



Hortalizas de hojas, tallos e inflorescencias

MIGUEL ÁNGEL ALMODÓVAR

ELOGIO DE LA FLATULENCIA

Algunas hortalizas, como la coliflor, tienen fama popular de ser proclives a la flatulencia, meteorismo o flato, porque quizá algunos ignoran a estas alturas que añadiendo cominos o/e hinojo al agua de cocción tales problemas desaparecen como por ensalmo. No obstante, el potencial flatulento de la coliflor fue usado y artísticamente por el catalán Joseph Pujol, conocido como "Pétomane". Dotado de un recto poderoso y flexible como pocos y ayudado por un régimen estricto de coliflor cocida sin cominos ni hinojo, Pujol se ganaba la vida, allá por las pos-trimerías del siglo XIX, en el cabaret parisino *Moulin Rouge* y a razón de 2.000 francos por noche, tirándose pedos e interpretando en clave de ventosidades *La Marsellesa* y *Au Claire de la Lune*. En la cima de su carrera artística sobrevino la Primera Guerra Mundial, sus cuatro hijos fueron llamados a filas y dos de ellos quedaron inválidos. Joseph Pujol dejó el show pedorrero bussiness y abrió una panadería con la idea de proporcionarle una salida vital a sus dos hijas solteras. Murió en 1945 sin haber dejado ni una sola grabación de sus portentosas pedorreras.



DE CUANDO LAS HORTALIZAS SE HICIERON ARTE

La explosión demográfica que el centro de Europa registró en el siglo XVI y la progresiva concentración de la población en espacios urbanos obligaron a incrementar drásticamente la producción y distribución de comestibles para atender la creciente demanda. Inmediatamente, familias patricias y burguesas, sobre todo de los países bajos y flamencos, vieron en la coyuntura una buena oportunidad de enriquecerse y se afanaron en una explotación más efectiva del suelo y en la consiguiente generación de excedentes agrícolas para el mercado. Ciudades y burgos empezaron a aparecer repletos de mercados, puestos y tenderetes que rebosaban alimentos y pronto la experiencia empezó a reclamar una representación visual. El burgués opulento quiere retratar entonces el símbolo de su poder y encarga a los pintores que conviertan sus puestos de verduras y hortalizas en motivo de inspiración para sus cuadros.

Hacia la mitad del siglo, Pieter Aertsen pinta *Escena de mercado*, que es un puesto de casi explosiva opulencia en verduras, frutas y hortalizas, en el que en el lado derecho aparece una mujer posando su mano sobre una coliflor. En 1564 y en la misma línea, Joaquín Beukelaer pinta un lienzo, *Vendedora de fruta y carne de pluma*, que muestra una sorprendente variedad de los resultados de nuevos injertos y cruces. De nuevo, en 1567, las hortalizas se hacen protagonistas en el primoroso lienzo de Pieter Andersen *Vendedora en el puesto de verduras*, con la protagonista

Rutas con sabor de hortalizas

MIGUEL ÁNGEL ALMODÓVAR



Tudela.



Zaragoza.



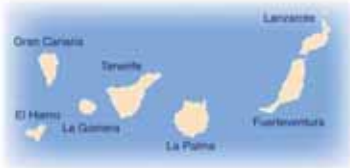
Griñón.



Aranjuez.



Membrilla.



Loja.



Baeza.



acariciando o arrojando una oronda coliflor. Ya a punto de iniciarse el siglo XVII, el flamenco Frans Snyder pinta una escena de mercado en su *Naturaleza muerta con verduras*, y otro cuadro en la misma onda, *Puesto de fruta y verdura*. Cierra el apresurado catálogo el español Francisco Barrera, quien en su serie de cuatro cuadros *Las cuatro estaciones*, concretamente en *La Primavera* y sobre el epigrafe de *abril*, pinta la primera coliflor de la pintura española.

