

COMER NO GROVE NAQUELES TEMPOS

Por: Lolita Aguiñ

"La memoria es en el gusto parte fundamental del placer" Juan Mari Arzak

Mañás frías dos domingos de novembro, onde polas distintas veciñanzas flotaba no ar o olor cálido do caldo que fervía na ola co porco aínda fresco recién sacado do salgadoiro, coas fabas da casa, a verdura da extrema e o unto envolto en fariña milla. Olores e sabores rexistrados en algún pregue da nosa mente, cos que volvemos a momentos xa vividos.

Está claro que a cociña está de moda. Non hai cadea de radio ou televisión que non teña un espazo na súa programación dedicada a amosarnos as interioridades e segredos da arte de cociñar que nos mostran os chefs máis prestixiosos -con estrelas Michelin ou sen elas- estamos informados a tope do que é unha cebola confeitada ou unha tempura oriental, e tamén como presentar da maneira mais axeitada as viandas no prato.

neste campo da cociña, investigacións que conducen a preparar os alimentos de outras maneiras, ou a engadir outros novos. Poño por exemplo as algas, que ata hai pouco eran descoñecidas no mundo culinario, e que agora cada vez é mais fácil encontralas formando parte dos menús, sobre todo no ámbito da nova cociña.

Pero... Sempre quedo coa dúbida de si realmente toda esa información fai algún efecto na xente.... Cando vou ao súper, fíxome, por curiosidade, no que as persoas meten no seu carro da compra e as mais das veces sorpréndome, porque, a realidade é a que é: Pizzas de todos os sabores listas para ir ao forno, canelóns recheos esperando por un aire de quentura, tortillas de patacas con aspecto algo tristón, polos asados amortallados dentro da súa vestimenta plástica ... Pois si, moita xente, e sobre todo xente moza, opta polo "listo para comer".

E iso que, as cociñas de agora mesmo son cuasi máxicas: tocas un botón e, de súpeto, funciona todo; isto se acende e dá calor, aquilo outro pica e raia, o de mais aquí bate ou amasa, aquí se conxela pero acolá se desconxela... etc. etc.

Pois nin con esas... Coma dicía unha veciña miña: "Agora que non hai ferruxe, temos estropallos de arame..."

Non, naqueles tempos, no Grove, as cociñas cuasi máxicas non existían.

Pero, había outras cousas: No monte había leña de abondo: piñas, paúlo, cañotas e ramas que se collían sobre todo despois dunha noite de temporal deixando o chan totalmente limpo de todo o susceptible de se queimar. E para unha emerxencia, sempre estaba o bote da leña fondeado en fronte da lonxa, onde Natalio atendía con solicitude aos seus parroquianos, Natalio era un home alegre, sempre estaba contento, pasaba ao barco a traveso dunhas táboas tendidas no peirao, onde a lei de gravidade lle xogou, nalgún momento, algunha mala pasada.

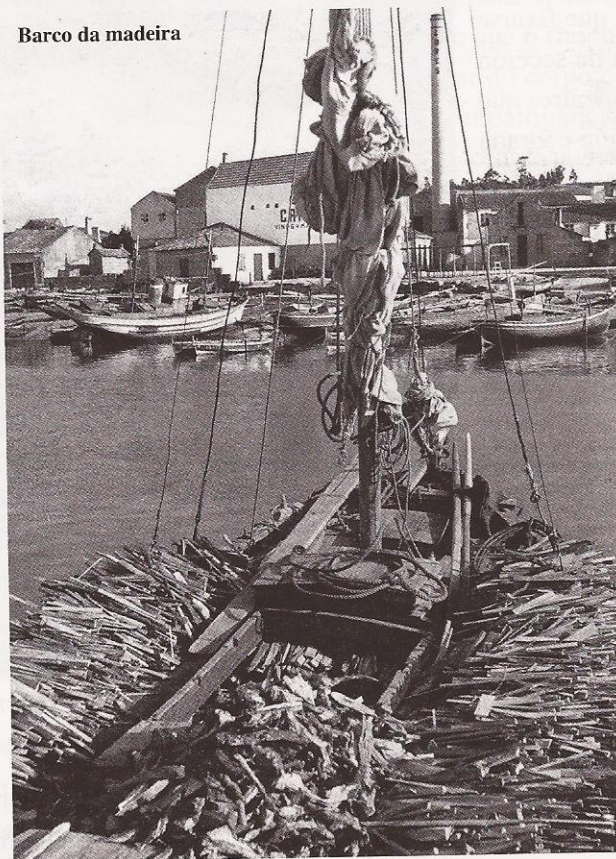
O mercado estaba situado en dous espazos distintos. Na Praza de Arriba vendíanse os produtos da terra, só os Domingos, e na Praza do Corgo todo o que viña do mar, que era diariamente, á mañá e á tarde. Entón non había neveiras, polo que o consumo tiña que ser de inmediato, xa que a conservación só se podía facer salgando ou secando. Case todos os peixes eran susceptibles de se salgar, sen embargo secábanse, case exclusivamente a raia e o polbo, sobre todo este último, que incluso dou lugar a pequenas industrias familiares: secadoiros de polbo, que o enviaban a lugares do interior onde o acceso ao fresco era difícil. Dedúcese de isto que a frescura dos peixes que se consumían estaba garantida. Sen embargo aínda había quen lle puxera peros;

