

# EL ARTE CULINARIO DE LA EXTREMADURA ORIENTAL

## I

Seguramente una de las facetas más interesantes de cualquier país, sobre todo con vistas a ese turismo tan en boga hoy, sea la variedad culinaria. Decía Talleyrand que “no existe una buena política sin una buena cocina”, y Keyserling, por su parte, añadía que “si queremos conocer la culinaria de la Edad de Piedra, visitemos a los pastores de las tierras castellanas”, aludiendo al conservadurismo que de los guisos típicos se tiene en Castilla y Extremadura, tierras colindantes y de un parecido vivir.

El Arcipreste de Hita, buen conocedor del mundo, escribió “los hombres mueren por dos cosas: primera, *la mantención*...”, y el finísimo humorista gallego Julio Camba nos dejó todo un volumen, *La Casa de Lúculo*, dedicado a presentar platos y vinos de todas las nacionalidades. Luis Antonio de Vega y otros autores modernos se han extendido escribiendo sobre el arte culinario en determinadas regiones españolas; pero que sepamos nadie se ocupó hasta la fecha de la rica culinaria extremeña. Durante nuestra guerra, nació aquel dicho: “Las mujeres extremeñas son muy laboriosas: hacen morcillas sin tripa y jabón sin sosa”, lo que define la habilidad de nuestras mujeres en cualquier momento.

Estas consideraciones nos han hecho escribir este trabajo, en el que vamos a dar a conocer a los lectores la tipicidad de

platos, vinos y dulces de la Extremadura Oriental, desde Cabeza del Buey hasta Guadalupe, desde Helechosa hasta Orellana. Excedería del tamaño corriente estudiar la culinaria de toda la región extremeña, que comprende las dos provincias mayores de España. En la zona que vamos a estudiar existe una gran variedad de platos típicos y otros que son específicos de grandes fiestas o solemnidades; lo mismo ocurre con los dulces, en cuya faceta habrá, seguramente, pocos lugares de España que nos iguallen, no sólo por la variedad, sino por la exquisitez de las materias primas utilizadas para su confección.

Pero vayamos al grano.

## II

Debemos advertir que en la culinaria que vamos a reseñar hay dos variedades en cuanto a platos: los puramente típicos, que pueden o no gustar a los extraños, y los que haciéndose también en otras regiones, se hacen lo mismo en Extremadura, pero con exquisiteces que rayan en lo increíble.

(Entre los típicos, por su manera de hacerlos o porque no se hacen en otros lugares, están las migas, el ajoblanco, las sopas cachorreñas, el relleno, los rabotes, el buchón (que también se llama molcón), las sopas de cachuela y las guindillas churrusconas, por ejemplo. Entre los dulces, la candelilla, el queso de almendra, las sepulturas, los canutos y los canelones. Entre los comunes a otras regiones, pero que aquí son excelentes, los pollos, perdices y huevos rellenos, altramuces y tostones, madalenas y mantecados; y en las fiestas tienen una gran trascendencia, asimismo, los gallos con arroz, por los Santos; las castañas, por San Eugenio, y las natillas, por la Cruz de Mayo. Amén de otros más que iremos reseñando en este trabajo.

*LAS MIGAS.*—Las que se hacen en el nordeste extremeño son las estupendas de que se habla en la zarzuela "Luisa Fernanda", a base de pan finamente picado en trocitos alargados, con pan duro, que se tuestan en una sartén con poco aceite y rociándose con agua de vez en vez para que estén tiernas. El

agua se echa a través de una paleta de múltiples agujeros, para que se reparta por igual, y se las va rodeando muchas veces para que iguale el tostado. Hay quien tiene tal maña en hacerlas, que las rodea tirando el total contenido de la sartén hacia arriba, hasta un cuarto de metro, y las recibe nuevamente en la sartén, sin que se caiga una sola al suelo.