POÉTICA ALCACHOFA

La alcachofa, partiendo del poético y posesivo amor del dios Zeus por la joven Cynara, a quien acabaría convirtiendo en alcachofa para que ningún mortal pudiera gozar de los favores de su amada, ha sido durante siglos recurrente motivo lírico. A mediados del siglo XII, el poeta Bel al-Talla le dedicó una oda que decía: "*Hija del agua y de la tierra,/ su abundancia se ofrece a quien la espera/ encerrada en un castillo de avaricias./ Por su blancura y lo inaccesible de su refugio/ parece una virgen griega/ escondida entre un velo de lanzas*".

Quevedo, allá por el XVII y en su poema *Boda y acompañamiento del campo*, no se muestra muy proclive al halago del producto y aprovecha, como tantas veces, para dar un trazo misógino: "*Doña Alcachofa, compuesta/ a imitación de flacas:/ basquiñas y más basquiñas,/ carne poca y muchas faldas*".

El gran homenaje poético a la alcachofa llegará en el siglo XX y de la pluma del Nobel chileno Pablo Neruda, que en sus *Odas elementales* incluye la *Oda a la alcachofa*, un largo poema que empieza diciendo: "*La alcachofa/ de tierno corazón/ se vistió de guerrero,/ erecta, construyó/ una pequeña cúpula,/ se mantuvo/ impermeable/ bajo/ sus escamas...*".

Por último cabe incluir en esta relación el poema del peruano Arturo Corchero en su libro *Canto y gemido de la tierra*, de 1998, bajo el título *Visión de la alcachofa*: "*Asoma en el huerto/ Verde y escamosa:/ ¿es pez de viento?/ ¿es pez de tierra?/ ¿es pez de poza?/ Dulce y agresiva/ ¿colmena sabrosa?/ Porque tiene espinas/ ¿es acaso rosa?*". ■

UTILICE AMUKINA DE FORMA SEGURA. LEA LA ETIQUETA Y LA INFORMACIÓN ANTES DE USARLO



Prepara el Agua para lavar y desinfectar Frutas y Verduras



Disfruta de todas las propiedades y de todo el sabor de frutas y verduras

También de venta en Farmacias

Por caminos riojano-aragoneses



Cullera.



Orihuela.



Lorca.



Vera.

La ruta comienza en la Muy Noble, Muy Leal y Fiel Ciudad de **Calahorra**, la antigua y romana *Calagurris Nassica Iulia*, patria chica del muy grande orador Marco Fabio Quintiliano, y hoy de la **coliflor de Calahorra**, con indicación geográfica protegida, y afamada por compacta y blanca, jugosa y oronda.

A pesar de que la jota insista en que Calahorra ya no es Calahorra, que parece Washington, sigue mereciendo la pena pasear sus calles de enclave bimilenario, visitar la Catedral de Santa María, sentarse a comer en el restaurante **Chef Nino** un, poniendo por caso, *foie-gras a la plancha sobre compota de membrillo y texturas de alcachofa*, y luego dejarse caer por la **Heladería Andrés Sirvent**, una de las mejores de toda España y casi única para encontrar y catar helados de hortalizas y verduras.

El camino avanza hasta detenerse en las empedradas, empinadas y angostas calles de **Tudela** o **Tafalla**, centro comercial navarro que baña el Cidacos, dejando a su paso campos de cereales, viñedos y una huerta feraz en la que anida la **alcachofa de Tudela**, con indicación geográfica protegida, la flor protagonista de esa huerta en su sola variedad