Voume a permitir comentar un afastado recordo dunha tarde calquera onde se verá ata onde chegaba o sibaritismo das nosas xentes en todo o que concernía ao peixe.

Sabes o que me acaba de pasar muller? !Non me querían vender peixe da mañá! Isto lle dicía miña avoa toda alporizada a unha veciña volvendo da praza coa "besugueira" baldeira debaixo do brazo, especie de fonte ovalada con asas, precursora da contaminante bandexa de poliuretano, pero moito máis respectuosa co medio ambiente.

"Se puede caminar desde el pasado hasta el futuro sin destruir lo más valioso a su paso" Arzak:

Barco da madeira



Non, non vou a falar aquí de cómo se preparan as algas, pero si aproveitar este momento de auxe culinario para recordar unha parte da nosa cociña, sobre todo eses pratos que por ter sido a base do sustento cotián nos anos de escaseza poden levar con eles un certo estigma e quizais a causa diso quedar esquecidos.

Os mais deles, dos que vou a comentar, quedaron soamente nos fogóns das casas e non foron o suficientemente recoñecidos para ser mostrados como unha oferta máis no receptorio que se ofrece como típico. Vou a referirme sobre todo a aqueles pratos que levan **unto** na súa preparación, condimento que se utilizou moito e que agora está quedando relegado, sendo como é a esencia dos sabores que definen unha parte da nosa cociña engadíndolle un toque moi persoal - quizais un tanto exótico- xa que non se parece a ningún outro. Claro que o **unto** que reivindicamos e o amarelo, color que lle dá o estar enranciado e afumado, o branco non é o axeitado. Hai unha diferenza grande na maneira de cociñar estes pratos agora porque entón non levaban aceite que era un artigo de luxo con un prezo inalcanzable para as precarias economías dese tempo de escaseza que foi a dura posguerra.

Para substituílo, utilizábase o **unto** (a veces tamén substituíao ao leite: auga a ferver co pan de millo, **unto** e con sorte unha cullerada de azucre) a manteiga de porco, o touciño e incluso o aceite de sardiña que se lograba dunha maneira totalmente rudimentaria: Poñíanse os peixes ao sol radiante -nun gabido estanco- pouco a pouco ese calor obtido tan naturalmente facía o seu traballo, e pouco a pouco tamén, ía emerxendo unha materia loura que parecía aceite (omega3 en estado puro) pero entón facíase para fritir o peixe, non para loitar contra o colesterol. Por certo, as sardiñas despois deste proceso reutilizábanse: Cebo para peixes, ou mellor dito xa que estamos no Grove... "enjado".

E agora xa, mostrareilles a maneira de cociñar estes pratos seleccionados entre os mais sinxelos e cotiáns e sempre con adición de unto na súa preparación.

Sardiñas guisadas

Acompañadas con patacas cocidas cortadas en toradas e aromatizadas con **unto** e loureiro.

Ingredientes: 1 quilo de sardiñas, 1 cebola grande, 3 ou 4 tomates, 1 vaso de aceite de oliva, pemento doce e picante, 1 folla de loureiro, 1 vaso de viño branco preferentemente albariño, 1 quilo de patacas, 1 noz de **unto**.

