

La alimentación en el Valle del Inglares desde la etnografía

(Nourishment in the Valley of Inglares Ethnographically Speaking)

Ocio Vallejo, Montserrat

Eusko Ikaskuntza. General Álava, 5-1. 01005 Vitoria-Gasteiz

BIBLID [1137-439X (2011), 34; 465-505]

Recep.: 20.04.2010

Acep.: 11.07.2011

Este trabajo es un estudio de los hábitos alimenticios que se han desarrollado en las localidades que se asientan a lo largo del curso del río Inglares, desde finales del siglo XIX hasta finales del XX. Se ha tomado como punto de partida una encuesta etnográfica enfocada a informantes de la zona, realizando varios sondeos basados en la observación y la información.

Palabras Clave: Alimentación. Etnografía. Inglares. Alimento. Comida. Hábitos alimenticios. Informantes. Fiestas.

Inglares ibaiaren ibilbidean kokaturiko herrietan garatu diren jateko ohiturei buruzko azterlan bat da hau, XIX. mendearen amaieratik XX.aren azkenerainoko denbora hedaduran. Alde horretako berriemaileei zuzenduriko inkesta etnografiko bat izan da abiapuntua, eta behaketan eta informazioan oinarrituriko zundatze batzuk egin dira.

Giltza-Hitzak: Elikatzea. Etnografia. Inglares. Elikagaia. Janaria. Jateko ohiturak. Berriemaileak. Jaiak.

Ce travail est une étude des habitudes alimentaires qui se sont développées dans les localités qui se situent le long de la rivière Inglares, depuis la fin du XIX^{ème} siècle jusqu'à la fin du XX^{ème}. On a pris comme point de départ une enquête ethnographique focalisée sur les informateurs de la zone, réalisant plusieurs sondages basés sur l'observation et l'information.

Mots-Clés : Alimentation. Ethnographie. Inglares. Aliment. Nourriture. Habitudes alimentaires. Informateurs. Fêtes.

INTRODUCCIÓN

Con el título *La alimentación en el Valle del Inglares desde la etnografía* se presenta un estudio de los hábitos alimenticios que se han desarrollado en las localidades que se asientan a lo largo del curso del río Inglares, desde finales del siglo XIX hasta finales del siglo XX. Se han realizado sondeos en dichas localidades, que a su vez se distribuyen en dos comarcas alavesas como son La Montaña y los Valles alaveses, basados en dos procedimientos como son la observación y la información.

La observación como contemplación, como puesta en contacto con objetos, personas y grupos para analizar sus formas y sus funciones o comportamientos. Por una parte se trata de hacer un estudio morfológico, es decir, un análisis y un examen de los hábitos alimenticios de los habitantes dicho valle. Por otra parte, un estudio funcional de los mismos, es decir, conocer los comportamientos y sus finalidades o significaciones. La función se estudia desarrollándola en actos, fases y gestos, y recomponiéndola en su estructura espacio-temporal. Las actividades humanas se hallan generalmente articuladas con un equipo material, y del conocimiento de éste debe partir la descripción de aquella, por lo tanto la investigación debe ir del objeto material a su función física y de aquí a su significación cultural.

La observación se ha completado con la información. Se ha consultado la documentación relativa al tema existente en los archivos locales a partir del siglo XIX, elaborándose una encuesta enfocada a informadores nativos de la zona. Con los datos aportados por los informadores se ha elaborado una presentación de los modos de vida alimenticios que se desarrollan en su contexto y en su perspectiva diacrónica, lo que nos da noticias de lo vivido por el informante, de lo vivido por sus antecesores inmediatos y de las noticias que estos recibieron de los suyos. Los datos etnográficos se han recogido, en el periodo comprendido entre los años 2008 y 2009, hasta allá donde alcanza la memoria de los informantes. Sin embargo no se limita solo a hechos pasados, sino también a hechos actuales. Tales datos son consignados con su índice de vitalidad o grado de aceptación social. En este orden de cosas se designan también los nuevos hechos que, sustituyendo a los antiguos, marcan la transición cultural que se está operando. La recogida de datos no se limita a la pura morfología de los objetos y hechos etnográficos, sino que comprende asimismo la función de los mismos y su significación en el contexto cultural.

El estudio de la alimentación desde la etnografía va más allá de una mera descripción de los hábitos alimenticios que se desarrollan en una comarca concreta, e incluye su comprensión e interpretación hasta llegar a poder establecer diferentes teorías sobre los mismos. Es una reflexión constante y profunda sobre la realidad que han vivido una serie de informantes que tienen más de sesenta años, es decir, sobre lo que han visto, oído y lo que han puesto en práctica. Con los datos, hechos y recuerdos transmitidos o vividos desde el punto de vista etnográfico en la memoria de dichos informantes se ha desarrollado una descripción profunda para interpretar las conductas y sus significados en el contexto cultural elegido, es decir, en las localidades que se asientan a

lo largo del Valle del Inglares. La información aportada se ha ido descubriendo, interpretando para finalmente formular conclusiones significativas de la realidad estudiada. En etnografía un hecho encuentra su significado cultural, su coherencia dentro de un sistema más amplio que lo engloba¹ y por lo tanto hay que tener en cuenta todos los acontecimientos políticos, económicos, sociales y culturales que se producen en el resto de las sociedades, durante el periodo analizado, y su influencia en la comarca concreta que se quiere estudiar.

1. LOCALIZACIÓN HISTÓRICO-GEOGRÁFICA DEL VALLE DEL INGLARES

La cuenca del río Inglares se encuentra situada en un corredor natural, entre el valle del río del mismo Ayuda y la depresión de La Rioja. Sus límites son al norte con la cuenca del Zadorra y Treviño, al este con la cuenca del Ega y al oeste y al sur con la cuenca del Ebro.

El río Inglares nace en las inmediaciones del Monte de San León (Sierra de Cantabria) y desemboca en el Ebro, en las proximidades de Zambrana, a 4 kms del río Zadorra. En su tramo alto sus aguas siguen una dirección sur-norte y al atravesar el núcleo de población de Pipaón toman una dirección este-oeste que se mantiene hasta su desembocadura en el Ebro. Dichas aguas van descendiendo desde la localidad de Peñacerrada, a modo de pequeños rápidos y cascadas hasta la de Berganzo, teniendo que salvar un fuerte desnivel, entre ambas localidades, de unos 200 metros en 5 kms. Para aprovechar este salto se construyó en 1897 una central eléctrica y la derivación de las aguas se hizo por medio de una presa de fábrica de 1,50 cms de altura, emplazada aguas arriba y a corta distancia del molino de Herrerías².

La cuenca del Inglares se halla enclavada en una de las zonas más secas del País Vasco, donde los registros de lluvia útil no suelen superar los 300 mm anuales³. A lo largo de su trayectoria se asientan dos municipios Peñacerrada y Zambrana que pertenecen a dos enclaves geográfico-físicos diferentes de la geografía alavesa: La Montaña y los Valles alaveses respectivamente. El municipio de Peñacerrada abarca núcleos de población más pequeños como son Baroja, Faido, Loza, Montoria, Payueta y propiamente Peñacerrada. El municipio de Zambrana agrupa a los núcleos de Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana.

1. "Atlas Etnográfico de Vasconia = Euskalerriko Atlas Etnografikoa = Atlas Etnographique du Pays Basque. La alimentación doméstica en Vasconia", vol. 3. Bilbao: Etniker Euskalerría, Eusko Jauriaritza-Gobierno Vasco; 1990; p. 37. En esta obra Ander Manterola añade: "En rigor no sería relevante, ni siquiera posible, datar un fenómeno particular cual pudiera ser el abandono del plato común familiar o la introducción de un determinado alimento, sin tener en cuenta la mutación operada en el conjunto del ajuar doméstico, fruto a su vez de un cambio en el sistema de producción alimentaria".

