

**SEGUNDA PARTE**  
**RECETARIO DE ALMERÍA**



# HISTORIA Y EVOLUCIÓN DE LA COCINA TRADICIONAL DE TÍJOLA

CARMEN MARÍA ACOSTA POZO

## 1. INTRODUCCIÓN HISTÓRICA: LAS BASES DE LA ALIMENTACIÓN DE LA CIUDAD DE TÍJOLA, AGRICULTURA Y GANADERÍA

En el Siglo I de nuestra era, anduvieron las tropas romanas por estas tierras, creando La República de Tagili. Hacía el 714 sería la primera vez que los musulmanes pisaron tierras del Valle del Almanzora, estableciéndose en comunidades dispuestos a convivir con los moradores autóctonos, que vivían de la agricultura. Se distinguían las tierras de secano, al pie de las laderas cubiertas de olivos y crecían los viñedos junto a las tierras de regadío. Las primeras se reservaban al cultivo de los cereales como el trigo, cebada y centeno y las de regadío para leguminosas, judías, habas, garbanzos (alimentos básicos de la población) entre los que crecían árboles frutales como servas, naranjos, limoneros, perales y sobre todo las higueras. El cultivo del olivo fue prioritario después del trigo, no obstante teniendo en cuenta los cuidados periódicos como la poda y el riego, obtenían el aceite. Antes de que acabase el Siglo VIII, se introdujo la prensa de rosca, llamada *ma'sara* y de ahí almazara, y se prodigó la fabricación de aceite. Se plantaron viñas, pese a la prohibición de beber vino por su religión, pero se extendió el consumo de uva fresca y pasas. La base alimentaria siempre fue el trigo: las clases humildes consumían espesas sopas de trigo, sémola y otras féculas.

Hasta aquí, una referencia a los productos que se encontraban en las tierras del Alto Almanzora y en concreto en Tíjola. Podíamos hacer mención a los escritos de Tapia, cuando reseña que los moradores de Tíjola, los musulmanes, bajaron de “*la zona enriscada y murada*” para vivir más abajo junto a la fértil vega, situándose en los barrios de Taraf y de Al-Hara (éste en la vega). Una vez llegados los castellanos, la población bajó al emplazamiento actual, siendo ésta de 900 moriscos y 215 cristianos viejos.

De aquí, se desprende el gran valor de la vega de Tíjola, emplazada en los márgenes del río Bacaes y del Almanzora. Otra referencia que en este caso nos dará una visión de los distintos impuestos que se tramitaban, la encontramos en los escritos del siglo XV, y

que los recoge Franco Silva; se trata de los impuestos que pagaban los musulmanes granadinos a sus reyes, por ejemplo, el Duque del Infantado recordaba a los pobladores de Cantoria y Partalao en 1495 el pago de estos impuestos: *el almagrán*: impuesto por cabeza de ganado, *el alacer*, un impuesto sobre la tierra de riego y *el almoana*, un impuesto capitalicio.

Según un documento del Archivo de Simancas, en Tíjola y Serón le llamaban *alcabala de almagrán* y se pagaban impuestos por: las acémilas, lino, pepinos, gallinas, leña, sal, ropas, molinos, carnicerías. En Tíjola, que con 150 vecinos rentaba 600 fanegas de cereales y 60.000 maravedíes, pagaba bastante por número de habitantes en comparación con otros pueblos. Según la religión musulmana, todo creyente debía pagar la limosna legal, consistente en la entrega a la comunidad del diezmo de sus rebaños caprinos, mercancías y cosechas. El alacer fue simplemente el diezmo árabe que se aplicaba al trigo, la cebada, los olivos y las viñas. En cuanto a la seda se pagaban ocho maravedíes por cada libra.

Siguiendo con la historia de Tíjola, recordar que en 1492 pasa a ser propiedad del Marqués de Villena. En 1572 el Bachiller Gonzalo de Melgar, es comisionado por su Majestad para el apeo de las Haciendas de los moriscos del lugar. En 1749, bajo el reinado de Fernando VI y por Real decreto, manda que se llevaran a cabo las distintas anotaciones catastrales en el reino de Castilla con la finalidad de repartir la contribución de una forma justa; como encargado se nombra al Marqués de la Ensenada. En el Catastro de Tíjola podemos encontrar las respuestas a las preguntas del cuestionario realizado sobre la Villa en 1752, donde destacamos por su relevancia a la hora de contar los recursos agrícolas y ganaderos con los siguientes: “*el diezmo declarado son de trigo, zevada, zenteno, azeite, ganados*”. En cuanto a los ganados se describen cabezas de ganado caballar, vacuno, mular y asnal para el uso del laboreo de los campos y algún que otro para el tiro de carretas o tartanas. La Villa comparte pastos y montes con Bayarque y Serón. Existían bosques de robles, encinas y pinos. Se vendía bellota para el engorde de cerdos. En el Libro de Vecindario Eclesiástico, se exponen las diferentes especies que cultivaban, las tierras de regadío, de secano: viña, morales, olivos, higueras, moreras, almendras, árboles frutales, lino, servales, cáñamo, ciruelas, membrilleros..., En regadío se cultivaba el maíz, habas y hortalizas.

