

TOTANA, ALIMENTACIÓN TRADICIONAL

JOSEFA MORALES CÁNOVAS

Totana se encuentra ubicada entre los términos municipales de Mula al Norte, Mazarón y Lorca al Sur y al Oeste parte del término de Lorca y Aledo. Su extensión total es de 288 Km distribuidos en el tramo central de la depresión del Guadalentín, formando una fosa recorrida por dicho río cuyas aguas se aprovechan para el regadío, a pesar de que el cauce es escaso ya que depende casi exclusivamente de las precipitaciones. Es de régimen irregular, provocando grandes inundaciones en época de lluvias torrenciales que dieron lugar a la construcción de algunas presas. Su hidrografía queda completa con la existencia de numerosos torrentes y ramblas que descienden de las sierras colindantes, sobre todo de Espuña donde la pluviosidad es más alta y también son mayores las pendientes. El reborde meridional lo constituyen las estribaciones de la sierra de Almenara con la loma de Aguaderas y la parte septentrional la ocupa la sierra de la Tercia, limitando con los municipios de Aledo y Lorca y en la que se sitúan al Alto de los Secanos. Comienza a definirse a partir de la conquista de Granada, una vez desaparecido el peligro musulmán, cuando la población se asienta en los fértiles valles de Espuña para iniciar un nuevo proceso agrícola y un resurgir de la población cristiana, pero es a partir del siglo XVI cuando se perfila definitivamente como conjunto urbano que crece bajo la tutela de la Orden de Santiago. Totana cuenta hoy con una población de 25.000 habitantes de derecho que se distribuyen de forma desigual en todo el término municipales. Mayor número de población se concentra en el núcleo urbano, y el resto de los habitantes se reparten en las distintas diputaciones ajenas a la ciudad. El Paretón, Raiguero, Lébor, La huerta, Las Viñas, La Ñorica y Sierra Espuña.

PRODUCCIÓN AGRÍCOLA, GANADERÍA, ECONOMÍA A LO LARGO DEL TIEMPO

Hablar de Totana es hablar del Sudeste, de la aridez y del verdor unidos, de la falta de lluvias y del tesón del hombre a través de los años en una lucha por convertir los secanos en tierras fértiles. La agricultura de esta zona es la historia del eterno problema: el agua. Es la historia a la vez de una lucha paso a paso por imponerse con un trabajo

lento y difícil a las adversidades del clima. La mitad del censo de esta población posee tierras. Por otra parte, de la tradición agrícola del municipio y de sus constantes desvelos por las tareas del campo nos habla la existencia de la presa construida en la Rambla de Lébor en el año 1711, fecha en la que las fuerzas económicas y humanas de la provincia entera de Murcia estaban empeñadas en al apoyo de la causa borbónica. Centrándonos en la agricultura decir que primeramente hablaremos de algunos cultivos, que han desaparecido en la actualidad, no quedando de ellos más que contados restos, pero que tuvieron singular importancia en épocas más o menos pasadas. Entre estos cultivos cabe citar la palmera, considerada en la mayoría de los casos como árbol de adorno. Otra planta de extraordinaria importancia en épocas pasadas fue “la barrilla”, también podemos citar “la rubia” porque sus raíces, que tienen un encarnado muy subido. Además de la utilidad fue proporcionada a la gente pobre que la arrancaba, servía a los titoreros” La importancia de esta planta desapareció con la utilización de colorantes químicos ... En definitiva advertimos que la transformación experimentada en el campo de Totana, como consecuencia del aumento de los caudales acuíferos, no solamente ha modificado la gama de cultivos, sino que ha dado al agricultor una libertad, que vienen empleando en pro de una agricultura cada vez más racionalizada.

Cereales de Invierno

Trigo: este cereal se ha cultivado desde tiempo inmemorial en todo el término. Las mayores extensiones dedicadas al trigo se encuentran en las tierras más llanas situadas al sur de la población. Ha sido un cultivo con trayectoria ascendente, hasta el punto de que la inmensa mayoría de las rotulaciones llevadas a cabo en Totana durante el siglo XIX se han dedicado a él. Pero este camino expansivo se continuó hasta los años veinte del siglo actual en los que el cultivo de trigo se vio claramente frenado, debido principalmente a la transformación de los secanos en regadíos, a la introducción de trigo importado y a la mayor apreciación en el mercado de la cebada.