2. MARTÍNEZ DE SALINAS OCIO, Felicitas; OCIO VALLEJO, Montserrat. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías de su pasado*. Zambrana: Ayuntamiento, 2002; p. 112.

3. *Red de Vigilancia de la Calidad de las Aguas y del Estado Ambiental del los Ríos de la CAPV*, 2001.

Además hay dos núcleos, Pipaón y Santa Cruz de Fierro, que perteneciendo a los ayuntamientos de Lagrán y Berantevilla respectivamente, se localizan en el Valle del Inglares. El municipio de Peñacerrada se engloba en la comarca de la Montaña alavesa y el municipio de Zambrana en los Valles alaveses.

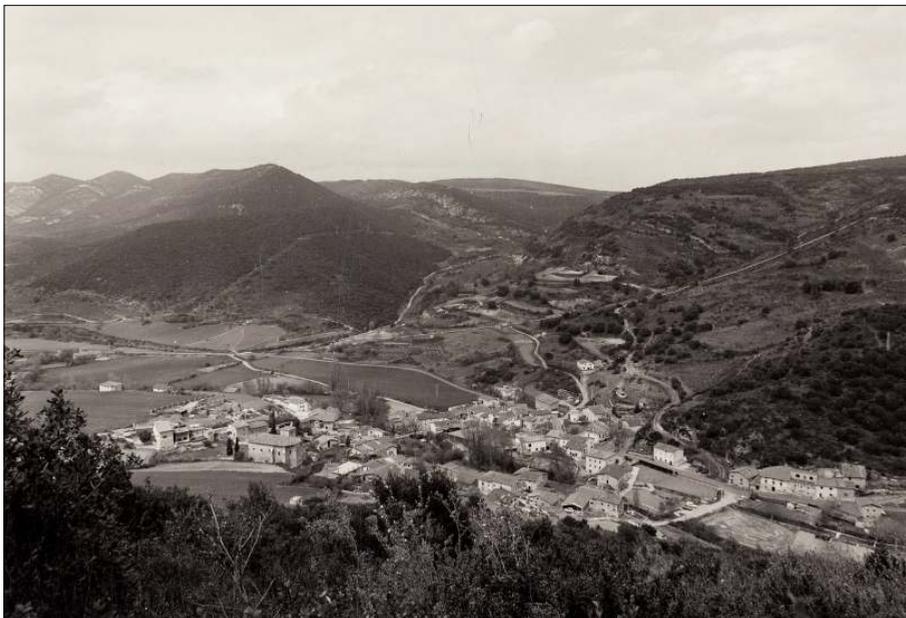


Fig. 1. Valle del Inglares, año 1996.

El río Inglares discurre a través del valle que lleva su nombre y desde su nacimiento hasta su desembocadura se pueden distinguir tres zonas geográfico-climáticas bien diferenciadas: el valle alto del Inglares, desde donde nace hasta Berganzo; el valle medio desde Berganzo hasta Santa Cruz de Fierro; y el valle bajo hasta donde desemboca en el Ebro. En el primer tramo forma el límite norte de la sierra de Cantabria y Toloño y es donde se encuentran las mayores alturas, con un relieve montañoso y un clima submediterráneo con influencia atlántica; en su curso medio el relieve se va suavizando e inicia el curso bajo flanqueado por los montes Chulato y Cabrera de menor altitud⁴. A partir del curso medio, las temperaturas se suavizan y el clima es submediterráneo sin tener las características del mediterráneo propio de la cercana Rioja Alavesa⁵.

4. MARTÍNEZ DE SALINAS OCIO, Felicitas; OCIO VALLEJO, Montserrat. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías de su pasado*. Op. cit., p. 9.

5. OCIO VALLEJO, Montserrat. "Cultura popular a lo largo del Valle del Inglares". En: *Ohitura*, nº 7. Vitoria-Gasteiz: Diputación Foral de Álava, 1998; p. 178.

2. ORGANIZACIÓN DE LAS COMIDAS

2.1. Orden de las comidas

Los toques de las campanas marcaban las diferentes partes del día así como la realización de las labores diarias. Los días de labor, en invierno, a las nueve de la mañana se tocaba a misa y en verano algo más temprano, a las ocho. Este toque “obligaba” a los vecinos a estar levantados.

Los días de fiestas había dos toques, el de la primera misa y a las doce del mediodía o más tarde a misa mayor. A estos toques hay que añadir el del “Angelus” que se tocaba todos los días a las doce del mediodía.

Dependiendo de las ocasiones y necesidades del grupo familiar las comidas podían constar de un plato único o de varios platos. Normalmente todos comían del mismo recipiente, que era una fuente común.

Las comidas diarias eran seis: desayuno, almuerzo, hamarretako, comida, merienda y cena. No era nada inusual que durante la época invernal se hiciera merienda-cena.

- *Desayuno*: se tomaba según se levantaban de la cama, en invierno a las siete y media de la mañana y en verano a las seis de la mañana. Consistía en una copa de anís, orujo o aguardiente pero únicamente lo tomaban los hombres. En algunas ocasiones se preparaba un tazón con vino y azúcar donde remojaban el pan.
- *Almuerzo*: entre las ocho y las nueve de la mañana. Consistía en cualquiera de los siguientes platos: una tortilla, un puchero de patatas con chorizo y pimiento apañadas⁶ con tocino derretido, una sopa de ajo, carne con tomate, huevos con tomate, huevos en tortilla, sardinas, pimientos, anchoas, tocino salado, pimientos cocidos con patatas o carne de cerdo. Todo ello acompañado con pan y vino de la tierra. Este almuerzo bien se podía hacer en casa o en la pieza dependiendo del trabajo en el campo y del tiempo climatológico. En el caso de tener que almorzar en la casa se elaboraban huevos fritos, y a partir de los años sesenta los acompañaban con chorizo y panceta.

Las mujeres y los niños que se quedaban en casa no almorzaban sino desayunaban entre las ocho y las ocho y media de la mañana sopas de ajo, leche con sopas de pan, leche con pan y miel o chocolate. Con el paso de los años se introdujo el café con leche pero con achicoria (*Cichorium intybus*). Los hombres que no iban a la pieza también realizaban este tipo de desayuno.

6. Apañar = aliñar.



Fig. 2. Almorzando en la pieza, año 1979.

- *Hamarretako*, *tomar el pan* o *tomar un bocado*: se realizaba entre las diez y las once de la mañana y consistía en un poco de queso, chorizo, olivas, morcilla, ajos, o cebolla con sal acompañados siempre con pan y un trago de vino. Si era verano y hacía buen tiempo tenía lugar en el campo, de lo contrario en la casa. Lo mismo ocurría con la comida y la merienda.

- *Comida*: entre las doce y media y la una del mediodía. A las doce del mediodía se tocaba el “Angelus” momento que se paralizaba la vida para rezar una oración o simplemente de silencio e indicaba que estaba al llegar la hora de comer. Los domingos y días de fiesta se comía más tarde, después de la misa mayor, retrasándose la hora a las dos de la tarde. A partir de los años setenta en muchas localidades se suprimió el toque del “Angelus”, lo que supuso un retraso en la hora de la comida.

- Los días laborables, para comer, se preparaba un único plato consistente bien en alguna clase de legumbres como caparrones⁷ o bien habas frescas o secas con chorizo o tocino. Un plato muy poco común eran las lentejas. Otros platos que se servían eran los siguientes: patatas con sebo, patatas con chorizo, algunas veces patatas con costilla y chorizo; verduras como berza, vainas⁸ y a veces pella⁹; arroz blanco. Todos estos alimentos acompañados con pan y vino.

7. Caparrones: alubias rojas, blancas, negras o pintas. Se decía que el caparrón bonito era el blanco.

8. Vainas también denominadas caparrón verde.

9. Pella = coliflor.

En los días festivos y celebraciones se servían dos platos que consistían, el primero en garbanzos con chorizo. La carne con la que se había cocido los garbanzos se le añadía tomate sirviéndose de segundo.