A principios del S. XIX, la agricultura en Tíjola, presentaba el mismo estado de épocas anteriores, cultivándose trigo, cebada, maíz y algunas patatas. No se contaba con un número de fanegas en existencias, pues los propios labradores las consumían y cuando se necesitaban se traían de Poniente, siendo el precio medio de la fanega de trigo 62 reales, el maíz 48 reales y la cebada 26 reales. Las aguas de que disponía el pueblo para el riego del campo eran las que tría el río durante los meses de invierno y las que daban las zanjas “que se agotan en los años de sequía”. Se hace mención sin nombrarla de la Fuente de Cela : “*existe una fuente permanente que es propiedad de Armuña, Lúcar y Tíjola*”. Igualmente se refiere a la Fuente de las Parras, propiedad de Tíjola y Bayarque, por la cual siempre han corrido disputas y querellas, para su resolución, y siempre acababa perdiéndose la cosecha. Respecto a la ganadería el número de cabezas se distribuía de la siguiente forma: mular

94; asnal 147; lanar 600; vacuno 32; cabrío 330 cabezas. No había una industria fuerte, sólo hay constancia de una pequeña fábrica de jabón de tipo familiar. El movimiento mercantil se reducía a “una tienda de abacería y otra de tejidos al por menor”. ( A.H.M.T. Acta Capitular 14-12-1879.)

Los últimos diez años de la centuria será un tiempo en el que Tíjola alcanzará un elevado auge no sólo en el ámbito local sino comarcal, debido a que su agricultura lograría un gran desarrollo, estando constituido el **Gremio de Cereales** ( A.H.M.T. Acta Capitular 3-6-1897), así como su población, su feria de ganados anual y su mercado semanal concentraba a los vecinos de todos los pueblos limítrofes. Obtiene el título de *ciudad* en 1891 por la reina regente María Cristina. El primer tren llega en 1894.

La estructura socio-profesional evoluciona de forma favorable debido a la roturación de los nuevos terrenos, al aumento de la producción agrícola y al incremento de la población, como ejemplo en 1835 estaban registrados 113 jornaleros, 125 labradores y en 1887, estas cifras corresponden a 235 y 232 respectivamente.

El último cuarto del siglo XIX comienza a distinguirse en grupos de familias que, sobre la base de la agrupación de parcelas agrícolas, se señala como pequeña Burguesía (no necesitaban trabajar directamente sus propiedades) y se dedicaban a pequeñas mejoras de servicios y algunas aventuras industriales. Como consecuencia de esto, nos encontramos con algunas familias que podían mandar a sus hijos a estudiar fuera, dando lugar a los primeros licenciados que encontraremos a principios del Siglo XX.

A finales de siglo, contamos con la elaboración de las Ordenanzas Municipales de 1885, publicadas en 1906, se regula el comercio, venta y sacrificio de animales así como la fabricación y venta de pan y la caza. Las reses pasaban un reconocimiento veterinario estricto, eran marcadas en las extremidades con el sello de abastos y el registro sanitario; las restricciones eran para carnes de momecos, cabritos y borregos sin castrar y desde el 1º de Mayo a fin de Julio, estaba prohibido la venta de cerdo. La fabricación y venta de pan es libre en la ciudad, donde la harina “debe de ser buena, sin mezcla alguna, bien amasado y cocido y cuyo peso debe ser de 1kg, medio kilo, un cuarto, hecho panes o bollos, y con el sello del fabricante y su peso” .

En cuanto a la expedición de comestibles, las verduras y legumbres deben ser de buena calidad, sin mezclas; el pescado fresco y sobre todo con su peso exacto sin adulteración. La caza, también está regulada, advirtiendo que sólo podrán cazar las personas que tengan licencia del señor Gobernador Civil. No deben cazar a menos de un kilómetro del casco urbano y serán penalizados aquellos que destruyan los nidos de las perdices.