Cebada: ha sido el segundo cereal en importancia y las noticias de su cultivo en el término se remonta al igual que las de trigo, hasta tiempos inmemoriales. Por ser resistente a la sequía y a las condiciones del terreno, se ha venido plantando en los terrenos más pobres.

Avena y centeno: son cereales que se han cultivado también las épocas más remotas. Debido a su baja apreciación y a su resistencia al frío, a la sequía y a la pobreza del terreno, se vienen plantando, aunque siempre en muy pequeña extensión, en los terrenos de labor que no servían para otro tipo de cultivo.

Maíz: parece probable que el cultivo del maíz se remonte desde el siglo XVII, aunque siempre en muy pequeña cantidad, Actualmente la extensión sembrada se reduce a unas cuantas hectáreas. Por ello es otro cultivo de los que podemos dar por extinguidos debido a su baja rentabilidad en relación con el número de riegos que necesita y el estado de agotamiento en que deje los suelos.

Leguminosas: La dedicación de los agricultores de este término han dispensado a las leguminosas no ha tenido en absoluto importancia. Las plantaciones han ocupado siempre extensiones muy reducidas, y más que para comercio, se han hecho para garantizar el alimento de las familias en épocas de escasez.

Hortalizas: Antes de adentrarnos en el estudio particular de cada una de las especies, creemos necesario precisar en términos generales, su historia. Las historias nos mencionan los cultivos de hortalizas entre las más importantes de los practicados en el término.

Entre los distintos tipos de hortalizas nos encontramos con:

Tomate: Se ha cultivado siempre en zonas de regadío tradicional.

Las variedades de tomate más frecuentes son dos: la de “flor de baladre” y la de “tomate de bola”. La primera variedad es más conocida y siempre ha presentado un mayor rendimiento económico, debido a que empieza a recolectarse hacia el 15 de agosto, que es una fecha en que por su tardanza la producción de las comarcas vecinas está prácticamente agotada. En cuanto al “tomate de bola”, su aparición más común es la conserva; buena parte se queda en la localidad, donde ya existe una fábrica de esta especialidad y el resto se envía a las fábricas conserveras de Murcia y Alicante.

Melones: Desde los años cuarenta tenemos noticias de la difusión de este cultivo en el término. Es decir, desde que el incremento caudales de agua, surgidos a raíz de los bombeos y su consiguiente abaratamiento, hicieron posible este cultivo. Aunque en un principio empezaron a plantarse por igual las sandías” y los melones de año” o de “exportación”, parece que actualmente la primera está desplazando al melón de año.

Pimiento: El cultivo del pimiento de bola o “ñora” es sin duda el más reciente de todos los cultivos que se han practicado y se practican en la actualidad. Estas primeras plantaciones se realizaban con verdadero recelo, pero tan pronto se observó su gran índice de producción y su alta cotización en el mercado la duda inicial desapareció por completo hasta el punto de que por su extensión, valoración y personal empleado, el cultivo del pimiento de bola es el más importante de los del grupo de las hortalizas y uno de los más destacados entre todos los cultivos del término. Desde hace alrededor de quince años al área dedicada a este cultivo va en constante aumento.

Alcachofa: También cultivo tradicional aunque siempre ha ocupado pequeñas extensiones, dedicadas al consumo del hogar. Las plantaciones de alcachofa existen tanto en la zona baja como en los huertos, pero es en la primera donde alcanza mayor importancia, ya que la de los huertos no son sino residuos de un consumo doméstico.

Hortalizas diversas

- Desde hace unos ocho o diez años se vienen plantando **pepinos** en Totana, en reducidas parcelas que en su conjunto no sobrepasan nunca las veinte hectáreas. El cul-

tivo del pepino es uno de los menos rentables ya que requiere abundantes y frecuentes riegos y está siempre sujeto a las amplias oscilaciones de los precios de las lonjas. Por eso se procura efectuar las plantaciones lo más cerca posible de las parcelas de arbolado, para que éste pueda beneficiarse de las irrigaciones. También es frecuente verlo protegido mediante plásticos. De esta manera se pueden cosechar pepinos muy a principios de temporada que al no chocar con ninguna competencia pueden alcanzar precios considerablemente elevados.