Como se prepara: Límpanse as sardiñas ás que se lle quita a cabeza, tripa e escamas. Estas saen mellor canto mas frescas están. Nunha cazola ponse, todo en cru: aceite, cebola, tomate en toradas, perexil, pemento doce e picante, loureiro e por último o viño. Sobre este leito colócanse as sardiñas cos lombos cara arriba entalándoo un pouco. De seguido ponse a cazola a lume mais ben alto durante aproximadamente quince minutos. É importante que non se cozan de máis, a cebola sobre todo, e que cheguen a mesa fervendo. Sérvense acompañado coas patacas cocidas co **unto**, pirixel e loureiro e moi ben escorridos.

Sardiñas Salgadas

Dun día para outro, cocidas con **unto** e patacas coa tona.

Ingredientes: 1 ducia de sardiñas, mellor grandes, 1 quilo de patacas cortadas en toradas, aceite de oliva virxe, 1 noz de **unto** xenerosa, perexil, 1 chorro de vinagre, 1 guindilla (chile) (facultativo) 1 folla de loureiro

Como se prepara: Quítaselles a cabeza e as tripas. Ábrese coma un libro, quítaselle a espiña e bótaselle abundante sal. Amontóanse unhas sobre outras, tápanse con máis sal e resérvanse 24 horas, pódense ter mais tempo en sal pero perden calidade.

Póñense a desalgar como mínimo tres horas antes. Lávanse ben as patacas sen pelar e córtanse en toradas. Póñense en abundante auga nunha tarteira co **unto** e o perexil. Cando as patacas están case cocidas engádense as sardiñas ás que se lles terá quitado as escamas, párase

o fervor e déixanse así durante 10 minutos na auga sempre a punto de ferver.

A salsa: Nunha cunca ponse o vinagre, o chile, un pouco loureiro e resérvase. Nunha tixola frítense catro dentes de allo machucados, en aceite de oliva virxe. Cando os allos teñen unha bela cor dourada xa está listo para engadir á mestura que temos reservada na cunca. Inmediatamente, ben quente a salsa vértese sobre as sardiñas coas patacas ás que se lle terá escorrido previamente a auga.

Sardiñas rebozadas

Ingredientes: 1 quilo de sardiñas, 1 kg. de patacas, 2 ovos, 1 noz de **unto**, 1 limón, pirixel.

Xeito de limpalas: Escámanse as sardiñas, sácaselles a espiña comezando polo rabo, logo cunhas tesoiras córtanse os sobrantes todo ao redor deixándoas case cadradas. (e pouco o que se lles quita e quedan moito mais axeitadas).



Peirao de O Grove.
Importante pesca de sardiña. Anos 50



Avda. de Orense, 50 - Teléf.: 986 883 931- Fax: 986 880 095 - 36900 MARÍN (Pontevedra)

MARINER FORCE QUICKSILVER merCruiser YANMAR

Embarcaciones
Motores marinos
Mantenimiento
Invernaje y guardería
Accesorios
Servicio técnico

Como se preparan: Ponse abundante aceite nunha tixola co unto, pásanse as sardiñas por fariña unha a unha, (e importante que non se enfariñen todas ao tempo) dándolle palmadas para que lles quede ben fixada a fariña; a continuación pásanse por ovo batido -unha a unha- somérxense no aceite non demasiado quente deixando que adquiran unha bela cor dourada. Vanse colocando nunha fonte sobre papel de cociña para absorber o exceso de graxa. Córtase o limón en cuartos e ponse sobre as sardiñas xunto co pirixel.

Lávanse ben as patacas coa pel, córtanse en dúas metades lonxitudinalmente, somérxense en auga fervendo á que se lle terá engadido previamente unha noz de unto e dúas follas de loureiro e sal. Despois de cocidas atáféganse ben e bótaselles por enriba un pouco de aceite da fritura, ben quente. Sérvense.

Caldeirada de polbo

Con allada perfumada ao unto amarelo.

Ingredientes: 1 polbo de un quilo e medio (e mellor canto máis grande) pero os pequenos valen tamén, 2 quilos de patacas, 1 vaso de aceite, 1 cebola grande, 3 dentes de allo, 1 noz de unto 1 cullerada de pemento doce e 1 culleriña de picante (facultativo).