Con este repaso histórico de las bases de la agricultura en Tíjola, remontándonos a los orígenes de su constitución como núcleo urbano, nos permite reconstruir y hacer un seguimiento de los productos que durante la historia se han utilizado en los hogares de esta población y así recuperar esos guisos, asados, majados, conservas que se hacían y con qué condimentos contaban las amas de casa para preparar los platos más sencillos y succulentos. Este apartado quedará más completo en los siguientes puntos.

## 2. LA HERENCIA FENICIA, ROMANA, MORISCA EN LA COCINA DE TÍJOLA

Al comenzar esta comunicación, empecé recordando los orígenes musulmanes de esta ciudad, así, para entrar en “harina”, nos introduciremos en aquellos fogones de las casas moriscas para indagar en la elaboración de sus platos y postres y así entender la tradición de siglos después ha perdurado en las cocinas de los más humildes, y hasta en las de los mejor situados.

Imaginemos que nos introducimos en la típica casa morisca, y percibimos ese olor a pan recién amasado y horneado. El hornillo de barro con carbón de leña, cuece un agradecido guiso de cordero con laurel, azafrán, sal, cominos, almendras..., Junto al pan, lo normal en las casa humildes es consumir espesas sopas de harina, sémola o féculas, con carne picada, siendo esto el plato más popular, denominado *harisa*.

Sabemos por las tradiciones moriscas registradas en los escritos, que la comida fuerte se hacía por la tarde cuando el señor de la casa llegaba; se preparaba una mesa redonda pequeña y se comía con cucharas de madera y se servía en cuencos de loza. No se bebían bebidas alcohólicas, sólo agua, frutas frescas: higos, granadas, uvas, manzanas, melones y los frutos secos como nueces, almendras e higos secos. En el mes de abril comían los rábanos y en mayo pepinos, alcachofas y berenjenas. Como dulces o postres, contaban con galletas rellenas de miel y pasteles de pasta de almendra, avellanas, piñones y granos de sésamo. En Mayo se consumen aceitunas (*zaytum*) que después de la cosecha se guardaban en orzas, para comerlas conservadas en salmuera y se utilizaban en muchos platos. En fiestas, se sacrificaban las aves de corral. El olivo ( de origen griego) hace que el aceite fuese prioritario junto con el pan. Los musulmanes elaboraban tres tipos de aceite: el superior, llamado “del agua”; el mediano llamado “de la almazara” y el inferior llamado “cocido”. El Primero procedía del machacado de las aceitunas que después era lavado con agua caliente. El segundo salía de las aceitunas ya pisadas en las pilas donde se maceraba el tiempo necesario y pasaba a un recipiente de donde se recogía en jarras. El Tercero salía de los residuos del primer prensado, que trataban con agua hirviendo antes de ir de nuevo a la prensa, de donde procedía su nombre “cocido”. El aceite se encuentra en todos los guisos y recetas de postres, ya que como herencia morisca perdura la utilización en repostería del huevo, miel, azúcar, harina, almendra; queda reflejado en platos tan típicos y exquisitos como el arroz con leche de cabra. En guisos como los “gurullos” y en las gachas. Los Gurullos tienen referencia escrita desde hace siete siglos por Ibn Razin.

Elementos de la cocina fenicia, romana, morisca que conservamos y utilizamos:

Harina: se utiliza la de trigo, la de panizo y la de centeno.

Leche: fundamentalmente la de cabra.

Vino: Se trata de un clásico morisco y romano.

Calabaza y calabacín: se cultivaban en los huertos desde los siglos XII y XIII

Berenjena: Es una hortaliza de origen tropical (en la India se cultivó desde tiempos remotos) que crece muy bien en ambas orillas del Mediterráneo.

Escabeche: Es una voz árabe que significa “guiso de carne con vinagre”. Se introdu-

jo en Andalucía y Murcia, tanto para carnes como para pescado.

Dátiles: Los árabes hacían el mejor elogio del dátíl (tamr), su fruto por excelencia..

Arrope: Voz de origen jarabe, “jugo de frutas cocido”. Así se mantenían en conserva todo el año frutas como la calabaza y el melón.

Gazpacho: tiene un origen romano en su fórmula: agua, vinagre, ajo, sal aceite.

Pimiento: a principios del siglo XVI se cultivaban ya en tierras levantinas: son las ñoras, redondas o subesféricas y dulces, con las que se elaborará el pimentón, tan importante en caldos y fritos. Llegó a España desde América en 1493.

