



Rutas con sabor



Luarca.



Cudillero.



Salas.



Oviedo.



Pola de Siero.



Cangas de Onís.



Avilés.



Tazones.



Gijón.



Ayuntamiento de Villaviciosa.



Llanes.



Gruta de Covadonga.



Puerto de Ribadesella.



El Naranco de Bulnes desde Arenas de Cabrales.



Playa de Ribadesella.

ASTURIAS, PARAÍSO NATURAL DE FABES, CARNES, QUESOS Y PRODUCTOS DEL MAR

Asturias, primer reino cristiano de la península, es hoy, como atinadamente reza el eslogan turístico, paraíso natural y uniprovincial delimitado por los ríos Eo y Deva, en el que fluyen sin transición aparente litorales lisos con playas amenas y pueblitos pintorescos, suaves serranías, montañas abruptas y escarpadas, valles de profundo lirismo, bosques de brezos, castaños, hayas, nogales o robles, ríos bravos y amansados, huertas generosas y otros mil subpaisajes y microclimas que, al estilo de Pla, se van reflejando y tomando cuerpo en las cazuelas, potes y platos.

De manera formal, Asturias puede conformarse en torno a cuatro subregiones geográficas: litoral, zona central, occidente interior y oriente interior, y a su vez en cuatro elementos que dan vida y sentido sumo a su culinaria: la potente fabada; el *gochu* o cerdo (que por otra parte es compañero inseparable del anterior porque “fabada sin *gochu* es como lagar sin *techu*”; queso, con una variedad artesanal que supera la veintena y que se constituye en la mayor concentración quesera artesana de toda Europa, y fresca sidra, obtenida de las menudas pero incomparables manzanas asturianas.

La fabada, santo y seña regional, se hace con alubias o fabes de La Granja o del Cura, chorizo y morcilla asturianos, codillo de jamón añejo, tocino, rabo, oreja y manos y morro de cerdo, aunque ya es frecuente que las fabes se combinen también con almejas, perdiz o setas. Al plato insignia se suman una gran variedad de potes de berza, repollo o nabos, que para muchos son más representativos de lo asturiano que la propia fabada.

Otros significativos platos de carne son el solomillo al cabrales, la carne gobernada, tan sencilla como eficaz y a base de morcillo, cebollas y ajos, las costillas de cerdo con castañas, los callos a la asturiana y el cachopo, que es una carne rellena de huevos cocidos y trocitos de jamón.

De la mar llega la caldereta marinera, que antaño fue de pescado residual con mucha espina y ahora incluso lleva marisco; la crema de *andaricas* o nécoras; las mil y una preparaciones del *pixín* o rape; las almejas a la marinera; la merluza a la sidra; la lubina a la asturiana, con patatas o rellena de setas; la ventresca de bonito asada; el sargo o *chopa* al horno, o el besugo al ajo.

En dulcería domina el inefable arroz con leche y los *frixuelos*, que son crepes de harina, leche, huevo y canela.

RUTA DE LA MAR ORIENTAL

El camino empieza en **Llanes**, villa marinera de singular belleza y capital turística del oriente asturiano, en cuyo puerto marino Agustín Ibarrola expone para los siglos una sorprendente intervención artística, *Los Cubos de la Memoria*, sobre los bloques de hormigón que componen la escollera. A la hora del condumio conviene abrir boca con unas andaricas o nécoras y seguir con algún plato marinero ligero, tipo bonito escabechado, para entrar a fondo en la oferta de quesos como Porrúa, Peña Tú, Picu Urrielu, Vidago o ahumado de Pría.

De Llanes a **Ribadesella**, que compite en asiento (desembocadura del río Sella, acantilados del Infierno, pequeños géiseres o bufones, cuevas marinas) y belleza, con un casco antiguo que desde hace tiempo es conjunto histórico-



Zona de restaurantes en el puerto de Cudillero.

artístico. Aquí, un rollo de bonito y una chopa al horno o la sidra y, si procede (que siempre procede), una ensalada de queso de cabra y cecina y un rape a la plancha con sopa de ajo en el restaurante **La Huertona**.

Siguiente etapa costera en **Colunga**, al abrigo de la sierra del Sueve, con bravos acantilados, reserva de míticos caballos asturcones y una oferta gastronómica que bien pudiera recogerse en una buena sopa de andaricas, unas fabes con jabalí, un besugo a la espalda y una tarta de sidra a la manzana.

De Colunga a **Villaviciosa**, en el estuario de la ría del mismo nombre y rodeada de pumaradas o arboledas de manzanos, que son materia prima para una de las mejores sidras asturres. En el menú, siempre salpicado de culines de sidra, fabes con llámpares (lapas), pixín frito y sardinas a la cazuela. A los postres, tarta de manzana, tarta de Villaviciosa y confituras artesanales.

A once kilómetros de Villaviciosa está **Tazones**, villa famosa por haber sido puerto de acogida para Carlos V y por sus pescados en caldereta, sus excelentes mariscos y su sublime revuelto de oricios.

Meta de este recorrido en **Gijón**, capital de la costa verde asturiana. Un

primer paseo por el casco histórico, recogido dentro de la península de Cimadevilla, subida al cerro de Santa Catalina, donde vibra la escultura de Chillida *Elogio del horizonte*, y visita a la Casa-Museo de Jovellanos, donde además de recuerdos del ilustre ilustrado se encuentra el famoso *Retablo del mar*, de Sebastián Miranda, en madera policromada. Tras el paseo, el picoteo a base de huevas de oricios (erizos de mar) y ensalada de burre (bogavante) y recalada en dos restaurantes emblemáticos, **Casa Gerardo** (en Prendes, a nueve kilómetros del centro), en trance de abandono de su recio clasicismo, y **Gallery art&food**, abiertamente rupturista, pero de sumo interés gastronómico y con platos de títulos jocosos, tal que *Carne sois y en rosas os convertiré*, *¡Ostras Pedrín!*, *Pig al pop art*, *Fashion Carnal*, *¿Dónde te dejaste el perfume?*, *La Reina gasificada*, *Al finu se le fue la pinza* o *Cuac, cuac... y tiro porque me toca*.

