivas verdes: 60 g / 2 oz de polvo de aceituna sevillana verde; 100 g / 3 1/2 oz de glucosa; 100 g / 3 1/2 oz de fondant (preparación a base de agua, azúcar y glucosa).

Otros: 6 dados de queso San Simón; un biberón de aceite de oliva virgen extra.

Bizcocho de aceite de oliva

Realizar mediante el sistema genovesa, es decir, blanquear los huevos con el azúcar poco a poco. Una vez esponjada la mezcla, agregar suavemente y en forma de hilo la leche. Incorporar suavemente con

movimientos envolventes los polvos tamizados y añadir con cuidado en 2 ó 3 veces el aceite de oliva. A continuación, cocer la mezcla en un molde con forma de canelón forrado con papel de aluminio durante 20 minutos en el horno precalentado a 165-170 °C / 329-338 °F, sobre placa de silpat (lámina antiadherente de silicona). Girar sobre la misma placa para que queden las 2 caras planas y el aceite se distribuya homogéneamente por todo el pastel. Meter en la nevera para que compacte la miga y se pueda cortar en porciones limpias de 3 x 6 cm / 1,2 x 2,4 in y de 1 cm / 0,4 in de altura.

Crema de San Simón ahumado

Separar la cáscara del queso e infusionar con la leche (1) durante 7 minutos. Disolver el queso sin cáscara en la thermomix junto con la leche (1) y la nata a 60 °C / 140 °F durante 5 minutos. Mientras tanto, llevar a ebullición la leche (2) junto con el agar agar. Unir las 2 preparaciones y reservar en frío, cubierto con papel film para que no haga película.

Sorbete de melocotón blanco y jazmín

Unir todos los ingredientes, dejar reposar durante un mínimo de 2 horas, volver a mezclar y meter en el congelador.

Agar agar de melocotón blanco

Disolver el agar agar en una pequeña proporción de pulpa de melocotón y almíbar, y llevarlo a ebullición. En cuanto haya bajado la temperatura, agregar las hojas de gelatina y añadir el resto de la pulpa de melocotón. Colocar en un marco rectangular de acero inoxidable de 16 x 16 cm / 6,3 x 6,3 in sobre una placa, ésta también de acero inoxidable, y proteger con plastilina (profesional para repostería) los bordes para que no se escurra el líquido. Dejar enfriar y cortar en porciones de 3 x 3 cm / 1,2 x 1,2 in.

Espuma de oliva verde

Disolver, en el zumo de olivas, la Xantana y el azúcar y, a continuación, agregar la nata sin montar. Colocar la mezcla en el sifón y cargar con la carga de gas. Se reservará en

la nevera hasta el momento de servirlo. Es importante señalar que se deberá romper la espuma antes de servir en el plato.

Caramelo de olivas verdes

Preparar un caramelo de glucosa y fondant llevándolo a una temperatura de 150 °C / 302 °F y cuando haya alcanzado esta temperatura, retirar el cazo del fuego y agregar el polvo de oliva verde, teniendo cuidado de que no se cristalice el caramelo. Dejar enfriar esta masa madre de caramelo y guardar en lugar seco (dentro de la bolsa con gel de silicio). A

continuación, coger un trozo de madre de caramelo de olivas y colocarlo en un silpat en el horno a 180 °C / 356 °F hasta que se deshaga (3 minutos aproximadamente). Estirar el caramelo entre 2 silpat. Después, retirar uno de ellos y colocar una hoja de papel de cocina. Girar sobre el papel de cocina y retirar el otro silpat y sobre una placa caliente cortar rectángulos de 2 x 8 cm / 0,8 x 3,2 in. Dejar enfriar y separar las laminas de caramelo.