Las incorporaciones de los productos llegados de América como el tomate, patatas, pimiento, habichuelas, maíz, dan una amplia gama de usos en la cocina. Recordemos que la trilogía alimentaria del Mediterráneo estaba formada por el trigo, el olivo y la vid. Las incorporaciones de la cocina romana, lo que aportan los orientales fenicios y cartagineses (los garbanzos), el toque de los pueblos germánicos y esta herencia hispano-árabe, hacen de la cocina de nuestros días y que un día fue de nuestros antepasados una “miscelánea” que, por su uso y costumbre, por ese correr de boca en boca y por los escritos, actualmente podemos disfrutar. Platos para no dejarnos llevar por la llamada comida rápida y que debemos dejar “el fuego lento”, con la leña de olivo y parra, el carbón de encina, productos de primera calidad criados en nuestra tierra para obtener un producto elaborado nutritivo y equilibrado. Por tanto: ¡buen provecho!, porque vamos a entrar en una receta con claro sabor morisco, perteneciente a la Casa de los Rodríguez de Torres, de Tíjola, que en el siglo XIX y siglo XX, se cocinaban para disfrute de todos. Entre ellas está una *Gallina a la morisca* (anteriormente, comenté que los moriscos sacrificaban aves para los días de fiesta), esta receta nos dará la idea de cómo la realizaban: “Desplumada la gallina sin mojar, porque así está más jugosa, se unta de sal, orégano, ajos, aceite y vino. Se rellena con aceitunas, almendras y pan tostado. La colocamos en un perol de barro con aceite y la vamos dorando poco a poco, hasta que esté por todos lados. Le pondremos un poco de agua y preparamos un caldo con el hígado de la gallina, pan y nueces tostadas. Lo machacamos todo en un mortero y se lo añadimos al agua que tiene la gallina, se cuele y se sazona con vinagre, sal y polvo de orégano”.

Así, obtenemos un primer plato exquisito. ¿Se atreve a prepararlo?

### 3. EVOLUCIÓN DE LA TRADICIÓN HASTA NUESTROS DÍAS

En los albores del siglo XX, las familias de la ciudad, se encontraron con nuevos productos que les llegaban de los pueblos del levante con la llegada del ferrocarril en 1894, llegando productos como el pescado más frescos y de mejor calidad. Con el ferrocarril, también obtuvo expansión la agricultura, sobre todo en los años de 1920 cuando la uva tenía una calidad excelente y se dedicaban 274 Has a su cultivo. Se denominaba “uva de embarque” y se transportaba en toneles y posteriormente en banastas de madera. Los mercados de exportación más usuales, eran los de Inglaterra y Alemania, principalmente. Un logro importante fue la luz eléctrica que llegó en 1910 y la llegada del agua a los domicilios en 1943 (ancestralmente el agua la recogían de las “acequias del beber”, donde iban

las mujeres y niñas con cántaros a recoger el agua para la casa, tanto para cocinar como para el aseo y la limpieza).

La ganadería seguía con las acémilas, caballos, mulas, yeguas y borricos y en cuanto al ganado lanar, ovino y porcino, poblaban las plazas de los mercados cada sábado, donde los tratantes, invertían en las especies más rentables. A mediados de siglo la cabaña de ganado lanar estaba en una dos mil cabezas y en el porcino se encontraban censadas unas 350 madres, las cuales generan al 50 %, dos partos por año, con un promedio de siete cerditos. El ganado caballar descendió en los años 80, por la incipiente mecanización del campo. En Tíjola, existieron la Cooperativa Comarcal del Almanzora, del año 1955 al 1966; y la Cooperativa Uvasol. En la industria, se inicia en 1942 una fábrica de molturación de talco, y en 1957 una fábrica de manufacturado de los derivados de mármol, una industria de cocción de tejas y ladrillos, una fábrica de molienda de grano de trigo para harina, yeserías,...

Después de esta presentación, nos preguntamos ¿qué tipo de comidas o meriendas se llevaban los jornaleros a los tajos para comer?, hecha esta pregunta la respuesta salta inmediatamente a los más ancianos del lugar: “era poca, pero de mucha energía. Nos llevábamos un puñado de almendras y de higos secos *trasnaos en harina*, sino nueces, y alguna que otra vez un hato con pescao frito en una torta de harina de panizo con un poco de tomate (esto se conoce como *mincho*), y si nos íbamos a trabajar a casa de algún señorito, nos hacían unas migas antes de iniciar el tajo y estábamos alimentaos todo el día”.