de blanca de Tudela, redondeada, con un orificio perfectamente circular en la parte superior, crujientes al tacto palatal, jugosas y ligeramente amargas, tomadas en crudo producen una irreplicable sensación de frescor en la boca. Para abrir la dicha boca conviene dar un paseo por el Convento de las Recoletas y la Parroquia de Santa María, para hechas ya las ganas, recogerse en el restaurante **Túbal**, donde todos y cada uno de los platos de verdura alcanzan el sobresaliente y uno, alcachofas fritas con tocino, hongos y cigala, ostenta matrícula de honor. Y de Tudela/Tafalla a **Zaragoza** capital, la abundante, al decir de Gracián, cabeza de Aragón, madre de insignes reyes, base de la mayor columna y columna de la fe católica en santuarios y hermosa de edificios, poblada de buenos... El paseo allí será largo y sin prisa, deambulando por la Basílica del Pilar, la murallas romanas, la Lonja, La Seo o Catedral del Salvador, los tantos y tantos museos, y la posibilidad de cata de hortalizas de nota con especial atención a la acelga y la escarola. Cumplido el trámite turístico cultural hay que zambullirse directamente en el "Tubo", en el casco viejo, para chatear y tapear con largueza en sitios como **La Despensa**, **Los**





Mercado del Ensanche. Pamplona.

Victorinos, Algo Más, Espejo o *Marpy*, para terminar sentándose a la mesa de uno de los clásicos y emblema de la cocina aragone-

sa, *Goyesco*, y que Dios reparta suerte en la piznaza.

La ruta va a morir en tierras turolenses del Ba-

jo Aragón, en **Alcañiz**, un conjunto histórico y monumental de primera magnitud oradado en el subsuelo por enigmáticos pasadizos y bodegas. Lugar cuya vocación manducaria de ley se representa anualmente en el *Salón de la Alimentación Equilibrada y la Vida Saludable, Dieta Mediterránea*, que poniendo en su justo valor los productos de la dieta que la UNESCO ha reconocido como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, proporciona un destacado para lo local en aceite recio de buena oliva, miel de calidad, queso del bueno, melocotones de ley y aceitunas de grato picoteo. Llegada la hora de alimentar los cuerpos, la inevitable opción es el restaurante *Messeguer*, que aúna y funde lo aragonés con lo vecino catalán en platos de siempre excelente factura. Y la ruta está hecha. ■



SUGERENCIAS DEL AUTOR: Calahorra (La Rioja): *Restaurante Chef Nino*; C/ Padre Lucas, 2. *Heladería Andrés Sirvent*; Avda. Valvanera, 47. ■ Tudela o Tafalla (Navarra): *Restaurante Túbal*; Plaza de Navarra, 4. ■ Zaragoza: *Restaurante Goyesco*; C/ Manuel Lasala, 44. ■ Alcañiz (Teruel): *Restaurante Messeguer*; Avda. del Maestrazgo, 9.



Agropons S.L.
 Ctra. En Corts s/n
 MERCAVALENCIA
 Puestos 52-54
 46013 Valencia
 Tel.: 963 672 409
 Fax: 963 673 266
 jsc@agropons.es
 www.agropons.es

Ruta y camino hortícola y litoral

La segunda andadura comienza en la marinera, agrícola, industrial, pesquera y turística **Benicarló**, en la provincia de Castellón, enclave al que cabe el honor de haber conseguido la primera certificación cinática en España, **alcachofa de Benicarló**, con denominación de origen protegida. Dato curioso, porque a pesar de que el producto pertenece a la conocida variedad blanca de Tudela, alguien tuvo en su día el acierto y el buen tino de aclimatarla, ensolararla y mirarla en terrenos de cultivo de pendiente leve, abundantes en aguas limpias de subsuelo, mirando al mar y casi en su nivel. A mayor gloria de tan venturosa iniciativa, otro alguien decidió en 2002 que la *Cynara scolymus* merecía un estudio a fondo y de ello resultó un libro, *El discreto encanto de la alcachofa de Benicarló*, que firmado por

nos y unos amigos contiene todo aquello que persona humana pudiera querer conocer sobre la alcachofa y nunca se atrevió a preguntar, con el añadido de recetas originales de, entre otros, Paloma Gómez Borrero, Karlos Arguiñano, Lorenzo

Medici, María Teresa Campos, Eduardo Mendicuti, Rocio Carrasco, Wladimir Cruz, Natalia Figueroa o Francisco Valladares.