La lechuga nunca ha sido un cultivo importante, siempre en reducidas extensiones, se ha localizado en las inmediaciones de la ciudad. Se han cultivado dos tipos de lechugas: la de “verdeo” y la de ensalada”, que es la que ha perdurado. Es un cultivo poco rentable por la cantidad de riegos que necesita.

La calabaza totanera se llama así porque se ha dado muy bien en el término. Su cultivo nunca ha tenido gran importancia, pudiéndosele comparar con el de la lechuga. En la actualidad este cultivo ha desaparecido prácticamente.

La berenjena: se ha cultivado y se sigue cultivando en reducidas dimensiones dedicadas exclusivamente al consumo doméstico.

Frutales

Albaricoquero: Ha existido en todos los huertos en ejemplares muy aislados.

Desde hace aproximadamente ochenta años sus propietarios se han esforzado decididamente en perpetuar y aun ampliar la superficie de arbolado.

Se dan dos variedades: el “albaricoquero común” y el “búlida o conserva”. Este último—más duro y menos dulce—, es de cultivo reciente. La apreciación del albaricoquero es hoy día mínima, debido, entre otras razones al encarecimiento de la mano de obra y sobre todo a la bajísima cotización en el mercado.

Almendro: El cultivo del almendro ha existido tradicionalmente en las diputaciones situadas al norte de la población, hasta donde lo permitía el clima. Aunque ha dado muy buenos rendimientos. La predilección de los totaneros por los agrios, hacía que los almendros ocupasen siempre los terrenos más pobres y de más difícil acceso a las aguas, en muchas ocasiones ocupando la franja fronteriza entre los huertos de naranjos y la zona propiamente forestal. Sin embargo, desde hace unos cuarenta años, tomando el agricultor de Totana conciencia del altísimo valor de la almendra, ha ido sacando al almendro de su condición de cultivo secundario hasta el punto de que hoy por su extensión, rendimiento y futuro, lo podemos considerar como el cultivo más importante de todo el término. Los motivos de esta rápida carrera de expansión han sido: la adaptación al terreno, los trabajos mínimos que requiere, su resistencia a la sequía y la alta valoración de la almendra. En el término se vienen plantando todos los tipos de almendra, pero los más frecuentes son: la “vian”, muy buena e intermedia entre la “mollar” y la “dura”, “malagueña”, “blanqueta”, “ramillete”, “marcona” y últimamente “garrigues”. El almendro garrigues, que tiene un punto amargo y una altísima producción, está invadiendo prácticamente todo el municipio.

Higuera: Ha sido un árbol que ha existido, aunque en escaso número, en todas las parcelas del término. Hoy está en vías de desaparición. Los agricultores de todos los

tiempos han plantado higueras, tanto para aprovecharse de sus frutos como para adornar con ellas sus campos. A menudo las hemos visto sirviendo de límite entre los bancales, en las orillas de las ramblas para sujetar el terreno, y jalonando boqueras. Con los higos se fabricaba en el pueblo el exquisito pan de higo y eran numerosos los hogares que veían incrementados sus ingresos con esta temporal actividad que por lo general la realizaban las mujeres en sus ratos libres. Actualmente la higuera retrocede rápidamente.

Naranja: El origen del cultivo del naranjo en Totana debe de arrancar posiblemente de la dominación árabe. Han ocupado siempre las zonas situadas al norte de la población por ser las que siempre han contado con algún caudal de agua. En esta situación de apogeo ha estado la naranja hasta hace unos veinte años en que se apreciaron los primeros síntomas graves de depreciación. Esta situación inicial de decadencia se ha continuado y aun aumentado en los últimos años hasta el punto de que el naranjo es un cultivo en regresión, que está siendo continuamente sustituido por otro tipo de arbolado más rentable, especialmente por almendros. Las causas de esta regresión son entre otras el alto precio que han tenido las aguas, la cantidad de trabajos que requiere, el encarecimiento de los jornales y el bajo precio que alcanza en la lonja. Las especies de naranjos en el término son variadas: común, “sanguina” y “piñuelo”, como especies tradicionales. Desde hace unos o veinticinco años se han venido plantando otros tipos como la “venda” y la “washington”, denominada vulgarmente naranja de ombligo