Y así es, en las casa las mujeres alternaban las faenas en el campo con la recolección y conserva de los productos que les asegurarían la despensa, utilizando tratamientos como el arrope, confituras y mermeladas de frutas, el secado de los higos, las botellas de pimiento asado y tomate cocido, los productos de la matanza como el lomo, las costillas, y los embutidos en aceite, las nueces, almendras y selvas, el panizo florero, las habas secas, las pipas de girasol y bellotas, así como la recolecta de plantas aromáticas como el romero, tomillo, albahaca, orégano,.. que secaban y guardaban en canastos de esparto bien tapados y colgados en las solanas al fresquito, o metidos en orzas de barro como las aceitunas en aguasal e hinojo. De esta guisa, las cocinas de Tíjola, iban llenándose para hacer frente a los duros inviernos y como no, a la precariedad económica que en algunos casos era acuciante.

En estas circunstancias, podemos abordar un recetario completo de primeros platos y postres que se han ido elaborando en cada casa y que se siguen haciendo para gusto de todos.

#### 4. CONCLUSIONES

- a. Actualmente la cocina tradicional de Tíjola se puede equiparar con la de toda la Cuenca del Río Almanzora, donde se propagan nuestras raíces comunes y nuestra forma de conservar los alimentos, aunque en algunos casos se encuentren variaciones exquisitas, o denominaciones diferentes para un mismo plato.
- b. Mantenemos la trilogía Mediterránea de olivo, vid, y trigo para nuestra alimentación.
- c. Podemos considerar a nuestra cocina, como una de las más ricas y variadas, que se puede adaptar a los distintos niveles de sofisticación o sencillez en sus elementos,



- porque el producto básico se sigue cultivando en estas tierras y sobre todo por el cariño y mimo con el que se elaboran los platos y dulces.
- d. Los dulces son de herencia morisca y romana, donde utilizamos las almendras, nueces, harinas y moscateles para su elaboración, como secreto un horno panadero de leña y mucha paciencia, aunque en muchas casa todavía se mantienen los hornos antiguos y se realizan en ellos algunos de los postres que podemos degustar en los días festivos de Navidad, Semana Santa, San Marcos,..
- e. Sólo queda, que se animen las nuevas generaciones de Tijoleños-as y que se animen a participar en la elaboración de los mismos, con las mismas inquietudes con las que se mueven las amas de casa en su asociación.
- f. Los buenos cocineros, son los que transmiten en sus guisos la sencillez de sus componentes.

## 5. RECETARIO

### A. PRIMEROS PLATOS

NOMBRE DE LA RECETA: MAIMONES

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: María Josefa y Lola Pozo Requena.

Ingredientes:

Ajo, cebolla, aceite de oliva, tomate natural, pimientos, harina de trigo, chorizo, morcilla, tocino.

Elaboración:

Se sofríen los ajos, la cebolla cortada menuda, el tomate y los pimientos, se pueden añadir patatas (si se quiere). Cuando cuece el sofrito se le añade harina poco a poco para que no salgan grumos y se espesa el caldo, que ya lleva incorporado el tocino, la morcilla y el chorizo (los tropezones) en trocitos. Ponemos un pimiento asado en tiras y listo para comer en caliente.

Observaciones:

Se pueden añadir habas frescas o hinojos.

NOMBRE DE LA RECETA: POTAJE DE GARBANZOS Y ALBONDIGAS

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTES: María Josefa y Lola Pozo Requena.

Ingredientes:

Ajo, cebolla, tomate seco, pimientos verdes secos y asados, laurel, aceite de oliva, bacalao desalado, patatas, sal, agua, garbanzos.

Elaboración:

Se coloca en una olla, agua, sal, una cabeza de ajos, la cebolla grande partida en cuatro trozos y el tomate seco, pimientos asados y secos, un chorreón de aceite de oliva y los

garbanzos. Se deja cocer todo hasta que los garbanzos estén blandos. Se parten unas patatas y se agregan, colocando el bacalao desalao unos cinco minutos antes de apartarlo.

Las albóndigas: Se hacen con unas cuantas espumaderas de los garbanzos del potaje, un poco de perejil picado, unos huevos frescos, pan rallado, bacalao desmigado, AZAFRÁN, y un poco de sal y nuez moscada. Se amasa y se fríen en bolitas en abundante aceite hirviendo. Se agregan al potaje junto con el bacalao.

Observaciones:

Es el plato típico de Semana Santa.