- *Merienda*: sobre las cinco de la tarde se merendaba a base de nueces, queso, guindillas, cebolla con sal, miel, manzanas, olivas, bacalao seco, pimientos verdes con sal, ajo con sal, o las sobras de la comida, esto para los que estaban trabajando en el campo.

Los niños merendaban pan con chocolate, pan con nata y azúcar, pan frito con azúcar o pan con vino y azúcar. A partir de los años sesenta merendarán mermeladas, mantequillas, chocolate o diferentes embutidos.



Fig. 3. Merendando en “Alzabidi”, año 1981.

- *Cena*: en invierno se cenaba a las ocho y media de la tarde y en verano un poco más tarde, sobre las nueve y media de la noche. La cena consistía en sopas de ajo, un plato de berza, patatas solas, patatas con arroz, sopas de leche, tortilla de patatas, huevos fritos o huevos en tortilla. Algunas veces se cenaba algo de pescado como arenques, chicharros, sardinas, anchoas, barbos o peces de río.

El orden y la composición de las comidas variaba según el lugar de trabajo y el calendario.

- a) Teniendo en cuenta el lugar de trabajo: las localidades que se desarrollan a lo largo del Valle del Inglares eran eminentemente agrícolas y ganaderas, por lo tanto hombres, mujeres y niños trabajaban durante todo el día en el campo. Los días que trabajaban fuera del hogar realizaban seis comidas, mientras que los que se quedaban en los hogares, realizando otro tipo de tareas, tomaban cinco comidas diarias, saltándose lo que se ha señalado como desayuno.
- b) Dependiendo del tipo del día: se distinguían tres tipos de días: días laborables, días festivos y días especiales.

Durante los días laborables el orden y composición de las comidas era el descrito en las líneas anteriores de este apartado. En cuanto a los días festivos, entendiendo como tales los domingos, y los días especiales se exponen en el apartado titulado *Preparación de comidas en función de festividades y rituales*.

2.2. Utensilios de comer

Una fuente o un plato redondo de barro era colocado en el centro de la mesa y cada uno con su tenedor y su cuchara comía de la misma. Se decía: “El que habla mucho se queda sin comer” y también “Oveja que bala, boca o que pierde”. Los comensales usaban un único cuchillo el cual lo compartían. El cubierto más usado era la cuchara y luego el tenedor. El uso del cuchillo y el tenedor no era muy generalizado, era más común emplear “las manos” y “los dedos” para comer chuletas, chuletilas, huevos fritos, untar el tocino de las legumbres, etc. Habrá que esperar a los años 50 para que cada comensal tenga su propio plato, cuchillo y vaso en la mesa.

Material	Utensilios
Alpaca	Cubiertos.
Barro	Pucheros, botijos, fuentes, tinajas, cazuelas, tazones, barreños ¹⁰ .
Cobre	Calderas.
Cristal	Vasos, porrones.
Hierro	Calderas, pucheros.
Madera	Cubiertos.
Metal de baja calidad	Cubiertos.
Porcelana	Cazuelas.
Porcelana blanca	Platos.
Plata	Cubiertos.
Zinc	Baldes y calderas.

10. Barreño = recipiente de barro con forma similar a un balde.

Las cucharas y tenedores bien eran de boj (*Buxus sempervirens*), de fabricación casera, o bien metálicos, bastante malos, al igual que el resto de los cubiertos. Los vecinos pudientes usaban piezas de alpaca o plata, sin embargo eran los menos.

Los utensilios de madera se fabricaban artesanalmente con madera de boj y de haya (*Fagus sylvatica*), el resto se adquiría tanto a vendedores ambulantes como en tiendas de Vitoria, Miranda de Ebro, Labastida y Haro.

3. ORACIONES EN TORNO A LA MESA FAMILIAR Y RITUALES ALIMENTICIOS

Una costumbre muy generalizada en todos los hogares era realizar la bendición de la mesa mediante salmos, plegarias y fórmulas de bendición de la mesa:

Dirigid Señor, vuestra bendición sobre nosotros y sobre estas viandas que son dones de vuestra liberal mano. El rey de la eterna gloria nos haga participantes de la mesa celestial.

El niño Jesús que nació en Belén, bendiga esta mesa y a nosotros también.

La bendición de Dios Padre, de Dios Hijo y del Espíritu Santo sea con todos nosotros. Amén.

Bendice Señor estos alimentos que por tu generosidad vamos a recibir, que vamos a tomar de tu mano generosa, por Nuestro Señor Jesucristo. Amén.

El niño Jesús que nació en Belén, nos bendiga la comida y nos dé gloria. Amén.

Dios bendiga estos alimentos que vamos a tomar, rezando un Padre Nuestro, un Ave María y un Gloria.

Otra forma de bendecir la mesa era mediante las plegarias, es decir, por súplicas dirigidas a Dios, la Virgen, los Santos, los difuntos o personas que estaban enfermas. Por ejemplo:

Por [fulanito o citanito] para que se cure.
Por las almas de los difuntos,
para que descansen en paz.

Concluyéndose con la fórmula:

Bendice Señor estos alimentos que vamos a tomar.
La bendición del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Entre las fórmulas de cortesía se recogen las siguientes:

¡Buen provecho!

¡Que aproveche!

¡Que el Señor los bendiga [los alimentos]!

¡Señor bendice estos alimentos que vamos a tomar!

Generalmente y cuando no era costumbre de recitar dichas plegarias únicamente se rezaba un padrenuestro por los difuntos. En algunas ocasiones se empleaban fórmulas divertidas y jocosas para bendecir la mesa:

Bendice Señor esta mesa que no vengan más que bastantes estamos.

La bendición: que comamos, que no vengan más que bastantes estamos.

La bendición del gitano que no vengan más que bastantes estamos.

La bendición de la mesa se hacía todos los días antes de cenar que era cuando estaba toda la familia alrededor de la misma. A la hora de comer la casa estaba medio vacía porque muchos de sus miembros trabajaban en el campo y por lo tanto comían en la pieza, excepto los domingos y fiestas de guardar. Estas personas que estaban trabajando, al mediodía, detenían sus trabajos y se quitaban la boina para rezar el “Angelus”¹¹ y el toque de campanas suponía la vuelta a casa.

No era muy habitual recitar algún salmo o alguna otra fórmula al terminar de cenar, sin embargo se ha recogido el siguiente:

Ya que hemos comido demos gracias a Dios.

El Señor nos haga partícipes de la mesa celestial. Amén.

A partir de la Cruz de mayo y hasta la Cruz de septiembre se tocaba el “Tente nube”, tocando las campanas a las dos de la tarde, porque era el tiempo en el que empezaban a madurar las cosechas, para su recolección y almacenamiento.

Tente nube tente en ti no te caigas,
guarda el pan guarda el vino,
guarda el campo que está florido.

En la localidad de Berganzo, Bernabé Laguardia¹², apodado “El Zapatero” por la profesión que ejercía como tal, durante los años que desempeñó el

11. A.A.B. (Archivo Administrativo de Berganzo), Libros de Actas (1925-1969), sig. 1.2.2, caja 01, exp. 7, f. 69v, se redacta: “... se procedió al remate para cubrir el puesto de Administrador del reloj y toque del Angelus, quedando a cargo del vecino del mismo pueblo D^o Marcelino Ocio Ocio, en la cantidad de ciento veinte y cinco pesetas, por el plazo de un año...”. Fecha: 3 de abril de 1954. Cargos como administrador del reloj, sacristán, enterrador, alguacil, secretario, depositario entre otros se sacaban a remate y esto suponía una fuente de ingresos para las arcas de la administración municipal de los pueblos.

