

# LA GASTRONOMÍA EN ALSODUX

ALEXANDRA GARCÍA AMATE

Quiero destacar cuáles han sido y son los platos típicos de este pueblo, siendo éste eminentemente agrícola, los platos son elaborados con productos de la huerta: tomates, pimientos, patatas, habas, destacando los cítricos como producto bastante importante en esta población. Las naranjas son enviadas para la fabricación de zumos para España y el extranjero, otras para el consumo diario. En las cocinas de esta población, como en muchas otras de la Alpujarra almeriense, los platos más cocinados son los pucheros, las migas y las gachas. Estos platos han sido elaborados en las chimeneas de casas y cortijos, platos con bastante aporte energético, propios para agricultores y ganaderos que tenían que aguantar una jornada laboral de muchas horas de trabajo. Estos platos se siguen consumiendo hoy en día en los hogares de este pueblo, aunque los pucheros se hacen menos que las migas, éstas les gustan más a las nuevas generaciones, obteniendo de este plato el máximo partido y como excusa para reunirse en los cortijos con familiares y amigos en el tiempo en el que hay habas, ya que éstas con bacalao (crudo o asado) son unos de los acompañantes más exquisitos para las migas. En general, podría decir que en cualquier pueblo de la provincia de Almería se podrían degustar estos platos, ya que son típicamente almerienses.

## 1. UN POCO DE HISTORIA

Apoyado en las estribaciones meridionales de Sierra Nevada y arropado por las aguas del río Nacimiento se localiza el municipio de Alsodux, a sólo 29 km. de Almería capital. Su término municipal tiene más de 30 kms<sup>2</sup>, caracterizado por una orografía de carácter accidentado, destacando su continuo descenso hacia las antiguas terrazas aluviales formadas por el río Nacimiento. Las cotas máximas del término municipal las encontramos en su zona septentrional, cerca del pico Hilos, en la Era de las Saetas, con 733 m de altitud, aunque el núcleo urbano se encuentra a sólo 310 m, junto al lecho del río. Numerosos

barrancos y ramblas orientadas en marcado descenso hacia el río Andarax modelan la topografía local, siendo el río Nacimiento el curso principal que aporta el agua vivificadora a cultivos y caseríos. Una vez más, las primeras referencias que aluden a esta localidad se las debemos al geógrafo musulmán Al Idrisi, cuando, allá por el s. XII, menciona la estratégica posición de Alsodux para controlar el ascenso del río Nacimiento y la penetración hacia tierras de Guadix. Históricamente, se integró en la taha de Marchena, pasando a manos de D. Gutiérrez de Cárdenas al ser otorgada por D. Fernando el Católico en recompensa por la ayuda prestada en “la guerra contra el infiel”. Al igual que otros municipios del valle del Andarax y de otras tahas colindantes, sufre una profunda crisis a partir de la expulsión morisca en el s. XVI. Desde entonces, despoblamiento y abandono será la tónica general de los alrededores. Habrá que esperar al s. XVIII y los nuevos aires liberalistas para contemplar una evolución esperanzadora que culminará en el primer cuarto del s. XIX, cuando se supriman definitivamente los señoríos.

En ese momento Alsodux adquiere todos los derechos de un ayuntamiento. La característica fundamental de este municipio es su escasa población, que sólo alcanza los 113 habitantes en 1996, siendo el segundo municipio más pequeño por número de habitantes de la provincia de Almería, aunque en los años 20 llegó a tener más de 500 habitantes. Este hecho le aporta un atractivo especial sobre todo de cara al desarrollo de iniciativas ligadas al turismo rural. Tradicionalmente, la agricultura ha sido la actividad económica principal desarrollada por sus habitantes, una agricultura cuya principal finalidad era el autoabastecimiento, la exportación de algunos productos ( frutas y hortalizas) y sobre todo, el aprovechamiento del recurso más escaso en la comarca, el agua. Este perfil se ha mantenido durante siglos, aunque según la época han variado los cultivos agrícolas y los productos de exportación. Recientemente, el cultivo de la uva de Ohanes marcó su principal dedicación, que hoy en día, se dispersa en otras especialidades hortofrutícolas, entre las que destacan los cítricos. Uno de los lugares más emblemáticos del pueblo, es la iglesia parroquial de Nuestra Señora de la Asunción. Este templo del s. XVI posee un marcado estilo mudéjar, con una capilla mayor con armadura de madera de limabordón. Su fachada con alfiz y el esbelto alminar-campanario, completan su aspecto musulmán.