Como se prepara: Dáselle a volta a cabeza e baléirase. Lávase o polbo ata que ofrezca resistencia ao pasar a mao por el. A limpeza é moi importante, inflúe moi positivamente no resultado final.

Introdúcese o polbo en abundante auga fervendo sen sal. A cantidade de auga e moi importante porque non debe tocar o solo da cazola, debe flotar. Para que os raxos queden encarracolados dáselle volta ao polbo co a cabeza cara a dentro e fanse tres inmersións na auga fervendo, deixando logo que coza entre trinta ou trinta e cinco minutos como máximo.

O punto de cocción obtense pinchando un raxo ao lado da cabeza, non debe entrar con facilidade pois quedaría demasiado brande, debe ofrecer un pouco de resistencia. Na auga cor de rosa que queda, cócese as patacas cortadas en cuarteiróns; cando están cocidas pónense nunha fonte engadíndolle o polbo que terá quedado na ola aparte cuberto de auga. Córtase en cachos cunha tesoiro e acto seguido engádeselle a salsa.

A salsa: Córtase a cebola en xuliana, machúcanse tres dentes de allo, refóganse xuntos nunha tixola con aceite ao que se lle terá engadido unha noz de unto. Cando a cebola comeza a dourarse retírase a tixola da calor e engádeselle o pemento doce e picante. Facultativo: unha cullerada de vinagre ao mesmo tempo que o pemento.

Cadelas, berberechos e percebes

Cocidos con patacas coa tona e unto.

Ingredientes: 500g de cadelas grandes, 250g de berberechos grandes, 250g de percebes grandes. 1 quilo e medio de patacas, perexil, 1 noz de unto, aceite de oliva virxe, 4 dentes de allo, 1 chile, sal.

A salsa: aceite de oliva virxe con allos machucados, chile, todo mesturado en cru (esta salsa pode estar feita con antelación, dura tempo e vai gañando en sabor).

Como se prepara: Nunha tarteira grande ponse auga, unto, perexil e as patacas co a tona cortadas en toros. Cando están

case cocidas engádenselle os mariscos. Cando abran as cunchas retírase do calor, pásanse a unha fonte para engadirlle a salsa e servir. Este prato non debe esperar.



Guiso de peixe

Ollomol, sargo, rodaballo, pinto, maragota, petaraña, congro, xarda, etc. A calquera de eles lles vai ben esta receita, e incluso mesturados.

Ingredientes: 1 quilo de peixe, 1/4 quilo de cadelas, 1 quilo de patacas, aceite de oliva virxe, 1 noz de unto 1 cebola grande, 2 dentes de allo, pirixel, 2 tomates, chícharos, azafrán, pemento doce e picante, pementos morróns, pan raiado e sal.

Como se prepara: Ponse nunha cazola o aceite cos allos machucados, o unto, a cebola cortada en xuliana, refógase todo e engádeselle auga. A continuación cando ferva bótaselle as patacas cortadas en toradas delgadas e os chícharos, e déixanse cocer 10 minutos. Logo engádesse o tomate pelado e cortado, os pementos morróns, o azafrán o pemento e por último o peixe e o sal. Debe quedar coa auga xusta para que cubra o peixe. Deixar cocer aproximadamente 15 minutos mais, retírase, engádeselle 2 culleradas de pan raiado e gratínase 5 minutos no forno forte.

Cadelas moi grandes

Cocidas con patacas se acompañadas dunha allada tradicional.

Ingredientes: 1/2 kg. de cadelas grandes, (e importante que sexan de moi bo tamaño porque o éxito de este prato depende de que sexan uns bos exemplares) 1 kg de patacas peladas cortadas en toradas grosas, 2 noces de unto, aceite de oliva virxe, 4 dentes de allo, pemento doce e picante e sal.

A salsa: Fritense os allos en aceite virxe ata que estean dourados claros. retirase a tixola da calor e fóra engádeselle o pemento doce e unha culleriña de picante.

Como se prepara: Córtanse en toradas as patacas peladas e pónense a cocer en auga xunto co unto.

Cando as patacas estean case cocidas engádenselle as cadelas, esperase a que abran e acto seguido envórcase a salsa por riba e sérvese.

Caio na conta agora que acabei este artigo, que eu o empecei pensando realmente que era comida para tempos de escaseza, pero quédome coa dúbida de si algunhas das receitas serán as adecuadas para estes tempos de crise.