Benicarló es lugar para pasar una velada si uno fuera Manuel Azaña y quisiera escribir su testamento político, o meca para el goce y disfrute de alcachofa en particular y de buena mesa en general. En el segundo caso merece la pena sentarse y yantar en *El Cortijo*, donde, entre otras gustosidades, hacen un soberbio arroz de alcachofas y chipirones.



Restaurante Terraza Carmona. Vera. Almería.

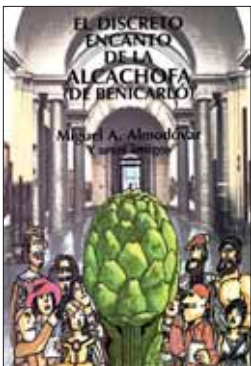
Y de Benicarló a **Cullera**, ya en la provincia de Valencia, donde el Júcar va a morir en el Mediterráneo, entre extensas playas de arena finísima, arrozales, naranjales, y rumorosas huertas donde se crían exquisitas acelgas y jugosas escarolas. Allí, para el paseo y visita, hay Castillo, Cueva Museo de Draut y Museo del Arroz, que serán preludeo de pintaña plena en *Casa Salvador*, la arrocería de más fama en la provincia.

Cumplidos los precedentes trámites, el camino llega a **Oriola** u **Orihuela**, Vega baja del Segura, Alicante, el pueblo de Miguel y de Ramón, y quizá también el del peregrino si a bien tiene acercarse por la casa del poeta del pueblo y pajarear su alma colmenera por entre su huerto y su higuera. Orihuela u Oriola es enclave de fuste y declarado Conjunto Artístico, con sobresaliente zona de cultivo de cítricos, hortalizas, almendros y olivos. A la hora de hacer por el cuerpo puede ser una opción la sentada en *La Corbata*, en Pasaje Pepe Baldo y justo al lado del parque de la Glorieta. Es un poco de todo: restaurante, bar, sitio de copas y música, lugar de tapeo, con platos de cocina más o menos

autóctona e internacional, pero donde no suelen faltar las verduras frescas del día y de mercado.

Siguiente alto en **Lorca**, en la comarca del Alto Guadalentín, Murcia, con un caso anti-guio de buen porte y declarado Conjunto Histórico Artístico, fuertemente castigado por el terremoto del pasado mes de mayo, que procede pasear con pausa y tino, para abrir boca a buenos platos de hortalizas ricas, sin demérito de los que son buques insignia de la armada gastronómica lorquina: las migas con tropezones y la fritá de matanza.

La ruta finaliza en **Vera**, Almería, sitio y lugar único con siete kilómetros de playa que se deja bañar por unas aguas de calidad y pureza insuperables, vecinas además de la Laguna de Puerto Rey, recientemente declarada reserva natural. Disfrutar allí de las muy ricas verduras y hortalizas de la zona, lechugas y judías verdes a la cabeza será sencillo para el caminante. Con nombre, como siempre, *Terraza Carmona*, suma y sigue de recetario tradicional y propuestas de cierta innovación, que dejarán un seguro buen sabor en la boca y magin del peregrino. ■



■ ■ ■ ■ ■
Benicarló (Castellón): *Restaurante El Cortijo*; Avda. Méndez Núñez, 85. ■ **Cullera** (Valencia): *Restaurante Casa Salvador*; L'estany de Cullera. ■ **Oriola/Orihuela** (Alicante): *Restaurante La Corbata*; Pasaje Pepe Baldo. ■ **Vera** (Almería): *Terraza Carmona*; C/ Mar, 1.

De Andalucía a La Mancha baja

El banderazo de salida de esta ruta se da en **Loja**, Granada, uno de los hitos del trayecto en el que las mocitas de Sierra Morena se morían de pena llorando por Antonio Vargas Heredia, flor de la raza calé. En el valle del Genil, la llamada "Flor entre espinas" es un aquietado vericuetado de imponente Alcazaba bajo la que discurren calles empinadas y estrechas, rumorosas de agua al gusto de los andaluces antiguos, con unas cascadas que llaman "infiernos" y que son gloria pura. Loja es agua de la que ya no queda y de tal dan fe truchas y sobre todo esturiones a los que se les saca de la entraña un preciado caviar, que convive en amor y compañía con los roscos típicos del lugar y con unos espárragos delgados, de color verde mora, sabor agridulce y aroma de mucha esencia, que presentan credenciales formales como indicación geográfica protegida **Espárrago de Huétor-Tájar**.