12. Bernabé Laguardia Peciña nació en Berganzo, en 1874. Véase A.P.B. (Archivo Parroquial de Berganzo), Libro de Bautismos (1781-1880), sig. 1.1.1, caja 01, sec. 1. De profesión zapatero, viuda de María Salomé López, natural de Armiñón, y se casa en segundas nupcias en 1910. Véase A.P.B. Libro de Matrimonios (1887-1976), sig. 1.1.3, caja 04, sec. 1, f. 21v. Parece ser que durante los últimos años del siglo XIX y principios del próximo ejerció como sacristán y era el encargado de tocar las campanas de la iglesia parroquial de San Miguel Arcángel de Berganzo.

cargo de sacristán realizaba un toque con las campanas de la iglesia, desde la Cruz de Mayo hasta la de Septiembre, llamando a comer. El toque lo dedicaba a su mujer María Salomé López y era el siguiente:

Salomé, Salomé
pon la mesa para comer,
pon el vino, pon el pan
para el pobre sacristán.
Tilín tilán tilín tilán.

[Recogida en Berganzo por José María Argote y Begoña Marquínez]

Las vísperas de grandes fiestas se tocaba la campana llamada “la garban-cera”, que era la campana más grande de todas las que había en el campanario de la iglesia, su toque significaba que ese día se cocinarían garbanzos para comer.

Los comensales se colocaban en la mesa sin una disposición fija, sin embargo al padre se le reservaba el mejor sitio, los abuelos en la zona donde hacía más calor, es decir, junto al fuego, y las madres cerca del fogón para servir la mesa y a los comensales.

La cocina era el lugar habitual para comer, era el centro de la actividad familiar y el lugar de reunión donde la familia recibía las visitas. Las viviendas estaban dotadas de una estancia denominada comedor que únicamente se usaba para comer y cenar el día de las fiestas patronales y en esos días especiales cuando la familia se reunía alrededor de la mesa para celebrar un bautizo, boda, comunión o cualquier otra celebración extraordinaria.

4. ELABORACIÓN DE COMIDAS CASERAS

Las formas de elaborar los alimentos eran las siguientes:

- Asados: carnes, pescados y las patatas. Destaca la tradición de asar chuletillas de cordero “al sarmiento” así como morcilla, chorizo, costilla y panceta de cerdo.
- Cocidos: en agua caliente como las verduras y la sopa. En agua fría como las legumbres y patatas.
- Fritos: con aceite como los huevos, carnes, patatas, pimientos y pescados.

Arroz: era un alimento escaso y se consumía sobre todo en verano. En un puchero con agua se echaba un vaso de arroz por persona, aunque esto no era del todo real, sino que con un vaso comían dos personas. Se le añadía un huevo cocido, carne de gallina y alguna carne más como ternera o cerdo, dependiendo de los animales criados en la casa.

Asadurilla: plato cocinado con el pulmón, hígado y corazón del cordero. Todos ellos partidos en trozos pequeños se rehogaban en una sartén, acompañados de cebolla, ajo y un poco de sal.



Fig. 4. Preparando las chuletillas para asarlas, año 1966.

Bacalao: se desalaba en agua durante un día en la fresquera o bodega de la vivienda. Se freía con aceite, patatas y pimientos, algunas veces se le echaba tomate. Otras veces se comía seco, sin desalar.

Callos: eran el estómago bien del ganado vacuno o bien de los corderos. Una vez limpio se troceaba y se ponía a cocer. Tras su cocción se escurría y en una cazuela aparte se rehogaba con cebolla y tomate. Lo mismo se hacía con las *patitas de cordero*.

Caracoles: primeramente se ponían a remojo con sal, lavándolos mucho para quitarles los mocos. En una cazuela con agua se ponían a cocer. La primera agua se quitaba echándoles de nuevo sal y una hoja de laurel para darles sabor. Una vez cocidos se escurrían y en una cazuela, aparte se freía tocino, jamón, panceta, chorizo, carne de ternera y si era posible unos perrechicos (*Tricholoma Georgii*) de la zona. Todo esto se vertía sobre los caracoles y se rehogaban con tomate majándoles uno o dos ajos, una ramita de perejil y un poco de pimienta, dejándolo hervir para tomar el sabor. Algunas veces se les añadía un huevo cocido.

Los caracoles se cocinaban entre los meses de abril y mayo, cuando se cogían en los días templados de primavera tras una suave tormenta. En algunos momentos las ordenanzas municipales llegaron a prohibir su recogida¹³ en las orillas de las parcelas sembradas para no dañar los cultivos.

13. El 15 de mayo de 1920 “Se acordó además prohibir la busca de caracoles en los alrededores sembrados bajo la multa de dos pesetas [...]” en A.H.B. (Archivo Histórico de Berganzo), Libro de Actas (1913-1925), sig. 1.2.3, caja 44, f. 6.

Carne guisada: la carne troceada se ponía en una cazuela de barro con aceite, cebolla, perejil, ajo y sal dejándola hacer a fuego lento. Una vez hecha se le añadía una salsa elaborada con un poco de aceite, harina y agua, dejándose hacer lentamente. Como carne guisada se empleaban carnes de oveja, vaca, liebre, jabalí, paloma, codorniz, conejo y cerdo.

Codornices: estas se cazaban al igual que las palomas, perdices, el conejo, la liebre, el ratón de campo y todos ellos una vez pelados se freían con unos ajillos añadiéndoles tomate. La proliferación de estas especies en este valle, su captura abusiva y el empleo de procedimientos inadecuados para su aprensamiento motivaron la redacción de ordenanzas¹⁴ y acuerdos para su control y regulación, y a partir de los años setenta la aparición de cotos de caza menor controlada en toda la zona.

Ensaladas: elaboradas con productos de la huerta como puerros, lechugas, tomates y pepinos. Todas ellas con sal, vinagre y un poco de aceite, excepto los puerros que previamente se cocían. La ensalada se consumía a partir del mes de abril, sin embargo los puerros durante la época invernal.

Los berros (*Nasturtium officinale*) eran unas plantas que nacían en las orillas de los ríos, se elegían los tallos más tiernos y se presentaban a modo de ensalada apañados con sal, vinagre y un poco de aceite. Hay que tener en cuenta que las orillas de los ríos no estaban contaminadas porque no se utilizaban abonos, fertilizantes o pesticidas en las fincas.

Garbanzos: era una clase de legumbre considerada un manjar y que se cultivaba en esta zona. La noche anterior se echaban a mojo¹⁵ añadiéndoles un puño de sal. Al día siguiente se ponían a cocer en un puchero de barro con cebolla, una cabeza de ajos, sal, tocino, chorizo, además de un hueso, pata o costilla de cerdo. El tiempo de cocción era muy lento, desde las ocho de la mañana hasta las doce del mediodía. Una vez cocidos se extraía el caldo al cual se le añadía unas sopas finas de pan. Los garbanzos se servían con el chorizo y la cabeza de ajos ya cocida. La carne y huesos se ponían aparte con tomate haciendo así un tercer plato.

Huevos: plato muy socorrido y que ofrecía un amplio abanico de posibilidades. Se cocinaban de las siguientes formas: fritos con aceite y sal; con tomate; revueltos con tomate; revueltos con pimientos; en tortilla francesa; en tortilla de patatas; en tortilla de chorizo; revueltos con perrechicos (*Tricholoma Georgii*), etc. Los huevos cocidos y los pasados por agua se reservaban a los enfermos.

14. En el año 1882 encontramos unas ordenanzas municipales de Policía Urbana y Rural para el régimen del Ayuntamiento de Zambrana y en el capítulo titulado Caza y Pesca, artículo 46, dice textualmente: "No se podrá pescar inficionando ó envenenando las aguas; ni con redes y [...] cuyas mallas tengan menos de una pulgada castellana; quedando prohibida la pesca desde primero de Marzo hasta treinta y uno de Julio, no siendo con caña y anzuelo [...]". A.H.Z. (Archivo Histórico de Zambrana), sig. 2.10.3.5, caja 24, carp. 801.