Estas migas, almuerzo primero de pastores y cabreros, y de casi todos los habitantes de la región, en general, se comen acompañándolas con infinidad de “engaños”, que van desde el jamón o el chorizo al bacalao y sardinas, asados o fritos, o con torreznos, o con pimientos verdes o secos, con aceitunas, con ajos asados o fritos, con miel, con arrope o con uvas. Y son tan universales, que con cualquiera de estas cosas que se acompañen, están muy buenas. Muchas veces, las migas se riegan con leche o suero, resultando un alimento de primera calidad.

Es tal el prestigio de las migas en la región y fuera de ella, que forman el plato más genérico de la zona, y se comen a diario, y entre las gentes que se fueron a vivir a otras provincias, es costumbre, que hemos comprobado, hacer migas en muchas ocasiones en sus lugares de residencia. Hasta había un cuento de niños en el que una voz repetía varias veces: “Echa migas para mí...”. “Pon cuchara para mí...”.

Este plato gusta muchísimo, como los demás típicos de la región, a los no extremeños que por cualquier circunstancia lo han probado: el elogio hacia él es unánime.

*EL AJOBLANCO.*—Si las migas son un alimento mañanero, para comenzar el día, el ajoblanco es el intermedio, es decir, el que durante todo el verano se utiliza en Extremadura Oriental como plato principal al mediodía. Su alimento y su frescura lo hacen idóneo para que lo coman los segadores y trilladores en el descanso de su faena. Se hace con una “masilla” a base de aceite y vinagre, con unos dientes de ajo machacados, que se bate en una sola dirección para que no se corte. Sale una masilla que en otros lugares llaman mahonesa, con la diferencia de que la masilla tiene un ligero sabor a picante, por el ajo. Se añade luego agua y sopas de pan en

abundancia, y como aditamento, tomate, lechuga, pepino o melón picados en trocitos, según la época. Lo típico de este plato es que sabe mucho mejor haciéndolo en cazuela de madera de fresno, y comiéndolo con cuchara de cuerno o de madera, al estilo de las majadas. Estos utensilios le dan un sabor que no se logra haciéndolo o comiéndolo con otros, lo mismo que le ocurre al vino, que mejora grandemente según la madera con que las "pipas" estén fabricadas.

El ajoblanco se acompaña, al comerlo, con cebollas o uvas, y antes de degustarlo se comen unos trozos de pan con chorizo o queso de la tierra, complementando la comida con el ajoblanco, tan rico, que hace las veces de un postre exquisito, fresco y alimenticio en extremo.

Nada tiene que ver este ajoblanco con el llamado "ali-olí", que se hace en otros lugares; es superior el nuestro en sabor y alimento. Por algo es base, en verano, del alimento de los hombres del campo...

### III

#### LAS SOPAS CACHORREÑAS, RABOTE Y CALDERETA

Capítulo aparte merecen estas tres comidas típicamente de majada, es decir, de predominio entre pastores y cabreros, aunque a veces alguna de ellas, como la caldereta, rebasa los ámbitos comarcales y aún provinciales y llegue en buena hora, como llegó en ocasiones, hasta la Feria Internacional del Campo, de Madrid, donde centenares de extremeños y no extremeños la probamos e hicimos elogios de su exquisito sabor y valor nutritivo.

La caldereta, en efecto, es un plato no sólo de la Extremadura Oriental, sino de todas las tierras de Extremadura donde hay majadas. Consiste en preparar en una gran sartén, mejor caldero o caldereta de amplio círculo —de ahí su nombre— tajadas de cordero que se fríen en su propia salsa, y se sirven así, sin otro aditamento que los propios de los aliños que se le echan para un perfecto condimento y sabor. La caldereta se co-

mía antaño en los “rabotes” como plato principal, junto al redil de las ovejas y el chozo de los pastores. En su salsa espesa, rica y nutritiva, se mojaban sopas de pan, regado todo con buen vino de Guareña o Almendralejo, o de las antaño famosas viñas de Herrera del Duque o Fuenlabrada.