Y de Loja, no a Benamejí, sino a **Jaén** capital, otrora capital del Santo Reino, ciudad harto buena y cuyas casas, al decir de Marciano Zurita, no parecen casas de Andalucía, porque en vez de cantar, rezan, sufren y lloran. Subida al Castillo de Santa Catalina para otear el



Esparragueras en Loja.

sitio, vista a la Catedral, verdaderamente portentosa, y rápida inmersión en el tapeo a base del popular bocado de pan, aceite y bacalao, rabanillos, masa de morcilla o de chorizo, alcaparras y alcaparrones, las múltiples variedades de aceitunas en aliño, los caracoles en caldo, espinacas al estilo de Jaén, alcachofas rellenas de carne de cerdo picada, pan rallado, perejil, ajo, azafrán, espárragos triqueros con pimentón dulce, potajillo de habas y berenjenas, y las típicas "rosetas" de maíz. Para comer de asiento, lo mejor es **Casa Antonio**, que de menos nos hizo Dios.

Siguiente parada en la renacentista **Baeza**, Ciudad Patrimonio de la Humanidad, residencia triste de Machado tras la muerte de Leonor: "*Desde mi ventana, / ¡campo de Baeza, / a la luna clara! / ¡Montes de Cazorla, / Aznaitín y Mágina! / ¡De luna y de piedra / también los cachorros / de Sierra Morena!*". Visita al aula donde Antonio enseñó francés y cata presta de platos autóctonos como el lomo de orza, bacalao a la baezana, ochios o "masaceite", cazuelas, potajes, andrajos, "cocido mareado", pipirrana, y una larga lista de dulces finos y repostería buena. Para comer, **Juanito**, ya sin Juanito, pero con el culto siempre al aceite de oliva de máxima expresión y raza.

Baeza a la espalda, la ruta culmina en **Membrilla**, la del galán de Lope, "*Que de Manzanares era la niña y el galán que la lleva, de La Membrilla*". Capital del melón en la Comarca de Montiel, la verdura está siempre dispuestas en sus mesas como pisto, pipirrana y otras cosas que, para dar fin a la caminata, se pueden catar y gustar en **Los Desmontes**. Para el zurrón peregrino, unas botellas de vino, que ya no es aquel "precioso" que se vendía en la Corte en los Siglos de Oro, pero que hace su buen avío. ■



SUGERENCIAS DEL AUTOR: **Jaén** (Jaén): *Restaurante Casa Antonio*; C/ Fermín Palma, 3. ■ **Baeza** (Jaén): *Restaurante Juanito*; Paseo Arca del Agua, s/n. ■ **Membrilla** (Ciudad Real): *Restaurante Los Desmontes*; Carretera de La Solana, 87.

Paseo por un Madrid sin madriles

La última de las caminatas hortícolas comienza en **Griñón**, municipio madrileño sito en la comarca de La Sagra, que en el siglo XVIII empezó a cultivar extensos campos de coliflores para abastecer la demanda de la capital, Villa y Corte, aunque en los comienzos del XIX, muy a su pesar y durante los años de guerra, hubo de convertirse en proveedor de las tropas francesas que se acuartelaban en las vecinas poblaciones de Valdemoro, Pinto, Illescas, Getafe, Carabanchel y Torrejón de Velasco. Recobrada la paz, las coliflores griñonenses aprendieron el camino de los grandes mercados madrileños, primero el de la Plaza de la Cebada y después el de Legazpi, hasta que a mediados del siglo XX se decidieron a dar el salto largo al mítico *Les Halles* parisino, donde las vendedoras la anunciaban a voz en cuello. Desde 1982, cada año y en la tercera semana de marzo, coincidiendo con el tradicional fin de la cosecha, Griñón