15. Echar a mojo = remojar = meter en agua hasta que quede cubierto.



Fig. 5. Matando un conejo, año 1970.

Jabalí: la caza ha sido una de las actividades más desarrolladas en las localidades que se desarrollan a lo largo del Valle de Inglares, sobre todo en las zonas montañosas de Peñacerrada, Montoria, Pipaón y Berganzo. Ha destacado la caza mayor y la especie más perseguida ha sido el jabalí, lo que supuso la aparición de cuadrillas de jabalineros y a partir de los años setenta de la pasada centuria la consiguiente formación de cotos de régimen de caza mayor controlada. El jabalí se ha cazado desde finales de los años treinta y su carne mayormente se ha cocinado guisada con patata, aceite y sal. Con la aparición de citadas cuadrillas su carne se ha aprovechado de otras maneras como en la elaboración de chorizos y jamones.

Legumbres: en este apartado se daba cabida a la alubia blanca, caparrones pintos, caparrones negros, las habas y en menor medida las lentejas. Todas ellas se cocinaban con tocino y en las mejores épocas se les añadía chorizo. Hay que tener en cuenta una costumbre ya perdida que era la de la llegada de los invitados a la casa. Los invitados eran tratados como “reyes”, en cuanto se sentaban a la mesa se les ponían los mejores manjares, así si para



Fig. 6. Cogiendo lechugas de la huerta, año 1986.

comer se iba a cocinar caparrones se les echaba un buen trozo de chorizo y de aquí el siguiente dicho: “No gastes el chorizo que igual viene alguien a comer”. En el caso de las habas se cocinaban con tocino.

Patatas: se cocinaban de diferentes formas bien fritas, con forma redondeada o alargada, o bien cocidas con sebo o manteca, o tocino de cerdo derretido con pimentón. Se acompañaban con chorizo cuando este no escaseaba o llegaban invitados a la casa. Muchas veces aprovechando los rescollos del fuego se introducían las patatas para asarlas y comerlas con un poco de sal.

Patatas en salsa verde con huevos: primeramente las patatas se pelaban y se ponían a cocer en agua con una hoja de laurel. En una sartén aparte se freía aceite con cebolla, ajo, perejil un poco de pimiento molido y harina, que se añadía a las patatas que se estaban cociendo. Una vez cocidas se echaban los huevos enteros para que se fueran haciendo sobre las patatas.

Pescados: chicharros que se preparaban en salsa o asados con cebolla, limón y un poco de aceite; anchoas fritas; sardinas fritas; jibias en su tinta¹⁶; loinas fritas; barbos fritos; todos estos adquiridos a los vendedores ambulantes que merodeaban por esta zona. Del río Inglares se capturaban truchas que se preparaban fritas con panceta; cangrejos preparados con tomate; ranas, ratas de agua y anguilas elaboradas fritas. La pesca furtiva y abusiva de estas especies al igual que la caza, trajo consigo un control por parte de las autoridades, primeramente a través de ordenanzas¹⁷ y a partir de los años setenta del pasado siglo con la aparición de cotos de pesca controlada a lo largo del mencionado río.

Pichones: los pichones de palomas eran un plato exquisito. Una vez pelados, unas veces se freían con unos ajillos y otras se acompañaban con unas patatas alargadas.

Pimientos: se cocinaban de diferentes maneras entre otras freírlos con aceite, ajo, cebolla, un poco de harina y pimiento molido, añadiendo agua y dejarlos cocer. Una vez fritos los huevos se colocaban sobre ellos y se dejaban hacer. También se preparaban cocidos con patatas y apañados con unos ajillos.

Pimientos cocidos con patatas: en una cazuela se ponía a cocer una buena cantidad de pimientos rojos o verdes, según la temporada, y en otro recipiente unas patatas. Una vez todo cocido se juntaba apañándolo con aceite y la sal necesaria.

Sangrecilla: era la sangre del cordero que tras su matanza y para evitar que se cuajara se cocía consiguiendo su solidificación. Esta sangre cocida se troceaba y en una sartén con cebolla picada se freía. Las formas de presentación podían ser las siguientes: frita con cebolla, en revuelto, o frita con cebolla añadiéndole tomate.

Sesos: generalmente de cordero, cocinados bien albardados o fritos.

Setas: se consumían una gran variedad de setas que se recolectaban por los montes destacando las setas de cardo (*Pleurotus eryngii*), plateiras (*Malpighia Punicifolia*), setas de chopo (*Pleurotus ostreatus*), pardillas (*Lepista nebularis*), senderuelas (*Marasmius Oreades*), perrechicos (*Tricholoma Georgii*) y champiñones silvestres (*Agaricus campestris*). Se conocían los niscalos (*Lactarius deliciosus*), las galampernas (*Macrolepiota*), los pies azules (*Lepista Nuda*) y otras pero no se consumían. Para saber si una seta era o

16. Jibias en su tinta = chipirones en su tinta.

17. A.H.Z., sig. 2.10.3.5, caja 24, carp. 801, año 1882, Ob. cit., en el artículo 42: "Desde primero de Marzo hasta primero de Septiembre queda absolutamente prohibida toda clase de caza; quedando a la determinación del Exc. Sr. Gobernador Civil la apertura de la caza de codornices". En los artículos 43 y 44 se prohíbe la caza de perdices con galgo y demás con hurón, lazos, redes, liga y cualquier otro tipo de artificio. Por último en el artículo siguiente se prohíbe cazar sin haber obtenido previamente la correspondiente licencia que era personal e intransferible.

no comestible primeramente se cocían echando una peseta de plata al agua. Si la peseta no se ponía negra eran comestibles, se escurrían y es cuando se preparaban de diferentes formas: a la plancha sobre los fogones; en revuelto con huevos y un poco de sal incluso con un poco tomate o unos pimientos; o simplemente fritas con ajo y sal.

Sopa de ajo: la sopa de ajo era un plato que se consumía a lo largo de todo el año y durante las diferentes comidas diarias. Era un plato muy socorrido, fácil de elaborar y nutritivo, y según los encuestados “calentaba el estómago”, “tomando sopas el cuerpo entraba en reacción”. Preparación: se llenaba de agua un puchero y se ponía a cocer a fuego lento añadiéndole ajo, cebolla, trozos de pan, pimientos verdes o rojos, dependiendo de la época del año, sal y una gotita de aceite y se dejaba hervir.

Tortilla de patatas: se pelaban las patatas y una vez fritas en la sartén se les añadía un huevo batido con un poco de sal hasta que se hacía la tortilla. Para hacer la tortilla de patatas se empleaban muchas patatas y un huevo.

Truchas: plato considerado un manjar. Se capturaban en las frías aguas del Inglares al igual que los cangrejos, ratas de agua, y anguilas. Una vez limpias se les introducía un trozo de tocino o panceta y se freían.

Verduras: entre ellas destacaban el caparrón verde o también llamado vainas, la coliflor o pella y la berza. Generalmente las vainas se cocinaban cocidas con patata, sal y una gotita de aceite; la pella con un refrito de aceite y ajos; y la berza cocida con un hueso o acompañando a las alubias.

5. ELABORACIÓN DE POSTRES CASEROS

Arroz con leche: en una cazuela se echaba leche bien de vaca, oveja o de cabra una vez que empezaba a hervir se le añadía unas tazas de arroz, azúcar y un palo de canela para darle sabor. Se removía hasta que el arroz quedaba cocido.

Castañas cocidas con berza: en un puchero con agua se echaban a cocer las castañas, previamente se les quitaba un trozo de piel para mejorar su cocción, añadiéndoles un troncho de berza y un poco de sal. Una vez cocidas se escurrían y se servían. También se servían asadas en los rescoldos de las cocinas bajas de las viviendas.