NOMBRE DE LA RECETA: GURULLOS CON CONEJO.

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Encarnación Navarro.

Ingredientes:

Conejo, ajo, cebolla, tomate fresco, laurel, azafrán, sal, aceite de oliva, pimientos verdes asados y secos, patatas. Para la masa: harina de trigo, agua y sal.

Elaboración:

Se hace un sofrito con ajo, tomate cebolla, la carne de conejo en la perola de barro. Se le añade agua y laurel para cocer, se le añaden unas patatas y los gurullos.

Los Gurullos: se hace la masa que quede elástica, se coge una pequeña porción entre las manos, obteniendo un fideo largo que se corta en trozos un poco mas grandes que un grano de arroz.

NOMBRE DE LA RECETA: RIN-RAN

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Encarnación Navarro.

Ingredientes:

Patatas, pimientos rojos secos, ajo, cominos, sal, cebolla, chorizo, aceite, huevo.

Elaboración:

Se ponen a cocer las patatas, la cebolla, los pimientos rojos y las rodajas de chorizo. Una vez cocidos, se sacan los pimientos rojos y se descarnan. Se pican unos cominos y uno o dos dientes de ajo con sal en un mortero. Se le añaden a la carne de pimiento (conviene que sea bastante) y se le va introduciendo el aceite sin dejar de batir como si fuera una mayonesa. La patata junto con la cebolla se hace un puré y se envuelve con el batido y las rodajas de chorizo. Mezclamos todo bien y se decora con huevo duro.

Observaciones: se puede cambiar el chorizo por bacalao.

NOMBRE DE LA RECETA: GACHAS Y CALDO DE PESCAO DE “COMPAÑA”.

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Tradición familiar de la casa de los Rodríguez de Torres.

Ingredientes:

Harina, agua y sal ( para la masa), ajo, cebolla, tomate fresco, pimentón dulce, pimientos verdes asados, laurel, clavo de olor, cominos, pimienta, caballa fresca (todo esto para el caldo).

**Elaboración:**

En una olla, se ponen a cocer las cabezas y espina central de la caballa, junto a las hojas de laurel, dos clavos de olor y dos dientes de ajo. Mientras se hace un sofrito con el tomate, ajo, pimienta y abundante cebolla, se añade un poco de pimentón molido antes de retirarlo del fuego. Del caldo se sacan las cabezas de pescado y las espinas y se cuele el caldo. Se añade el sofrito, y se le agregan las tiras de pimiento asado un majado en el mortero de cominos, ajo y sal, así como el pescado.

Este caldo se añade a las gachas y se comen con cuchara de hierro en la sartén.

**NOMBRE DE LA RECETA:** OLLA DE TRIGO.

**LUGAR:** Tíjola

**COMUNICANTE:** Recetario de CARMEN POZO SÁNCHEZ.

**Ingredientes:**

Hueso rancio, tocino, morcilla de arroz y cebolla, hinojos, trigo picado, carne variada de cerdo (manos, oreja, magra), patatas, habichuelas, sal, azafrán.

**Elaboración:**

La noche de antes se pone a hervir el trigo durante media hora. Lo apartamos, lo tapamos bien y lo abrigamos, para que siga hinchándose. Al día siguiente, humedecerlo y machacarlo en el mortero de madera para quitarle la cáscara. Se lava muy bien y lo colocamos en la olla, con las habichuelas, hinojos cortados en trocitos y la carne fresca de cerdo con el hueso rancio. Lo dejamos cocer a fuego lento durante dos horas. Ponemos las patatas en trozos pequeños, la morcilla, el azafrán y la sal. Se deja todo cocer durante unos 20 minutos. Se retira y se deja reposar.

**Observaciones:**

Esta olla con trigo y con los productos de la matanza, se remonta a los griegos (para los que el cerdo era el manjar de dioses) y romanos, aunque no a los musulmanes.

**NOMBRE DE LA RECETA:** ESCABECHE DE CABALLA

**LUGAR:** Tíjola

**COMUNICANTE:** Receta de la Familia Acosta Pozo.

**Ingredientes:**

Ajos, laurel, pimienta en grano, vinagre, sal, azafrán, caballa fresca, aceite de oliva, agua.

**Elaboración:**

Lavado y limpio el pescado, se sazona, lo colocamos en una cazuela de barro con hojas de laurel, bolitas de pimienta, azafrán y los ajos cortados en láminas. Se baña con aceite de oliva, agua y vinagre. Cuando empiece a hervir se deja cinco minutos y se retira.