celebra su *Fiesta de la Coliflor* por todo lo alto, aun a pesar de que la progresiva urbanización de las últimas décadas ha ido reduciendo al mínimo el espacio de cultivo. Puesto el caminante en el sitio, puede darse un paseo y visitar la Iglesia Parroquial Nuestra Señora de la Asunción, con torre-campanario y bóveda de crucería de estilo mudéjar, y el Convento de Clarisas de la Encarnación, para caer finalmente en el restaurante *El Lechal*, especializado en platos de verduras frescas. El siguiente alto peregrino será **Morata de**



Campo de coliflores. Griñón. Madrid.



Casa Pablo. Aranjuez. Madrid.

Tajuña, en la Meseta Sur madrileña, comarca de Las Vegas, sobre el curso bajo del río Tajuña, en el valle que forma la vega de Morata de Tajuña. Allí hay que pasear el campo amable y rumoroso por las lindes de frutales y huertas, para finalmente dejarse caer en la casona solariega de *El Mesón del Cid*, que es lugar de excelente pitanza y albergue de la memoria de un episodio histórico de perfil internacional: la Batalla del Jarama. En febrero de 1937, el mando sublevado diseñó una operación de gran envergadura por el este de Madrid, que incluía la toma de Ar-

ganda del Rey, cortando las comunicaciones hacia Valencia, para después subir hasta Alcalá de Henares y alcanzar la carretera de Barcelona. Aquello hubiera acabado la guerra de un plumazo, pero la decisión de las tropas leales a la República, agrupadas en torno al general Miaja, y el inaudito valor y coraje de las Brigadas Internacionales, dieron al traste con el proyecto. De aquella batalla se ha hecho un museo extraordinariamente didáctico y evocador gracias a la iniciativa privada de un personaje excepcional, Paula Pilar Atance, quien además tiene las mejores manos para cocinar en clave de sabiduría fogonera antigua y cordial. A la mesa toca disfrutar de todo, pero como el motivo es hortícola, la vega y sus huertos darán provisión cumplida y goce al paladar del peregrino.

Y siguiendo caminito por las Vegas, la vereda irá a parar a **Aranjuez**, un lugar en la mitad de España donde Tajo a Jarama el nombre quita, y con sus ondas de cristal lo bañan. Real Sitio y Villa, es sin duda la primera huerta de Madrid, afamada en fresas, espárragos, pimientos y peras. Patrimonio de la Humanidad UNESCO, es oportunidad de conocer el Palacio Real, la Casa del Labrador, los parques suspendidos en el tiempo, el Museo de Falúas, y el restaurante *Casa Pablo*, clásico entre clásicos y meta para unas alcachofas guisadas y si es tiempo un postre de fresón de Aranjuez. A la tarde, sobre el pretil del río, repensar el camino que se dejó atrás y mirar retratos transparentes de amenos bosques y graciosas fuentes. ■

Real Sitio y Villa, es sin duda la primera huerta de Madrid, afamada en fresas, espárragos, pimientos y peras. Patrimonio de la Humanidad UNESCO, es oportunidad de conocer el Palacio Real, la Casa del Labrador, los parques suspendidos en el tiempo, el Museo de Falúas, y el restaurante *Casa Pablo*, clásico entre clásicos y meta para unas alcachofas guisadas y si es tiempo un postre de fresón de Aranjuez. A la tarde, sobre el pretil del río, repensar el camino que se dejó atrás y mirar retratos transparentes de amenos bosques y graciosas fuentes. ■



SUGERENCIAS DEL AUTOR: **Griñón** (Madrid): *Restaurante El Lechal*; Avenida Navalcarnero, 144. ■ **Morata de Tajuña** (Madrid): *El Mesón del Cid*; Camén, 35. ■ **Aranjuez** (Madrid): *Restaurante Casa Pablo*; C/ Almirante, 42.