El “rabote” consiste en un plato esporádico de temporada, pues que se compone de los rabos tiernos de los corderos jóvenes, que en primavera se les quita, haciendo una gran fiesta pastoril y bucólica en las que los muchos invitados comen los rabos asados, y más tarde, después de este aperitivo, la caldereta.

Existe una anécdota referente a este punto: el hecho, antiquísimo, de que bajando el rey Alfonso IX de León por tierras de Extremadura a la reconquista se le dieron a comer rabos de cordero asados, es decir, se le invitó a un accidental “rabote”. El Rey, que llevaba prisa, no se quiso parar a la “caldereta”, y así, creyendo que aquello era poco para su real persona, trató a los extremeños de “tacaños”.

¡A los extremeños, que dieron a los reyes de España más tierras conquistadas con su esfuerzo que cuantas habían heredado de sus abuelos!... Otro plato típico de los pastores extremeños de esta zona son las llamadas “sopas cachorreñas”. De niño las hemos comido en la sierra de las Navas, entre Herrera y Fuenlabrada, en el atardecer, junto al tinado, a la vez que los grillos cantaban y el aire se movía límpido entre las eras y los rediles.

Las sopas cachorreñas consisten en un guiso de carne de conejo, perdiz o cualquier otro animal de caza menor que por allí abunda mucho: toda la zona de los montes, compuesta por Villarta, Helechosa, Fuenlabrada y Herrera, es buena tierra cinegética, donde la caza mayor se da también en cuantía y variedad. El guiso tiene una particularidad no conocida jamás en otras tierras: se cuece *con leche* en vez de con agua. Y al final, carne y leche se degustan con fruición. Es una comida sumamente alimenticia para los hombres que andan por sierras y trochas tras del ganado, aguantando las inclemencias naturales.

En verano solíase hacer asimismo un gazpacho al estilo an-

daluz, pero al que se añadían tajadas de conejo o perdiz tostados previamente y machacadas después. Quedaba el machacado revuelto al gazpacho dando enjundia al plato fresco.

#### PLATOS DE FESTIVIDADES

Otros platos propios de la región se suelen comer casi exclusivamente en determinadas fechas festeras. Tales son, por ejemplo, el relleno, el molcón y las sopas de cachuela.

*El relleno* se hace embuchando en tripa una mezcla de jamón (allí lo hay excelente), con huevos cocidos, harina de pan y perejil. Tal embutido se hacía para comerlo el mismo día, previo cocido en el puchero que allí denominan "olla" y en otros lugares cocido a secas. El relleno se hacía solamente por Carnavales, y siendo plato rico y obligado en tales fechas, los muchachos contábamos los días que faltaban para el acontecimiento.

*El buchón o molcón*, que de ambas maneras se denomina en la Siberia Extremeña, es el estómago del cerdo relleno de carne adobada, que se cuelga en la chimenea cierto tiempo y se come también por Carnavales.

Otro plato "matancero", o de la época invernal de las matanzas, son las llamadas "sopas de cachuela", que se hacen el mismo día de la matanza, con los despojos de asadura y torreznillos fresquísimos, con aditamento de sangre del cerdo recién matado. Sobre la sangre y grasa se añaden sopas de pan expresamente cortado y se adorna el plato con tajadillas de asadura blanda y dura y los torreznillos citados, con lo que las sopas "se engañan" o acompañan.

También son platos de temporada, aunque se coman en otras épocas con otros condimentos, los "gallos con arroz" del día de los Santos, el 1 de Noviembre de cada año, en que los mozos convidan a las mozas poniendo un gallo cada uno, y llevando ellas arroz, patatas, pan y vino a una pantagruélica cena, mientras las campanas de la torre doblan a muerto. Mientras los demás comen gallo con arroz y se divierten, otro grupo de muchachos se pasan la noche en el campanario "doblando" las

campanas y comiendo entretanto castañas, granadas, melones, higos pasos, nueces y otras chucherías que para sobrellevar la larga vela pidieron por el pueblo días antes, con una espuerta de junco entre todos los vecinos...