La mandarina: tiene una historia idéntica a la del naranjo. La mandarina “común” es la que se ha venido plantando en él desde siempre. No obstante desde hace unos veinticinco años se ha empezado a efectuar plantaciones de mandarina “clementina”, mandarina de menor aroma pero de menos piñuelo. Posteriormente entró en el término la mandarina “clementina de Nules”, que tiene las particularidades de carecer de huesos, mayor tamaño y de recolección más temprana. Esta mandarina es la más rentable.

Limonero: Su antigüedad es la misma que la de la naranja Su escaso número hace que no se pensase en la comercialización, sino más bien en el consumo doméstico.

Vid: Es el cultivo más tradicional. Estas uvas se empleaban en la fabricación de vino, a excepción de un tipo de uva de mesa denominada “uva de Aleó” o “valentin real”, que era muy elogiada en toda la provincia. El parral de Totana, pese a que sufre en ocasiones considerables pérdidas causadas por las tormentas de fin de verano y principios de otoño, va en constante aumento, hasta el extremo de que las roturaciones que se vienen efectuando en los eriales situados al norte de la población se están empleando en este cultivo. Las especies de uvas, una vez desaparecidas las tradicionales cede “moscatel” y “valencín real”, corresponden a la clase de uva muy difundida y apreciada, y de “uva ohanes”, que recibe nombre porque procede de Ohanes, pueblo de la vecina provincia Almería. Esta uva se dedica a la exportación y ofrece muy buenos rendimientos.

Olivo: el olivar y el cereal han construido la base económica del campo totanero tradicionalmente. Actualmente, el alto coste de los jornales, la nueva orientación de la

agricultura hacia otros tipos de cultivos más rentables. Hoy día, apenas si hay producción de aceite, pues los 50.000 que han podido subsistir están en un estado de completo abandono.

Chumbera: El escaso valor del higo chumbo es de todos conocido, sin embargo, se cosecha en el término un higo chumbo de retallo, muy famoso en toda la provincia por su tamaño, dulzor y escasez de piñuelo. Aparte de estas cualidades, la historia de cómo se llegaron a recolectar estos higos está envuelta en una anécdota, que es interesante reseñar: se dice, que hacia el año 1910, una nube de las de finales de primavera, que tan frecuentes son en el término, “voló” la cosecha, provocando el consiguiente pesar en los totaneros que tan amantes son de esta fruta y que veían durante ese año sus paladares privados de tal manjar.

LA GANADERIA

La actividad ganadera ha estado y aún hoy sigue estando vinculada a los grandes espacios de montes y eriales del término. El matorral de romero, tomillo y albaida constituía para los rebaños de cabras y ovejas la base de su alimentación. Sin embargo, en épocas de sequía o ante un retraso ocasional de las lluvias de primavera u otoño, la deficiencia de pastos comprometía fuertemente la suerte del rebaño, o en el mejor de los casos su productividad económica, al obligar al ganadero a suprimir el déficit alimenticio con subproductos adquiridos en zonas de regadío. Tanto en una zona como en otra, esta alimentación, escasa siempre de hojas y hierbas verdes y tiernas, se solía mejorar con el producto de la tala de algunos árboles como el olivo, o cáscaras de almendra, avena, cebada y maíz, este último si la situación económica del dueño lo permitía. Junto con los óvidos y caprinos existía una ganadería doméstica que se basaba en la crianza de una o dos cerdas de vientre con sus correspondientes crías, las cuales se vendían en el tiempo del “des-tete”, y solamente se dejaba una para engorde, la cual era sacrificada en Navidad. En su alimentación formaban parte los desperdicios de la casa y un “amasijo” de harina de cebada y alfalfa picada, que se le daba por la tarde. Toda casa disponía además de su mal acondicionado gallinero, pero que no por ello estaba falto de gallinas, pavos, e incluso algunos conejos, que en época de apretura económica podían ser vendidos en el mercado. Cada agricultor poseía además uno o dos équidos que le ayudaban en sus tareas unas veces o servían otras para el servicio de la casa. Los caballos, muy escasos, y las mulas se empleaban en los trabajos del campo, y los asnos servían generalmente como medio de transporte. Como fácilmente se puede comprobar, la actividad ganadera que se ha realizado en nuestro término no ha constituido nunca fuente de primordial interés económico. Tradicionalmente, la cabaña ha ido de la mano de la agricultura y nunca se le han dedicado grandes cuidados, ya que el agricultor sólo ha visto en ella un complemento de lo agrario. A los rebaños sólo se le han dado las sobras: el agricultor se ha preocupado de ellos en sus horas libres, el mayor número de veces el pastoreo ha estado a cargo de la esposa o de los hijos, y su alimentación se ha basado igualmente en el aprovechamiento de los desperdicios de la tierra. Del hecho de que la ganadería haya estado muy por debajo de la actividad propiamente agraria se derivan toda una serie de circunstancias. De la vinculación de la ganadería con la agricultura, se deriva el hecho de que, paralelo a la utilización de nuevas