Guirlache: se deshacía el azúcar revuelto con nueces y avellanas peladas, removiéndolo hasta tomar cuerpo y dándole forma de barritas. El día de Nochebuena, al anochecer, niños y niñas de los pueblos salían a pedir por las casas entonando cancioncillas como la siguiente:

Aguinaldo, aguinaldo, aguinaldo por Dios
que esta noche ha nacido el Niño Dios.
La cabra tuerta tiro la puerta,
el buey descornao tiro el tejao.
[Recogida en Montoria por Agustina Roa]

Seguidamente gritaban: “¡Señora [Nicolasa], Señora [Nicolasa], Señora [Nicolasa], hasta otro Año Nuevo no volveremos más!”

Algunas mujeres en sus hogares habían elaborado el guirlache y este día tan señalado se lo daban a los chiquillos como “aguinaldo”, sin embargo otras les ofrecían castañas y nueces.

Hormigos: para cuatro personas empleaban tres remolachas, kilo y medio de harina y lo mismo de azúcar. La remolacha se pelaba y se ponía a cocer en agua. El agua de la cocción se colaba, se sacaba el tubérculo y se dejaba enfriar hasta el día siguiente. La harina se deshacía con agua templada revolviéndola de forma continuada para evitar los grumos o “abuelos”. A esto se le añadía el azúcar y se dejaba engordar durante quince minutos. Algunas veces le añadían canela y una copa de anís. Cuando la cocción quedaba espesa se dejaba enfriar “al sereno” toda la noche.

Manzanate o *compota*: en una cazuela se ponían a cocer con un poco de agua manzanas peladas y troceadas, unas ciruelas pasas, unos orejones, canela en rama y azúcar. Cuando estas manzanas ya estaban cocidas se servían bien frías o calientes. Postre típico de Nochebuena, aunque también se preparaba para los días de Navidad, Nochevieja y Año Nuevo.

Membrillo: primeramente se pelaban y picaban los membrillos, teniendo en cuenta que las membrillas eran más sosas y a la hora de hacer el dulce era mejor emplear los membrillos. Una vez cocidos se pasaban por el pasapuré. De nuevo se volvía a hervir añadiéndole un kilo de azúcar por kilo de membrillo ya pasado. Todo ello se cocía lentamente y sin dejar de removerlo durante aproximadamente una hora. Una vez conseguida la textura idónea se vertía en moldes, dejándolo enfriar en la fresquera o bodega. Al membrillo una vez cocido y terminado también se le denominaba dulce de membrillo.

Mermelada: se hacía con ciruelas, higos o moras. Se necesitaba un kilo de cualquiera de las tres frutas y con tres cuartos de azúcar. Todo ello se removía en una cazuela a fuego lento hasta que se hacía la mermelada, también denominada dulce de ciruela, dulce de higos y dulce de moras respectivamente.

Miel: los panales de las abejas se ponían a templar sobre un balde de zinc colocado sobre el hogar. Una vez templados se introducían en una manga de tela y se colgaban del techo. Para obtener la miel se hacía escurrir el contenido de la manga pasándole dos palos cruzados.

Natillas: se elaboraban con leche, yema de huevo y azúcar. En una cazuela se ponían a fuego lento hasta que tomaban cuerpo.

Rosquillas: se empleaban tres cuartos de azúcar, un kilo de harina, tres huevos, una taza de aceite, una de anís, levadura casera y limón rallado. Todo ello se batía y se añadía la harina hasta conseguir la masa que tapada con un trapo se dejaba reposar hasta cuando “subía”. Luego se hacían las rosquillas y se freían en abundante aceite y además bien caliente. Para servir las se presentaban espolvoreadas con azúcar.



Fig. 7. Catando una colmena en el término de "La choza del fraile", año 1984.

Torrijas o *torrejas*: en una cazuela se ponía a hervir leche, cuando esta estaba templada se remojaba pan cortado en rebanadas, a continuación de untaban en huevo batido. En una sartén con aceite se freían. Se servían templadas o frías espolvoreadas con azúcar. Las torrijas o torrejas se elaboraban para el día de Carnaval y el pan empleado era las otanas cortadas en rebanadas.

Estos son algunos de los postres que se han elaborado tradicionalmente aunque también en algunas ocasiones preparaban flanes, manzanas cocidas con azúcar, peras cocidas con azúcar, bizcocho, manzanas asadas, peras asadas, leche frita y macedonia o también denominada ensalada de frutas.

6. PREPARACIÓN DE COMIDAS EN FUNCIÓN DE FESTIVIDADES Y RITUALES

A lo largo del año tienen lugar diferentes acontecimientos que hacen variar no solo los usos y costumbres diarias sino también los hábitos alimenticios

rutinarios. Estos días son los correspondientes a la vigilia pascual, a las diferentes festividades que tenían lugar en las localidades, el día del Corpus Christi, la Ascensión, etc. Algunas de estas fiestas se celebraban “por todo lo alto” sin hacer ningún tipo de escatimación en cuanto a la composición, preparación y número de platos a servir se refiere.

Se puede hacer la siguiente diferenciación en cuanto a la composición de las comidas:

- Los *domingos*: se elaboraban tres platos, el primero la sopa del cocido de garbanzos. Un segundo que consistía en el propio cocido de garbanzos con un trozo de chorizo y tocino. El tercero de carne del cocido de garbanzos con tomate. No todos los domingos se comía lo mismo pero estos platos eran muy frecuentes y se podían combinar con los que se reseñan para las fiestas especiales.
- Las *fiestas especiales* como las *fiestas patronales*, la *Ascensión*, *Corpus Christi*, día de la *Inmaculada Concepción*, etc., se elaboraban dos platos, el primero un cocido de garbanzos con un trozo de chorizo y tocino, una paella o arroz con carne de oveja. El segundo: carne del cocido de garbanzos con tomate, cordero o pollo, incluso alguna vez besugo blanco. En algunas ocasiones se tomaban el caldo de los garbanzos como sopa con lo que se servían tres platos, siendo esta el plato central. En estos días tan señalados hacía su presencia en la mesa el postre y el café con unos licores. Los postres eran escasos y se servía: fruta del tiempo, tarta de manzana, bizcocho relleno, arroz con leche, nueces, avellanas, castañas asadas, o castañas cocidas con un troncho de berza.
- Los *bautizos y comuniones*: para celebrar el bautismo de un recién nacido en la casa familiar se preparaba una comida similar a cualquier día festivo del año, acompañada con algún postre, café y licores. Para esta ocasión y como segundo plato se mataba algún pollo o conejo.
- Las *bodas*: el banquete de las bodas se asemejaba al de los bautizos con la excepción de la elaboración de un aperitivo consistente en galletas y moscatel antes de la comida.
- *Comidas de funeral* o también llamadas *Banquetes de funerales*: se mataba una oveja o una cabra, se guisaban y se cocinaban los caldos. Otras veces, preparaban con la oveja un cocido de garbanzos para obtener sopa y carne cocida, haciéndose después, un guiso con la misma carne. Se servía con pan y vino pero sin café¹⁸.

18. MARTÍNEZ DE SALINAS OCIO, Felicitas; OCIO VALLEJO, Montserrat. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías para el recuerdo*. Zambrana: Ayuntamiento, 2005; p. 202.