Curiosísimas costumbres tradicionales y gastronómicas, en las que también hemos tomado parte directa muchas veces...

Si los "gallos" son para los Santos, las "castañas" se comen asadas y cocidas entre chicos y chicas en reunión amigable el día de San Eugenio, y las "natillas" el día de la Cruz de Mayo, para celebrar el dulzor de la primavera pujante.

Otro manjar sabrosísimo, aunque no alimenticio: las "guindillas churrusconas". Son guindillas que antes fueron verdes, se enristraron después y se pusieron de color rojo, secas ya, y luego al freirlas en la sartén con fuego fuerte crecen de volumen, se ponen tiesas y se comen con unos granitos de sal para acompañar las "migas". Están riquísimas, y al masticarlas churruscan como las actuales cortezas fritas que se dan de aperitivo en cualquier parte. Jamás hemos visto ni comido las guindillas churrusconas fuera de Extremadura, pues en otras provincias las guindillas secas y rojas se utilizan cocidas en los guisos, pero nunca fritas ni churruscas.

Típicos del día del Corpus son los altramuces y torrados, que allí llaman "tostones", y que los "diablillos" reparten en una folklórica y religiosa función por todas las casas del pueblo gratuitamente, a cambio de un donativo para la Hermandad del Santísimo Sacramento, que así cubre los gastos del culto y procesiones, que son lucidísimas.

Hemos escrito hasta ahora de platos puramente locales y únicos en la zona, en la que asimismo existen otros muchos que, aunque también se condimentan en otros lugares, regiones y provincias, aquí se hacen con asombrosa cantidad y excelente calidad: tierra eminentemente agrícola, en la Extremadura Oriental son buenos la harina, el aceite y las carnes. En las bodas, que hasta hace pocos años duraban tres días consecutivos, se hacían centenares de platos a base de pollos, perdices y huevos rellenos, escabeches de pescado y dulces de todas

clases. El jamón se gastaba por arrobas en estos rellenos y en las riquísimas albóndigas.

Todos cuantos no siendo extremeños han probado nuestra rica cocina se han hecho lenguas de su poder gastronómico.

#### IV

#### DULCILANDIA EXTREMEÑA

Ya que hemos escrito de la culinaria típica general, queremos ahora hacerlo de cuanto se refiere a la confitería de estos pueblos, que es antiquísima y produce unos productos dignos de ser exportados y conocidos, pues cuantos han degustado estos dulces se han “chupado” los dedos de gusto sin excepción. Quizá el valor más importante es que están hechos con materiales de primerísima calidad, producidos en la tierra donde se fabrican, no en serie para vender, sino para satisfacción de los paladares de los vecinos con motivo de fiestas señaladas, ya sean religiosas, profanas o simplemente familiares: Semana Santa, Ferias, San Roque, Nochebuena, etc., etc., amén de bodas, bautizos, “granjas” (la granja es una gira campestre de jóvenes de ambos sexos que se celebra el domingo de Resurrección), etc., etc.

Entre los sabrosísimos dulces existen dos o tres que son específicos de esta comarca, como por ejemplo, el queso de almendra y la candelilla. El primero se hace a base de clara de huevo muy batida, azúcar y almendra; la candelilla, con harina, aceite, miel y adornada con almendra luego. El primer dulce es de horno y el segundo de sartén.

De candelilla se hacen “rosas” de hasta medio metro de diámetro y cuarto metro de altura, de forma cónica, y en cada una de estas “rosas” se emplean hasta cien huevos, una arroba de aceite, otra de harina y otra de la riquísima miel aquí cosechada.