RUTA DE QUESOS

Para dar cuenta de algunos de los muchos y magníficos quesos asturianos empieza el periplo en **Arenas de Cabrales**, corazón de los Picos de Euro-

pa, vecindad del mítico Naranjo de Bulnes y lugar que ni peripintado para degustar el soberbio queso azul de la zona.

De allí a **Cangas de Onís**, entrada a Covadonga y a su cueva donde mora *La Santina*, patrona de Asturias. Paseo largo por el puente medieval sobre el Sella y provisión de embutidos locales, con especial atención a los emberzaos y a otros quesos de pompa y circunstancia, como el gamoneo o gamonéu y el de Los Beyos. A la mesa, unos arbeyos o guisantes locales que hacen a su manera, y un buen salmón del Sella. A los postres o arroz con leche casero o el helado de Peña Santa. Restaurante singular y absolutamente recomendable es **Los Arcos**, donde Ramón Celorio lo borda en platos como tronco de pixín con verduras y almejas o zancarrón guisado con puré de patatas y calabaza.

De Cangas a **Pola de Siero**, nudo de comunicaciones y sede del Museo de la Sidra. De aperitivo, un bollo preñau o las tortillas de especialidad local: de miga de pan y de sardinas. A la mesa, un buen tronco de pulpo a la plancha, entrecot de carne roxa y unas casa dielles de postre.

Siguiente recalada en la capital, **Oviedo**, antaño polvorienta Vetusta y hoy ciudad limpia, fulgente y abierta a la



Sidrería Bedriñana. Villaviciosa.



Restaurante Casa Fermín. Oviedo.



Fabada asturiana.

forastería. Visita a la catedral, “sombra gótica que vigila”, y cuenta y razón para unas cebollas asadas enteras, un arroz con almejas, la tradicional y genuina fabada, el pixín al horno con verduras, y un postre que es inevitable y se llama como los locales, carbayón, a base de hojaldre, almendras, huevo, limón, vino dulce y canela. Restaurante recomendado, el clásico **Casa Fermín** y sus cigalas con tocino ibérico.

De Oviedo a la industrial y monumental **Avilés**. Paseo por el casco antiguo y posterior aperitivo del jamón típico sin pie ni pata. De sentada, fabes con almejas, merluza a la avilesina, que se hace al horno y se sirve con mejillones en escabeche y nata salada, o pimientos rellenos de manos de cerdo. A los postres, queso de La Peral y marañuelas de Avilés.

Fin de trayecto ya junto al mar, en **Cudillero**, hermosísimo pueblo marinero que se encarama sobre los acantilados y que para el yantar brinda cosas tan interesantes como lubina al horno rellena de setas, besugo al ajo, bonito escabechado y el último queso, un delicioso y potente afuega'l pitu. En dulce, merecen especial atención sus tartas de queso, de almen-

dra, de manzana, y los famosos suspiros, galletas típicas de la villa.

RUTA DE OCCIDENTE

La ruta se inicia en la muy rural **Salas**, donde brillan con luz propia el pote de berzas, la menestra con la típica carne asada de Salas y los ricos bollos preñaos. Postres típicos, para degustar in situ y para llevar en el morral, son las bollinas y los carajitos del profesor, un delicado dulce de avellana que se ha convertido en el bandera gastronómica del concejo.

De Salas a **Luarca**, bellissimo enclave de tradición ballenera de cuyo recuerdo conserva los barrios de pescadores el Caramba, la Peña y la Carril. Interesante su Aula del Mar, que alberga la mayor exposición de calamares gigantes de Europa, y su cementerio, literalmente colgado sobre el mar, y como de menos nos hizo Dios, en su momento hay que tomar asiento y degustar su calderada de salmonetes guisados con patatas, sus sardinas, parrochas, bocartes y los calamares en su tinta. A los postres o para el viaje un queso artesano recuperado, el valdesano, junto al memorable requesón vaqueiro.

Siguiente parada en **Castropol**, en la ría del Eo y en la frontera con Galicia, que es lugar de encuentro entre mar y montaña, de lo que se deriva una gastronomía de fusión con especial interés en las fabes con almejas, las patatas con cabeza de merluza, empanadas de agüillolos, de almejas y de arenques. A los postres, arroz con leche y cereixolos, típicos de carnaval. Final de trayecto en **Santa Eulalia de Oscos**, donde llama la atención la vivienda típica, perfectamente integrada en la tipología del concejo, con pizarra en los muros externos y los tejados, y la madera en vigas, ventanas y puertas, además de otras edificaciones de uso agropecuario, como hórreos, cabazos, cabanón y cuadras. Por su inmediatez a Galicia, el pote es uno de los manjares tradicionales más característicos de la zona. También los grelos y el botelo, butelo o butiello, similar al botillo, las filloas de sangre, los frixuelos de harina de trigo y las empanadas. Provisión del queso artesanal de los Oscos, visita a las ferre-rías y mazos, y recalada final en un magnífico mesón, **La Cerca**, donde aún pervive lo más genuino de la gastronomía de esta tierra del fin de Asturias.

MIGUEL ÁNGEL ALMODÓVAR