Las fiestas patronales de la Virgen de la Asunción, se celebran los días 11, 12, 13, 14 y 15 de Agosto, otra celebración a destacar tiene lugar el día de los Inocentes, preludiando la navidad.

## **2. UNA TRADICIÓN: LA MATANZA**

Antiguamente, cuando el alimento era escaso y las familias tenían muchos hijos, era necesario criar y matar 1 ó 2 cerdos al año para poder alimentar a las criaturas. Estos cerdos eran criados en cuevas y cortijos, alimentados con productos del campo como: higos, remolacha, panizo, cebada. La matanza, consistía en matar cerdos y aprovechar todo de ellos para producir alimentos para el consumo. Como la matanza tenía, además, que durar para todo el año, se inventaron varios procedimientos que aquí se reproducen: adobar y conservar en manteca, elaborar embutidos y demás productos salados y secados al fresco. Estas ma-

tanzas se hacían por Navidad, el día antes a la matanza, se pelaba la cebolla y se cocía, ya que ésta se necesitaba para el día siguiente.

El primer día de matanza, se mataba el cerdo o los cerdos y con la cebolla, previamente cocida, se hacía la morcilla. Este día se almorzaba migas de harina de trigo, acompañada con carne y sangre frita del cerdo. Para cenar, patatas fritas y carne (quijadas, chuletas, etc...).

El segundo día de matanza, se elaboraba la butifarra y el chorizo.

De almuerzo se hacía arroz con carne y de cena, patatas fritas y morcilla; también se probaba el chorizo y la butifarra.

A la matanza ayudaban todas las personas, los hombres se ocupaban de ayudar a matar al cerdo y las mujeres (sobre todo las abuelas), a la elaboración de los embutidos, ya que ellas tenían más experiencia. Esta tradición se ha ido perdiendo con el paso de los años, las nuevas generaciones emigraron a la ciudad y en el pueblo sólo han ido quedando ancianos, mayores que ya no pueden dedicarse a realizar matanzas.

### 3. MIGAS Y PUCHEROS

En este pueblo y en muchos otros de la comarca, una de las comidas que más se cocinaban eran las migas, un plato bastante rápido de hacer y de bajo costo.

Hay tres variedades de migas:

- *Migas de matanza con tropezones*: son migas hechas de harina de trigo, acompañadas con morcilla, tocino frito, etc...
- *Migas de pan*: como su nombre indica, se hacían con pan duro de uno o varios días, a ser posible que el pan fuese cocido en horno de leña, ya que las migas saldrían mucho más gustosas. La elaboración de este plato, es la misma que las de harina pero con pan.
- *Migas en torta de harina de trigo*: este plato se realiza con harina de trigo, hoy en día hay quien prefiere utilizar sémola de trigo. La realización es la misma que las de harina, pero en vez de hacer pelotitas pequeñas, se hace una gran masa redonda y la vamos volviendo en una sartén como si fuese una tortilla de patatas.

Antiguamente, como almuerzo, se hacían migas y por la noche puchero de garbanzos, judías, etc...

Hoy en día, las migas se hacen y se comen en las casas de las abuelas, tías, ya que muchas de las posteriores generaciones no saben hacerlas. Debido al éxito que ha tenido y tiene este plato en los pueblos, muchas de las familias que tienen cortijo se van allí y se reúnen todos para pasar el día, hacen migas, además a los más pequeños les gustan mucho. Siempre se ha dicho, que es mejor comer migas cuando llueve, salen más buenas. Uno de los refranes que siempre ha estado presente en este pueblo es: “Quien buenas migas quiere comer el brazo no le ha de doler”.

A continuación, hablaremos de los pucheros, ocupando éstos uno de los lugares más importantes en las mesas de Alsodux.

La olla, era elaborada con carnes, legumbres y hortalizas, es el símbolo de una época de hambres en la que, precisamente servía de emblema y eje de las fiestas.

El tomate y el pimiento conforman aliños y lo que es muy determinante, los sofritos que convierten los pucheros en otro tipo de guiso.

En Alsodux, el uso de hortalizas en los pucheros es realmente fascinante: nabos, calabaza, cardos, acelgas, hinojos, habas, etc... casi siempre con garbanzos, judías o ambas legumbres mezcladas. En algunas casas hay costumbre de añadir un puñado de arroz a los cocidos de garbanzos o habichuelas.