El nombre de “candelilla” proviene de que se hace especialmente el día de la Candelaria, el 2 de Febrero, a cargo de

la "madrina" de la Virgen, que es nombrada cada año en turno rotativo, siendo un honor llegar a serlo para todas las mozas del pueblo. Una de estas "roscas" es comida por los invitados, junto con exquisitas madalenas y mantecados el día de la fiesta; otra se regala al Sr. Cura, que se la come con los quintos el día que se incorporan al servicio militar, y otra que es ofrendada a la Virgen, se rifa entre todo el pueblo, paseándola en una espuerta grande de junco de casa en casa para que la vean y compren papeletas. Lo obtenido es para el culto de la Virgen de las Candelas.

Según nos contó nuestro buen amigo Luis Cavanillas, periodista, en Almadén del Azogue, en Ciudad Real, situado a pocos kilómetros de esta zona extremeña, se hace también la candelilla, que allí llaman "fideos", por los "palotes de masa" que se hacen para luego ser fritos y recubiertos de miel cocida. No nos extraña, por la cercanía de aquella zona manchega con la colindante Extremadura.

Como la candelilla es un dulce que aguanta sin endurecerse ni perder sus valores nutritivos ni gastronómicos muchos días y hasta meses, podría ser una fuente de ingresos apreciables para la comarca si se fabricara en cantidad para exportar a las confiterías de las grandes capitales, pues para tomar en el desayuno con café o chocolate es insustituible...

Por Semana Santa se hacen otros dulces de sartén que tienen forma de dos triángulos unidos por los vértices, de unos 20 centímetros de longitud, a base de harina, aceite y miel, llamados "canelones", que son muy ricos. Y los canutos, cilíndricos, de harina, aceite y azúcar.

Pero quizá ningún dulce tan exquisito como las madalenas y mantecados, que los hay de dos clases: de cajón, en forma cúbica, a base de harina, huevos, aceite y azúcar, y los de pringue, algo más bastos en sabor, pero quizá más nutritivos aún. Las madalenas (huevo, harina, aceite y azúcar), son muy buenas asimismo, como los bizcochos llamados "lengua de gato" y las "galletas". En Herrera del Duque se hacen unos almendradillos muy sabrosos llamados, por estar metidos en unos moldes especiales de papel, "sepulturas",

En Madrid, en Galicia, en Levante, hemos visto cómo la gente comía con fruición esta dulcería extremeña, llevada como obsequio por nosotros mismos, asegurando “que jamás habían comido cosa igual de rica”... ni en piezas tan grandes, al punto de que con una o dos se queda satisfecho.

## V

### ALGUNOS PRODUCTOS TÍPICOS DEL CAMPO

Se crían allí, asimismo, unos riquísimos espárragos silvestres que de la sierra traen las mozas en *manillas* (manojos) en poco rato. Estos espárragos son más delgados que los cultivados, pero tienen un sabor que tira a amargo, dándoles, como al café y a los “grellos” gallegos, un encanto especial. Se comen fritos, con unas migas de pan o en tortilla.

También en las sierras se crían “macucas”, del tamaño de patatas pequeñas, que en otras tierras llaman trufas. Su obtención es difícil y sólo los muchachos se permiten el lujo de recogerlas entre las “casqueras” (cantos rodados) de las sierras, tras grandes esfuerzos que les sirven de diversión. Seguidamente las pelan y se las comen crudas, sin más aditamento.

No queremos terminar sin hacer referencia a la culinaria frutera y vegetal: tierra muy productora de melones, sandías, pepinos, tomates, verduras en general y frutas de todas clases (desde las guindas a la castaña, pasando por los higos, con muchas variedades: añogales, blanquillos, verdejos, etc., etc., por las granadas y las peras, famosísimas en algunos pueblos, como Garbayuela, que las produce en enormes cantidades y gran calidad, con variedades múltiples, como las de muslo de dama, bergamota, atoradizas, de agua, etc.).

Con muchas de estas frutas se hacen mermeladas y conservas (pepinillos o tomates, por ejemplo), para consumir durante el año. Los techos de las casas se llenan de enristrados de melones, guindillas, tomates, uvas y ajos, que abundan considerablemente, y sirven en épocas no propicias a la cría para satisfacer el paladar o el condimento.