**Observaciones:**

Escabeche es una voz árabe que significa guiso de carne con vinagre. Es el mejor conservante para carnes y pescados y para aves de caza.

## *B. POSTRES*

NOMBRE DE LA RECETA: ARROPE

LUGAR: TÍJOLA

COMUNICANTES: Tradición de la Familia Pozo Requena

Ingredientes:

Piedra de cal, agua (6 litros), azúcar (750 gr.), calabaza (3kg).

Elaboración:

Se pone en una olla la piedra de cal con los 6 litros de agua, dejamos que hierva y se deshaga. Se deja reposar hasta que el agua esté transparente. Limpiamos la calabaza de piel y pepitas y se coloca en otra olla donde le añadiremos el agua de cal transparente, dejándola así durante una diez horas. En otro recipiente se pone agua limpia, el azúcar y los cascotes de calabaza. Se pone en el fuego durante una hora hasta que se caramelicé.

Observaciones:

El arrope es de origen árabe, es jugo de frutas cocido. Antiguamente se hacía cuando se recolectaban las calabazas a partir de Septiembre y se conservaban de esta manera en orzas de barro.

NOMBRE DE LA RECETA: PAN DE ACEITE.

LUGAR: Tíjola.

COMUNICANTE: Tradición de la Familia Acosta Pozo.

Ingredientes:

Aceite de oliva, leche, azúcar, huevos, harina (candeal y recia), creciente de masa, levadura, almendras para decorar.

Elaboración:

Primero se hace pan casero con harina de trigo, creciente, sal y agua. La masa se deja reposar para que crezca y luego se cuece al horno. Esta masa antes de cocerla, es la que se utiliza para elaborar el pan de aceite. Se pone todo en un lebrillo: la leche templada, el aceite templado los huevos bien batidos, el azúcar, la masa y se bate hasta que la masa de la creciente se deshaga. Añadimos la harina, hasta formar una masa consistente. Cortamos la masa en panes que iremos extendiendo con un trozo de caña o rodillo para “sobarla y trabarla”, empezaremos a hacer los bollos y colocarlos en cuajaderas untadas en aceite. Adornamos los bollos con almendras y con un baño de huevo antes de meterlos en el horno panadero fuerte.

Observaciones:

Es un producto típico de Navidad y se utiliza la misma fórmula para hacer los Hornazos de San Marcos en Abril, con la variante de que se le colocan huevos en vez de almendras.

NOMBRE DE LA RECETA: SUSPIROS.

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Tradición de la Familia Acosta Pozo.

Ingredientes:

Almendras tostadas y partidas en láminas, (1kilo), Claras de huevo (1 docena), azúcar (1 kilo), un poco de raspadura de limón y una pizca de sal.

Elaboración:

En un lebrillo se ponen las claras de huevo, el azúcar y se bate hasta obtener un merengue consistente. Le añadimos la raspadura de limón y las almendras. Se preparan unas cuajaderas con papel para que no se pegue el merengue y con ayuda de una cuchara vamos colocando pequeñas cantidades de éste en la cuajadera. Se meten en el horno panadero durante media hora o hasta que no se peguen en el papel para cocerlos. El horno debe de estar al mínimo para evitar que se quemem.

Observaciones:

Desde 1980 hasta nuestros días, la forma de batirlo ha cambiado, ahora te llevas todos los ingredientes al horno y allí los bates con la batidora eléctrica. El resto del proceso se mantiene. Es un producto típico de Navidad y suele hacerse de madrugada y en Domingo cuando el horno está prácticamente frío o muy flojo.

NOMBRE DE LA RECETA: ROSCOS FRITOS.

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Tradición de la Casa de los Rodríguez de Torres.

Ingredientes:

Por cada huevo: 3 cucharadas de azúcar, de aceite y una gaseosa, un vaso ( de los de agua ) de aguardiente, harina candeal ( la que admita), un sobre de levadura, raspadura de limón, azúcar y canela para rebozar.

Elaboración:

En un lebrillo, se añaden todos los ingredientes, batiéndolos bien y se le va agregando la harina hasta obtener una masa elástica que nos permita estirla y sobarla. La estiramos con una caña o rodillo y de van cortando porciones dándoles la forma de rosco. En una sartén se pone aceite de oliva para que esté muy caliente y se van friendo los roscos. Se sacan y se rebozan con azúcar y canela.

Observaciones: Dulce típico de Semana Santa.

NOMBRE DE LA RECETA: ARROZ CON LECHE DE CABRA.