técnicas de cultivo, se produzca por igual el desarrollo de nuevas técnicas de crianzas. Es de esperar que, los trabajos dedicados a mejorar la raza de los animales, su régimen alimenticio, cuidados curativos y albergue, continúen e incluso aumenten, pues, las aguas del trasvase del Segura pueden transformar extensas zonas de nuestro término en pastizales, idóneos para alimentar una abundante cabaña con la que contrarrestar el déficit cárnico y lechero de la comarca.

Ganado vacuno

Es de gran tradición en esta comarca. Destacan como modalidades: la raza (o la variedad) llamada “lorquina”, más corpulenta que las otras dos variedades, que son “murciana” y “serrana” Su alimentación está constituida por alfalfa, cebada y paja. Se alojan en albergues muy parecidos a los de los équidos. Las lecheras disponen de albergues muy rudimentarios, pues son muy raros los que disponen de lugar de ordeño, dispositivos para la refrigeración de la leche y enfermerías. Es, hoy día, un tipo de ganadería incipiente, no por falta de tradición, sino porque es a partir de estos años cuando está cambiando la mentalidad del ganadero hacia unos métodos de crianza y selección mejores.

Ganado cabrío

Tenemos noticias de su crianza desde la más remota antigüedad. Este tipo de ganado tiene dos modalidades: los rebaños de cabreros profesionales y la cabra familia y dedicada al consumo doméstico. A veces, los cabreros profesionales incluyen en su rebaño cabras que son propiedad de vecinos a cambio de recorrer sus terrenos. Otras veces el pago de alquiler de los pastos se efectúa mediante la cesión de un determinado número de cabras estipulado anteriormente. En todos los casos, el régimen de alimentación es mixto: pastoreo y estabulación, esto último según la estación del año y preferentemente en las cabras lecheras. El alimento en el establo se realiza a base de cáscara de almendra, ramas de olivo o naranjo, paja, alfalfa, cebada y maíz.

Ganado de cerda

La cría de ganado de cerda ha experimentado un notable progreso. Del cerdo tipo “ibérico”, negro o blanco, se ha llegado al “chato murciano”, armonioso y de gran rendimiento magro. El ganado de cerda constituye, hoy día, la ganadería más rentable. Se cría en todo el campo e incluso en el extrarradio de la ciudad.

La principal raza es la del “chato murciano” en franca regresión en los últimos años por la introducción de razas extranjeras como la Berk-Shire.

Ganado lanar

La expansión del regadío ha traído como consecuencia la disminución del ganado lanar, si bien contrarrestada por un continuo proceso de selección, que desembocará, sin duda, en la consecución de ejemplares de mayor calidad y de más altos rendimientos. La oveja actual está mejor alimentada y atendida que en épocas pasadas, lo cual se traduce en