- La noche de *Nochebuena*: el menú se componía de berza con huesos, cordero guisado, manzanas cocidas y turrón. Por ser una noche muy especial se preparaba de segundo plato besugo.
- Otros días especiales eran los días de *Navidad*, *Nochevieja*, *Año Nuevo* y *Reyes*.
- El 3 de febrero, *San Blas*: para este día se hacían rosquillas que se llevaban a bendecir a la iglesia.
- *Santa Águeda*, el 5 de febrero, día en que los mozos hacían verdaderas merendolas acompañadas de cánticos y bailables.
- *Carnaval*, día de las mozas: no faltaba la merienda con chocolate y otras exquisiteces. El resto de los vecinos celebraban este día comiendo torrijas o torrijas.
- *Jueves de Lardero*: día de los niños que, de casa en casa, recorrían los pueblos pidiendo y entonando cancioncillas como la conocida:

Jueves de Lardero
Viernes de la Cruz,
Sábado de Pascua
resucitó Jesús.
Ángeles somos del cielo venimos,
pidiendo choricitos y huevos
para Jesucristo que viene de camino,
lavándose la cara con agua rosada.
Las puertas son de alambre
que nos morimos de hambre.
La dueña de esta casa
si es buena mujer
si nos da buenas tajadas las hemos de comer.
[Recogida en Montoria por Agustina Roa]

Al terminar gritaban los chiquillos: “¡Señora [Nicolasa], Señora [Nicolasa], Señora [Nicolasa], hasta otro año no volvemos más!”

Esta versión se ha recogido del pueblo de Montoria y una de sus informantes nos dice que los niños y niñas salían a pedir la víspera de Jueves de Lardero por la tarde porque era costumbre que las mujeres del pueblo repartieran entre otros alimentos alubias que al día siguiente eran cocinadas por la mujer del maestro del pueblo para comer, bien en la escuela o bien en la casa del maestro.

De esta cancioncilla hay otra versión recogida en Zumento que se cantaba el mismo día de Jueves de Lardero y con lo que las mujeres les daban hacían una merendola:

Jueves de Lardero
Viernes de la Cruz,
Sábado de Pascua
resucitó Jesús.
Ángeles somos del cielo venimos,
si la dueña de esta casa es buena mujer
nos de garbanzos para el puchero, chorizo,
también morcilla y algún dinero.
[Recogida en Zumento por Consuelo Vallejo]

Entre los adultos el Jueves de Lardero se celebraba comiendo un buen plato de hormigos.

- *San José*, el 19 de marzo, día del padre que se celebraba con una buena comida como si fuera un día festivo.
- El *Ayuno* y la *Vigilia Pascual*: se ayunaba en el tiempo de Cuaresma, empezando desde el Miércoles de Ceniza, todos los viernes de la Cuaresma y Viernes Santo. Durante estos días se hacían todas las comidas excepto el almuerzo y la cena que únicamente tomaban una onza de chocolate. Algunas personas desayunaban unas sopas de ajo y cenaban sopas de ajo con pimiento; otras sin embargo realizaban un ayuno muy estricto y solamente tomaban pan y agua. Las mujeres de las casas elaboraban platos especiales para servirlos a la hora de comer como bacalao con tomate, bacalao seco, huevos, algún pescado en salsa verde, pimientos, o tortillas. La presencia de la carne estaba prohibida en la elaboración de los platos.

La costumbre de realizar la Vigilia Pascual era tan arraigada que incluso algunos vecinos la mantenían durante todos los viernes del año. Actualmente y entre algunos de nuestros mayores se mantiene esta vigilia.

- *San Prudencio*, el 28 de abril, en las comidas y meriendas donde no faltaban la cazuela de caracoles o caracoladas.
- El día de *San Juan*, el 24 de junio, para desayunar era típico poner chocolate con leche hecho.
- El día de *San Pedro*, 29 de junio, concretamente algunos vecinos de Berganzo por la mañana se acercaban a Haro para acudir a las vaquillas y tomar unos "tragos" por las tabernas de la villa. Unos se quedaban a comer para ir por la tarde a los toros. Otros regresaban al pueblo donde lo festejaban con una comida familiar. Esta comida tenía lugar en la era de la casa donde se colocaba una mesa preparada con unos caballetes y tableros de fabricación casera y cubierta con toldos para guarecerse del sol o en su defecto de la lluvia.
- Otro día festivo muy señalado era el día de *Santiago*, el 25 de julio.



Fig. 8. Comida popular en la era, 29 de junio de 1970 (celebración de San Pedro en Berganzo).

7. ELABORACIÓN DE PRODUCTOS TÍPICOS

7.1. El pan y sus derivados

Bollos de pan: se elaboraban igual que las otanas de pan, pero más pequeños, en algunas ocasiones antes de meterlos al horno les introducían un trozo de chorizo, denominándose *bollos preñados* o *pan preñado*.

Pan: la forma más generalizada que tomaba el pan era la *otana*, de forma redondeada y con un peso de dos kilos aunque también se elaboraban más pequeñas, sobre un kilo o kilo y medio. Antaño en casi todas las casas había un horno en la recocina, en la parte exterior de la casa resguardado con un tejadillo o situado en un edificio aparte de las mismas, denominado “casa del horno”. Este horno estaba fabricado de ladrillo refractario, macizo, dispuesto tanto en las paredes como en el techo, la boca era de piedra de sillería. Los hornos situados en las cocinas o recocinas aprovechaban la chimenea para la salida de humos. Por lo general eran de media naranja, y por término medio se hacía una hornada de pan para quince días.

Una vez al mes se trasportaba al molino, en un carro con la yegua o el burro, el trigo necesario para molerlo y obtener una carga de media fanega de harina. En la casa la harina se pasaba por varios cedazos sobre la artesa en que se iba a hacer la masa y la que sobraba se empleaba en el engorde del ganado. Se calentaba agua con un tazón de sal en una caldera de cobre o hierro colgada del llar. Una vez caliente se echaba a la artesa en la que

previamente se había hecho un agujero en medio de la harina. En un cazo aparte con un poco del agua templada sobrante se deshacía la levadura restante de la hornada que había sido guardada en un tazón cubierta con una hoja de berza o con un trapo mojado. Al principio la levadura¹⁹ no era más que un trozo de la masa pero bien conservada de la última hornada, más tarde se compraría para asegurar su conservación. Levadura y harina se mezclaban en la artesa y se sobaban hasta que se conseguía la masa que se tapaba con una manta para hacerla “subir”. En invierno y con el frío se colocaba la artesa sobre un brasero para evitar su pérdida. Una vez levantada la masa se troceaba y se le daba diferentes formas: de *otana* o de *torta*. Una vez dada la forma se volvían a tapar con la manta. Anteriormente el horno había sido calentado con bardas de encina, astillas o leña de roble entre 200 y 250°C. Era muy importante coger el “temple” para evitar que se quemase la corteza o se quedase sin cocer por dentro. Una vez consumidas las bardas y astillas se barrían las cenizas y tizones del fondo del horno, primero con un rastrillo y después con un palo o lata en cuya punta tenía atado un trapo. De inmediato se introducía la masa bien con una pala de madera o de chapa de hierro muy fina o bien con una parrilla denominada “rejón”, tapándose la boca del horno para evitar la pérdida de calor. Se cocían tanto el pan como las tortas empleándose de una hora a hora y media para el primero y quince minutos para las segundas. Una vez cocidos se sacaban con la pala de hierro o rejón e inmediatamente se golpeaba el “culo” de la *otana* con el puño, si al golpearlo reproducía el sonido “pan pan” significaba que estaba bien cocida. Los panes se guardaban en un lugar fresco dentro de la artesa o en un arca que solía estar colocada en el pasillo existente entre el portal y la cocina de las viviendas.

Las mujeres eran, por lo general, las encargadas de hacer el pan porque tenían “buen ojo” para saber si el horno estaba a punto “blanquecino”. Una *otana* pesaba de dos a tres kilos, en el centro llevaba una muesca que en cada casa tenía una forma diferente, lo que le confería la marca propia de cada hogar. Al partir una *otana* se le daba cuatro cortes llamados *corruscos* o *mendrugos*²⁰. El pan no se podía colocar sobre la mesa boca abajo, en el caso de haberlo colocado en esta posición había que darle un beso y ponerlo boca arriba.