La olla de trigo, ha ocupado un lugar privilegiado, el hinojo es definitivo para la personalidad de este plato, utilizando el trigo sin moler.

Cuando he preguntado a familiares y vecinos por estos platos, anteriormente mencionados, una de las cosas que me ha sorprendido, es que los pucheros se comían en la cena y las migas y gachas en el almuerzo, ya que los pucheros me parecen platos fuertes para comer por la noche.

#### **4. HABAS Y PATATAS A LO POBRE**

Las habas son una de las verduras más consumidas por los almerienses. Se siembran en el mes de Octubre y se recogen entre los meses de Abril y Mayo.

Cuando empiezan las primeras habas, que aún son pequeñas, en las casas de Alsodux, se cuecen habas con la cáscara y cuando éstas están cocidas se sacan y se les echa aceite, sal y vinagre. Una de las costumbres que hay en Alsodux cuando se van a coger las habas, ya granadas, es irse con los amigos a la vega a comer habas acompañadas con bacalao crudo y sal. De esta manera, los amigos comprueban cómo ha sido la cosecha de habas del vecino y así sucesivamente. Las habas granadas se suelen comer acompañadas con migas y bacalao, además se toman en potajes. El inconveniente que tienen las habas es que crecen de un día para otro a un ritmo acelerado y hay que comérselas rápido, ya que cuando pasan un tiempo se ponen duras y no se pueden comer. Las patatas a lo pobre, es uno de los platos más consumidos en Primavera y Verano, ya que es una comida ligera y fresca. Se trata de patatas, tomate y pimiento, todos estos ingredientes se ponen en una sartén y se fríen bien, si se desea se puede acompañar con huevos fritos. Este plato era consumido en épocas pasadas cuando el alimento era escaso, ya que los habitantes de este pueblo sembraban patatas, plantaban pimientos y tomates y no necesitaban comprarlos. Todos los platos eran elaborados con productos de la huerta.

**FICHA DE RECETAS ( PARA 4 PERSONAS)****PAN DE HIGO**  
**LUGAR: ALSODUX****INGREDIENTES:**

- 1,5 KG DE HIGOS SECOS
- 150 GRS DE ALMENDRAS PELADAS
- ½ CUCHARADA (DE LAS DE CAFÉ) DE PIMIENTA NEGRA MOLIDA
- ¼ LITRO DE ANÍS SECO
- HARINA DE TRIGO
- UNA CUCHARADA (SOPERA) DE AJONJOLÍ (SÉSAMO)

**ELABORACIÓN:**

Con la ayuda de un cuchillo picamos los higos secos, después de haberles quitado el rabito. Las almendras las tostamos en el horno o bien fritas en una sartén y una vez frías las vamos picando en el mortero, pero no demasiado, que nos queden trozos más bien grandes. A continuación, en un lebrillo o recipiente adecuado mezclamos durante un rato estos dos ingredientes con las manos y además le ponemos el anís para así facilitar el proceso de elaboración. También incorporamos el ajonjolí (que lo habremos pasado por una sartén durante unos minutos) y la pimienta. Lo terminamos de amasar todo bien y hacemos unos rollos redondos, los pasamos por harina y los envolvemos en papel de estraza y los dejamos secar colgados en un lugar seco y con algo de ventilación. Al cabo de una semana ya pueden empezar a comer pan de higo.

AUTOR: Fátima Amate González.

## **TORTA DE CHICHARRONES**

LUGAR: ALSODUX

### INGREDIENTES:

- 200 GRS DE HARINA DE TRIGO
- ½ DE CHICHARRONES
- 20 GRS DE MANTECA DE CERDO
- 40 GRS DE AZÚCAR
- AGUA (LA QUE ADMITA)

### ELABORACIÓN:

Con la harina, preparamos una masa como la del pan, añadiendo el agua necesaria y le ponemos la manteca de cerdo. Cuando esta masa esté bien trabajada, le agregamos los chicharrones desmenuzados, y con todo esto formamos una torta aplastada. La metemos en el horno 160°C y la retiramos cuando esté cocida y bien dorada. A continuación, le espolvoreamos el azúcar por encima, la dejamos que se enfríe y... ¡ya podemos servirla!

AUTOR: Fátima Amate González.