De los subproductos de la miel se hace todavía el "arroke", a base de este subproducto o agua de miel, calabaza, cáscara de naranja y cal viva, que le da elasticidad y hace quebradizo para el buen "masticar". El arroke se lleva desde aquí a vender en "cántaras" hasta Almadén hace años, y era el postre o la golosina preferida por los muchachos. Aunque ya está en decadencia su producción por haber otras golosinas, aún se hace en muchas casas y es muy agradable de comer por su aromático sabor y ser muy nutritivo.

Abundancia de tomillo, espliego, perejil, ajo, romero y madroño, hacen que la cocina de esta zona extremeña no carezca tampoco de los "aliños" necesarios y naturales para su mejor sazón y gusto.

Párrafo aparte, y como un inciso entre los productos del campo, merece el "tasajo", que se hace con carne seca en la chimenea durante muchos días, que una vez endurecida se asa y se machaca con la almirez hasta que queda "desmechada". Así comida o mojada en "caldo de gazpacho", a base de agua, vinagre y ajo, está exquisito para acompañar a comer las "migas" mañaneras.

Este tasajo (qué nada tiene que ver aunque lo parezca con la cocina de otros lugares), se hace de carne de numerosos animales: cabra, vaca, etc.; pero el verdadero tasajo, el bueno, el típico por su sabor y lo que cuesta obtenerlo, es de carne de jabalí, de ciervo y de venado, que abundan en estas tierras. Muy aficionados a la caza los habitantes de estos pueblos, por vivir en una zona de profundas características cinegéticas, han estado comiendo tasajo de tiempo inmemorial: como tenían siempre a disposición del visitante las olletas de perdices esca-bechadas o un conejo fresquito para comer con patatas o una liebre, que como mejor está es con arroz. Tórtolas y codornices complementan una cocina fuerte, sabrosa, alimenticia y tradicional en estas tierras de la Extremadura Oriental.

## VI

## LOS REYES DE NUESTRA CULINARIA

La cocina de la Extremadura Oriental tiene dos "reyes" indiscutibles: su jamón y su chorizo. El primero puede competir con cualquier tipo de jamón "serrano"; posee un gusto especialísimo que produce la cría de los cerdos con bellota de nuestros encinares. En cuanto al chorizo, es extraordinario, y aparte de la buena carne de cerdo con que se fabrica, quizá su mejor cualidad sea el "aliño" que lleva, desconocido en otras regiones. Lo mismo ocurre con la morcilla, que se hace allí de calabaza y carne. Hay una copla que dice:

La señora longaniza  
se quiere casar mañana,  
con el señor Pedro lomo  
pariente de la papada;  
el molcón será el padrino  
la morcilla, convidada.  
¡Quién fuera a ese casamiento  
de familia tan honrada!...

Aquí se expresa claramente el valor de estos ingredientes, así como la popularidad que nuestra matanza tiene, siendo base de la alimentación comarcana, con el cocido u "olla" y la caza.

## VII

## FINAL

Yo invitaría gustoso a cuantos leen a que se dieran una vuelta por los 40 pueblos que hay desde Cijara a Cabeza del Buey o desde Guadalupe a Orellana, para que degustaran una buena cocina con tipismo y calidad. Junto al Monasterio famoso de Guadalupe se sirven unas chuletas de cerdo sin parangón, y en la zona de los Pantanos y Valdecaballeros, Herrera o Fuenla-

brada se hallarían pantagruélicas escenas. Además, gozarían de paso de la contemplación de una naturaleza múltiple con pinos, agua, encinares e higueras y de la belleza artística de Guadalupe. Con caza menor y mayor y una riqueza piscícola de barbos y lucios o patos salvajes allá por García Sola o Cijara.

Y si el viaje se hace por Semana Santa, Nochebuena, la Cruz de Mayo, el Corpus o en época de Fiestas y Ferias, mucho mejor. Hay allí algo muy especial que sólo se "saborea" haciendo realidad el viaje...

JUAN PEDRO VERA CAMACHO