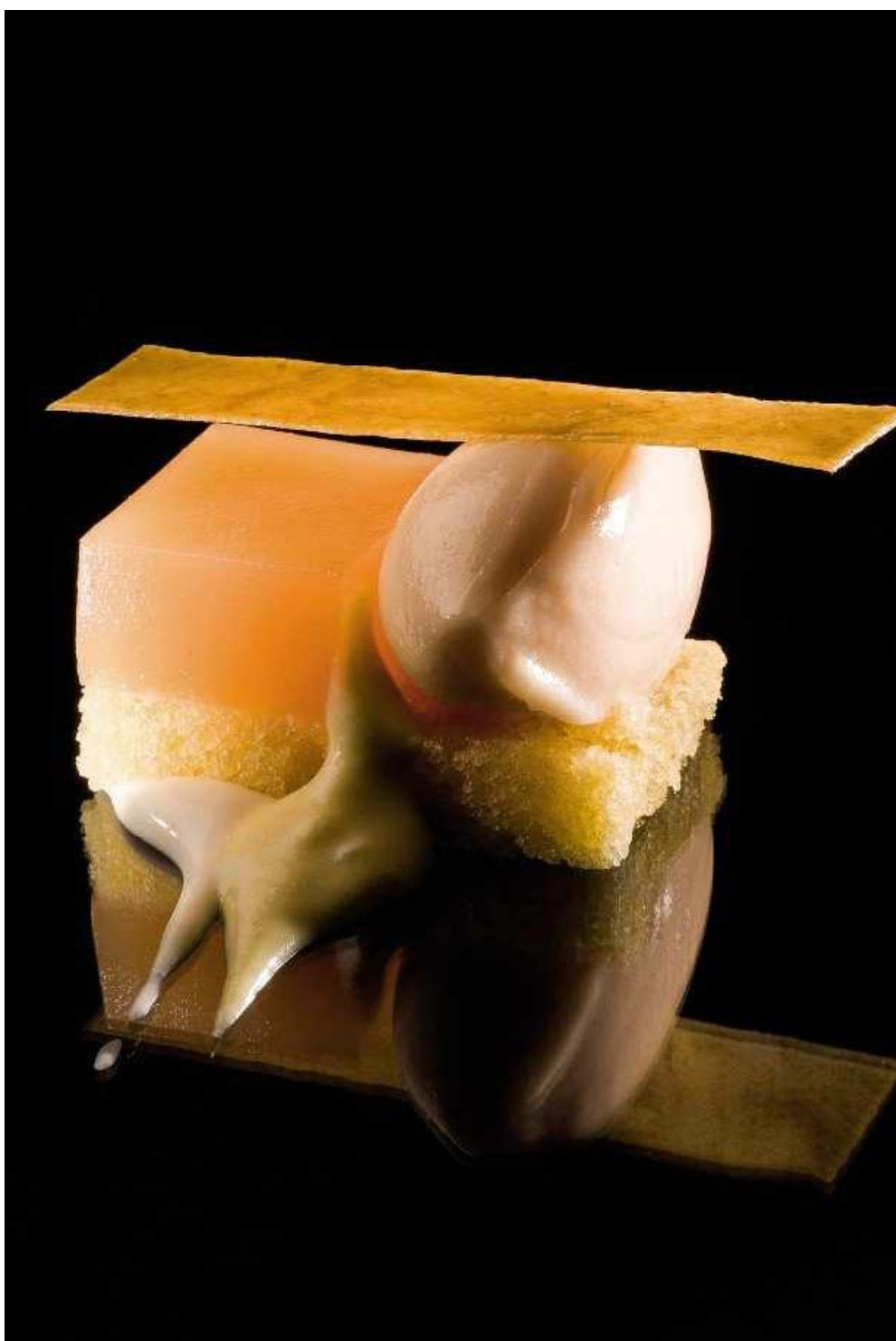
Presentación

En el centro de un plato colocar un rectángulo de bizcocho y un cubo de agar agar de melocotón. Disponer una lágrima de queso San Simón a lo largo de los 2 cubos en el centro de la disposición. Sobre la crema de San Simón colocar 6 cubitos de queso San Simón y sobre la parte superior del montaje colocar la espuma rota de oliva sevillana. Añadir el sorbete de melocotón blanco de forma perpendicular sobre el bizcocho de oliva. Y para finalizar, emplazar la lámina de caramelo de oliva verde bajando del sorbete hasta la crema de queso detrás del agar agar de melocotón.

Tiempo de preparación: 210 minutos

TEXTO
SAUL APARICIO HILL/©ICEX

FOTOS
TOYA LEGIDO AND TOMÁS
ZARZA/©ICEX



Contenidos de
SPAIN GOURMETOUR