## MIGAS DE MATANZA

### LUGAR: ALSODUX

#### INGREDIENTES:

- 600 GRS DE HARINA DE PANIZO (MAÍZ)
- 1 DL. DE ACEITE DE OLIVA
- 100 GRS DE TOCINO
- 3 MORCILLAS DE CEBOLLA
- 100 GRS DE ASADURA
- 4 PIMIENTOS VERDES TIERNOS
- 4 RÁBANOS
- 4 DIENTES DE AJO
- 1 DL. DE AGUA
- SAL

#### ELABORACIÓN:

Cortamos el tocino y la asadura en tacos, las morcillas en rodajas y los pimientos en tiras anchas. En una sartén con el aceite de oliva caliente sofreímos los anteriores ingredientes y los apartamos dejándoles escurrir bien el aceite. Retiramos la mitad del aceite y, en el que queda, freímos los ajos enteros, añadimos 3 cucharadas soperas de harina y mezclamos con el aceite. A continuación le ponemos el agua y la sal. Un momento antes de que rompa a hervir incorporamos el resto de harina y empezamos a mover añadiéndole el aceite que se reservó. Cuando se hagan bolitas pequeñas ya están hechas. A continuación, añadimos los tropezones y... ¡ A comer !

AUTOR: Miguel García González.

## **HABAS TIERNAS CON CEBOLLETA** LUGAR: ALSODUX

### INGREDIENTES:

- 1 KG DE HABAS TIERNAS
- 10 CEBOLLETAS TIERNAS
- 5 PATATAS MEDIANAS
- ACEITE
- SAL

### ELABORACIÓN:

En una sartén se echa el aceite y a continuación las habas previamente desgranadas y peladas. Cuando las habas estén un poco hechas, se le añaden las cebolletas, las patatas y una pizca de sal. Se mezcla todo y se fríe bien a fuego lento. Cuando las habas, las cebolletas y las patatas estén fritas se sacan y se vierten en una fuente. Listas para comer.

AUTOR: Fátima Amate González.

## **COCIDO** LUGAR: ALSODUX

### INGREDIENTES:

- 200 GRS DE GARBANZOS
- 1 HUESO DE JAMÓN
- 150 GRS DE TOCINO
- 4 MORCILLAS PEQUEÑAS
- 2 PATATAS MEDIANAS
- SAL
- AGUA

### ELABORACIÓN:

Ponemos a cocer los garbanzos con el hueso de jamón y el tocino. Añadimos de vez en cuando un poquito de agua fría para que los garbanzos salgan tiernos. Al cabo de una hora añadimos las patatas, la sal y la morcilla. Lo dejamos 20 minutos más y retiramos el cocido del fuego. Si se prefiere le podemos poner un puñado de arroz cuando se añadan las patatas.

AUTOR: Fátima Amate González.



## GACHAS

LUGAR: ALSODUX

INGREDIENTES: (para el pimentón).

- 1 TOMATE
- 2 PIMIENTOS ASADOS, UNO VERDE Y OTRO ROJO
- SARDINAS O JUREL
- 1 AJO CRUDO
- 2 Ó 3 COMINOS
- 2 CUCHARADAS SOPERAS DE ACEITE DE OLIVA
- PIMENTÓN MOLIDO
- SAL

ELABORACIÓN:

En una cazuela, se pone agua con el tomate, la sal y los pimientos, previamente asados y pelados. Cuando hierva, se le añaden las sardinas para que hierva todo junto durante 4 minutos. En un mortero, machacamos el ajo y los cominos, añadiéndole el aceite y el pimentón. Se saca de la cazuela el tomate y se pone éste en el mortero machacándolo con el mango. Se bate bien, se apaga el fuego y se vierte el mortero con todos los ingredientes en la cazuela. Se mueve bien y... listo para servir.

INGREDIENTES: (para las gachas).

- 4 VASOS DE AGUA
- SAL
- 1 KG DE HARINA DE TRIGO

ELABORACIÓN:

En una sartén ponemos el agua y un poco de sal. Cuando el agua esté para hervir se le echa la harina y se mueve continuamente durante 20 ó 30 minutos hasta que se haga una masa consistente. Cuando haya pasado el tiempo, se aparta la sartén y se echa todo lo de la sartén a la cazuela de pimentón y se mezcla todo bien. Listo para comer.

AUTOR: Dolores González Molina.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Consortio de municipios del Medio Andarax y Bajo Nacimiento (1992) :PUERTA DE LA ALPUJARRA.

Zapata, Antonio et al (1997) : EL GRAN LIBRO DE LA COCINA ALMERIENSE. Editorial Mediterráneo – Agedime, S. L

Zapata, Antonio et al (1994). ISBN ( fascículos). Editorial mediterráneo.