el aumento del rendimiento cárnico, de crías y de lana. También tienden a mejorar las condiciones del albergue. El ganado lanar es el más numeroso de todos en nuestro término. Sin embargo la continua transformación en regadío traerá como consecuencia un continuo descenso en el número de cabezas. Las razas más importantes son: la “segureña” y la “manchega”, denominada esta última en el término castellana. Existe además otra raza producto del cruce de las dos anteriores, denominada “marquesaña”. La “segureña” es la propia y más adaptada al lugar donde escasean los pastos, por lo que abunda en la parte más septentrional del municipio. Es de color blanco y presenta moteados oscuros en la cabeza. La “marquesaña”, llamada así por proceder del marquesado de los Vélez, se caracteriza por su bajo rendimiento de lana, ya que carece de ella en el vientre y en las costillas. La base alimenticia consiste en el pastoreo, que en primavera se aprovechan las hierbas y en verano los rastros, mientras que en invierno se tiene que recurrir al complemento con forrajes y pienso.

ECONOMÍA

En la actualidad la población activa se dedica al sector servicios, fundamentalmente en el área de las administraciones públicas. Le sigue en importancia el sector agrícola, con predominio en las tierras de cultivo, sobre todo de regadío. Pues afortunadamente se han ampliado al área de riego por la excavación de pozos y la llegada del agua del trasvase Tajo –Segura. Destacan sobre todo los cultivos de cereales y hortalizas. En cuanto a al ganadería decir que tiene un papel importante en Totana, vinculada a la Sierra, siendo el romero y el tomillo principalmente junto con la zona de pastos, el alimento de los rebaños de cabras y ovejas. El sector industrial está basado fundamentalmente en el trabajo de la arcilla roja ya que es de tradición totanera.

GASTRONOMÍA

La cocina totanera se caracteriza por la sencillez de sus platos, en ellos se combinan la tradición con los nuevos menús. Presentar el escaparate de una cocina tradicional de la zona, es hablar de una cocina doméstica que está íntimamente relacionada con los ciclos estacionales y festivos, así como con las materias primas básicas de la tierra, como son los productos de la huerta, la célebre “*calabaza totanera*”, berenjenas, alcachofas, calabacines, pimientos verdes de bola; así como sus legumbres, sobre todo el arroz, sin olvidar la carne – fundamentalmente el conejo- y la harina para la elaboración de gachas.

Para comprender el sentido sociocultural de la gastronomía, hay que hacer referencia, por ejemplo, a los pausados desayunos a base de *torta de pimiento molido* o de *chicharrones* acompañadas de café con leche . Una vieja costumbre para compartir con los amigos es el rito del tapeo o aperitivo del mediodía antes de la comida, a base de vino o cerveza con el tradicional plato de *michirones*, bacalao con tomate, almendras fritas o embutido típico de la comarca: morcilla, longaniza seca, blanco, butifarra y de postre “perdices”-cogollos de

lechuga partidos y aliñados-. Plato típico son las migas con tropezones, que se consumen durante todo el año al igual que el arroz en sus distintas variedades o la carne, sobre todo el *conejo con tomate frito, al ajillo o a la pepitoria*. En invierno se mantiene una costumbre de carácter familiar muy arraigada en la zona que es la “matanza del cerdo”, iniciada hacia el mes de Noviembre (“Para San Andrés mata tú res”). Supone en algunos casos la preparación de la despensa familiar para el invierno y la elaboración de los embutidos como morcillas, longaniza, butifarra y otros, acontecimiento que viene a desmentir el tan consabido refrán totanero que reza así: “En Totana donde se acaba el pan antes que la gana “. Se suele comer guiso *de pelotas* a base de carne de ternera y cerdo o la tradicional olla fresca con judías, garbanzos, pencas y cerdo si no es también una buena sartén de arroz magra o -con verduras o caracoles-. Llega la primavera y con ella la Semana Santa donde la gastronomía totanera se surte de toda clase de pescados y verduras, la *pipirrana con tomate*, bacalao cocinado en todas sus modalidades, sobre todo con tomate, y menestra de verduras.

La cocina de verano es más ligera se basa sobre todo en platos fríos, ensaladas, frutos de la huerta y lo más socorrido “huevos fritos con sardinas saladas y ñoras”. Durante todo el año, los domingos, es casi obligado en todos los hogares el arroz con conejo y de postre unos *higos pajareros con almendras o torrás al horno* así como *leche asada* o el riquísimo *arroz con leche*. A media tarde podemos degustar unos riquísimos *buñuelos*.