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Tradición de la Casa de los Rodríguez de Torres.

Ingredientes:

Arroz redondo, leche de cabra, agua, cáscara de limón, canela en rama, azúcar.

Elaboración:

Se rebaja la leche de cabra con un poco de agua, se coloca en un perol de barro, se le añade la cáscara de limón y la canela en rama. Se deja que comience a hervir y se le añá-

de el arroz. Se deja cocer a fuego lento. Se le añade azúcar y se remueve para que no se pegue. El arroz estará en su punto cuando veamos que la leche que queda está melosa. Se sirve en platos a los que se le espolvorea un poco de canela.

NOMBRE DE LA RECETA: BORRACHUELOS.

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Tradición de la Casa de los Rodríguez de Torres.

Ingredientes:

Vino, aceite de oliva, raspadura de limón, anís, azúcar, harina de trigo.

Elaboración:

Se mezcla el aceite, el vino, el anís y la raspadura de limón y le vamos añadiendo harina hasta que obtengamos una masa no muy dura. Se pone una sartén con aceite de oliva muy caliente y se van friendo. Se pasan a un plato para rebozarlos con azúcar y canela.

Observaciones: Se trata de un postre clásico morisco, ya que éstos fueron los descubridores del alambique destilando esencias y licores, así como la elaboración del vino.

### *C. BEBIDAS*

NOMBRE DE LA RECETA: MISTELA

LUGAR: Tíjola

COMUNICANTE: Tradición de la familia Martínez León.

Ingredientes:

Mosto de uva en un 75% y Aguardiente en un 25% (estas son las medidas de la mistela más antigua que se conoce). La que se realiza ahora es la siguiente:

1 litro de mosto, 3 litros de aguardiente, granos de café, cáscara de naranja, apio, azúcar.

Elaboración:

En una cacerola se cuecen los granos de café, el apio y la cáscara de naranja. Se cuele el caldo y se le agrega al mosto y al aguardiente. Se le agrega azúcar al gusto.

### *D. RECETARIO DE PRODUCTOS DE LA MATANZA*

NOMBRE DE LA RECETA: MORCILLA DE ARROZ Y CEBOLLA.

LUGAR: Tíjola.

COMUNICANTES: Antonio Acosta Cintas y María Josefa Pozo Requena.

Ingredientes:

Cebolla cocida y partida menuda, pan tostado y molido, almendras fritas, pimientos secos rojos, manteca de cerdo (partida menuda), sal, pimienta, clavo, canela, matalahúva, arroz partido (cocido), sangre de cerdo, tripas de ternera para embutir.

Elaboración:

Se pela y cuece la cebolla, dejándola escurrir todo una noche con peso encima, se parte y se reserva. Se fríen los pimientos, se pican las almendras, se parte la manteca en trozos

pequeños, se cuece el arroz. Todo se agrega en un lebrillo, amasándolo bien. Le agregamos el pan molido y la sangre. La masa debe quedar fluida. Se embute en la tripas de ternera y se cuece en la caldera durante media hora.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- TAPIA GARRIDO, J. A. (1989). Almería musulmana; en *Historia general de Almería y su provincia (V y VI)*. Almería,
- ACOSTA MONTORO, J.(1995). *El Valle del Almanzora durante el Islam (y Suflí al fondo)*. Granada. Arráez editores. S.L.
- Archivo Histórico Municipal de Tíjola.
- Catastro del Marqués de la Ensenada 1752.
- VILLAREAL Y SOLA, J.M. (1898): *Memorandum respecto a la propiedad de las aguas que fertilizan el término municipal de Tíjola*. Litografía Seix. Barcelona.
- Ordenanzas municipales de la Ciudad de Tíjola de 1906.
- JIMÉNEZ SALAS, J. (1992). *Tíjola desde el Antiguo Régimen a la Modernidad*. ANEL. Granada

## BIBLIOGRAFÍA GENERAL

- HURTADO DE MENDOZA, D.(1981). *La rebelión de los Moriscos*. Madrid.
- Jornadas de Historia Local de Tíjola, 1994.
- Libros de Apeo de la Ciudad de Tíjola.
- MADOZ PASCUAL (1849). *Diccionario Geográfico – estadístico histórico de España y sus posesiones de Ultramar*. Madrid.
- MÁRMOL CARVAJAL, J. (1991): *Rebelión y castigo de los moriscos*. Arguval. Málaga.
- RODRÍGUEZ CHECA-VILLAREAL, P.A. (1982). *Tíjola, ayer y hoy*. Almería.