A la hora de comentar la repostería no debemos olvidarnos sobre todo de la propia del *Agüinaldo* o Navidad en que las mas de casa hornean sus propios mantecados, tortas de Pascua, *liaos* o *cordiales*. Toda una buena y extensa prueba de la más antigua y tradicional repostería popular. En cuanto a la bebida se refiere, son típicos el famoso revuelto que como su nombre indica es una mezcla de anís con mistela, también podemos degustar el anís paloma, el canario y por supuesto la riquísima *mantellina*.

RECETAS

CONEJO EN PEPITORIA LUGAR: TOTANA (MURCIA)

INGREDIENTES:

- 1CONEJO
- 1 CABEZA DE AJOS
- 1 TOMATE
- 1 CEBOLLA
- 2 HOJAS DE LAUREL
- 1 PASTILLA DE AVECREN
- 100GR DE ALMENDRAS
- PEREJIL
- 1 VASO DEVINO BLANCO

ELABORACIÓN:

Se fríe el conejo hasta que esté doradito, y se pone en una vasija al ser posible de barro. En el aceite de freir el conejo se pone el tomate entero pelado, la cebolla, la cabeza de ajos entera y las hojas de laurel, una vez dorado se la añade al conejo frito. Se cubre de vino y agua (mitad y mitad) y se deja hervir hasta que este tierno. Unos diez minutos antes de apartarlo se la hace una picada con las almendras, el perejil, la pastilla de Avecren y se le añade al guiso rectificando de sal.

ZARANGOLLO LUGAR: TOTANA (MURCIA)

INGREDIENTES:

- 4 CALABACINES
- ½ CEBOLLA
- 8 HUEVOS
- 1 CUCHARADA DE ACEITE DE OLIVA
- SAL

ELABORACIÓN:

Lavar, pelar y cortar en rodajas finas los calabacines. Echarlos en una sartén, con aceite ya caliente.
Cortar la media cebolla en rodajas y añadirla a la sartén con los calabacines. Freír a fuego medio. Agregar sal, escalfar y remover hasta que cuajen.

PAPARAJOTES CON HOJAS DE LIMONERO

LUGAR: TOTANA (MURCIA)

INGREDIENTES:

- 2 HUEVOS
- ½ LITRO DE LECHE
- 1 / 2 SOBRE DE LEVADURA
- HARINA
- AZÚCAR
- ACEITE DE MAÍZ
- CANELA EN POLVO
- UNA PIZCA DE SAL
- 4 HOJAS DE LIMONERO

ELABORACIÓN:

En recipiente amplio, batir los huevos y agregar la pizca de sal, la levadura y la leche. Una vez todo bien mezclado, añadir poco a poco la harina hasta conseguir una gacha espesa.

Poner aceite a calentar. Freír en él las hojas de limonero rebozadas con la masa anterior y en medio del buñuelo. Dar vueltas para que frían por igual los paparajotes. Cuando doren, apartarlos.

Se colocaran en una fuente llana y se espolvearán con azúcar.

No hay que olvidar que las hojas de limonero no se comen, claro.

CORDIALES

LUGAR: TOTANA (MURCIA)

INGREDIENTES:

- 1K DE ALMENDRAS MOLIDA
- 5 HUEVOS
- 3 / 4 K DE AZÚCAR
- 4 LIMONES RASPADOS
- CABELLO DE ÁNGEL

ELABORACIÓN:

Se vierten en un recipiente todos los ingredientes: almendras, huevos, azúcar y raspadura de limones y se amasan con las manos.

Una vez que están bien amasados se pone un poca de masa, encima se pone el cabello de ángel y encima otro poca de masa, haciendo una especie de cono.

BIBLIOGRAFIA

Méndez García, F: “Geografía agraria de Totana, un municipio del Valle del Guadalentín”. Edita : El Excm. Ayuntamiento de Totana.

Griñán Montealegre M.(1991):”Totana, una nueva ciudad del quinientos”.

Revista: “Totana ciudad abierta”(1999), Edita: El Grupo Municipal Popular del Ayuntamiento de Totana.

Revista: “Totana” (1999) Excm. Ayuntamiento de Totana.