En la época de la posguerra el pan se hacía con harina de cebada. Hacia 1941 con la escasez de cereales se mezclará con patata. Otra mezcla era harina de cebada revuelta con trigo en porcentajes de 8 y 92% respectivamente o de 10 y 90% según “orden imperativa del gobierno”. La harina de centeno apenas se empleaba para elaborar pan. Se contaba que el molinero era el más ladrón de todos los ladrones y que cuando se levantaba a hacer el pan recitaba lo siguiente:

19. La levadura se obtenía a partir de un trozo de masa de la última hornada realizada y conservada en un tarro herméticamente cerrado, durante quince días, que era cuando se hacía la siguiente hornada de pan. Para su uso se deshacía con agua templada mezclándola con la nueva masa.

20. *Corrusco*, *currusco* o *mendruco* = cada uno de los cuatro cortes que se le hacían a una *otana*.

Buenos días señor saco un celemínico te saco
si te he molido tras de pico otro celemínico,
si te he molido con candil otro celemín...
si no fuéramos mortales hasta la cuerda de los costales.

A lo largo del curso que describen las aguas del río Inglares se han localizado los siguientes molinos harineros para la fabricación de pan y obtención de pienso:

- Berganzo: tres molinos totalmente desaparecidos. Uno de ellos en el centro del pueblo, junto al lavadero, otro en el término “Debajo del camino de la ermita” actualmente convertido en una pequeña vivienda, y un tercero aguas arriba.
- Loza: un molino para moler grano para pienso.
- Ocio: dos, uno denominado de “Birrón” o “Culón” localizado a un kilómetro de la localidad en dirección a Zambrana, actualmente en ruinas; otro en el mismo pueblo.



Fig. 9. Molino de Ocio (exterior), año 1994.

- Payueta: un molino en el término de “Reta” para la obtención de pienso para el ganado. Se trataba de una comunidad formada por los vecinos de Payueta y algunos de Peñacerrada. Este molino pasó de ser manual a eléctrico pero debido al alto consumo de energía eléctrica que suponía su funcionamiento se le acopló un tractor para hacerlo funcionar, sin embargo también ha desaparecido.

- Peñacerrada: hasta el año 1948 existió una fábrica de harina junto al molino de Peñacerrada, el cual actualmente sigue funcionando y que se denominaba “molino maquilero”, entendiéndose por maquila el trigo que cada familia tenía para su sustento durante un año. Además de este molino, se constatan otros dos más, uno de ellos formado por socios de Loza, Payueta, Baroja y la propia Peñacerrada.
- Santa Cruz de Fierro: actualmente se conserva un molino harinero con todo su engranaje, localizado en la parte Sur del pueblo.



Fig. 10. Molino de Santa Cruz de Fierro (interior), año 1994.

- Zambrana: el molino de “Zatón” junto a la “Venta” en el término denominado “Camino de la Venta” o “Camino Viejo”. Se empleaba para la obtención de pienso para el ganado y muy pocas veces para moler trigo.

Pan preñado: su elaboración era la misma que el pan normal pero antes de meterlo al horno se insertaba en la masa un trozo o casco de chorizo²¹. De similar preparación era el *rosco con chorizo* que se elaboraba y consumía durante la Pascua.

Tortas ovaladas: eran tortas de pan que se llevaban como ofrenda a la iglesia.

Talo: torta elaborada con harina de maíz y patata, de color amarillento que acompañaba a la leche del desayuno en la época de la posguerra.

Tortas: como se ha indicado anteriormente su elaboración era similar a la del pan y al ser más finas solo necesitaban quince minutos de cocción. Se hacían con motivo de la celebración de las fiestas patronales, bautizos, funerales, Semana Santa, la siega, la trilla, aprovechándose a elaborarlas cuando se fabricaban las otanas. También se llevaban a la iglesia para las ánimas y una vez bendecidas en el ofertorio se devolvían a la casa que las había elaborado para su consumo.

Tortas de chinchortas: eran tortas de pan sobre las cuales echaban las chinchortas, es decir, la manteca del cerdo. Estas se introducían en el horno durante unos minutos y se servían con azúcar.

7.2. Productos derivados del cerdo

La matanza del cerdo era todo un ritual que se llevaba a cabo entre los meses de diciembre y febrero, los más fríos del año para poder conservar mejor toda su carne. El cerdo ha sido uno de los animales del cual mejor se han aprovechado todas sus partes y órganos para su posterior consumo. Cuatro personas eran las encargadas de sostener al cocho de las manos y patas sobre un banco de madera destinado a tal fin. Un matarife con un cuchillo le pinchaba en el cuello y con un gancho le rasgaba de adelante hacia atrás, por la parte de abajo del mismo. Una vez sacrificado le churrumaban o churruscaban los pelos de la piel echándole helechos secos o con paja de caparrón y prendiéndoles fuego encima. Se limpiaba con agua y con un cuchillo se le raspaba la piel. Seguidamente se le colgaba de una escalera para abrirlo e ir sacándole las tripas y la asadura. La sangre derramada se recogía en un recipiente para hacer las morcillas. El animal se dejaba colgado en dicha escalera durante toda la noche, “al sereno”, para al día siguiente descuartizarlo y obtener los siguientes productos:

21. Casco de chorizo = trozo de chorizo = cacho chorizo.



Fig. 11. Matanza del cerdo, febrero de 2003.

Chorizos: hechos con la carne de los perniles y magros, además de grasa. Todo ello se picaba y se adobaba con una salsa hecha a base de agua, sal, ajos y pimentón. Esta carne adobada se introducía en el intestino delgado, que previamente se había limpiado, para hacer los chorizos. Se conservaban secos, en manteca o en aceite.

Chorizos de sábado: se elaboraban igualmente que los chorizos normales pero la carne se sustituía por el hígado de cerdo, la cantidad de magro a introducir era menor y con el mismo apaño.

Jamones: para hacer jamones se empleaban los cuartos traseros del cerdo. Durante veinte días cada cuarto trasero se metía en un cajón cubierto con sal. Seguidamente se sacaba e introducido en un saco espeso de hierba se sumergía durante tres días en agua, bien en los pozos de las huertas, bien en acequias de las fuentes, o bien en las orillas del río Inglares. Siempre en sitios protegidos y escondidos. Pasado dicho tiempo se untaba con pimentón molido y se colgaba en las bodegas o lugares bien aireados para su secado.

Lomos: se cortaban a modo de filetes y una vez fritos en aceite se guardaban en una tinaja de barro cubiertos en aceite para su conserva.

Morcillas: en una cazuela grande se ponían a cocer unos diez kilos de arroz con sal. Una vez cocido se le añadía la sangre y especias (pimienta negra,

clavo, canela, nuez moscada) y perejil. Todo ello se revolvía hasta que tomaba el apaño. Se hacían las morcillas rellenando con este revuelto el intestino grueso del cerdo, previamente limpio. Hechas las morcillas se cocían en una caldera para posteriormente enfriarlas y colgarlas de las latas para su secado en las cocinas bajas.

Morcillón: era la morcilla que se hacía empleando como parte a rellenar el estómago del cerdo.

Tocino: era el producto cárnico que comprendía la piel y las capas que se encontraban bajo la piel del cerdo. Se conservaba en una artesa con sal.

Tortas de manteca: eran tortas echas con manteca de cerdo a las que se añadía azúcar por encima.

Además de todo lo señalado se aprovechaban las siguientes partes: la cabeza se preparaba bien cocida, asada o guisada. El corazón, los riñones, el hígado y la asadurilla se servían fritos en la mesa. Las patas y orejas se guisaban con carne o se cocían con las alubias. La careta, las chuletas, los lomos y las costillas se asaban en las cocinas y fogones bajos. Los huesos y costillas se metían unos días en sal muera, después se untaban con pimentón y se dejaban secar, colgados de las latas, para su posterior consumo.

La casa que hacía la matanza entregaba a modo de obsequio a algunos vecinos, al cura, al maestro o al médico lo que se denominaba “la ración” que consistía en una morcilla, una chuleta, un poco de tocino, algo de hígado y un hueso.

El cerdo no era el único animal criado en las cuadras que se empleaba para obtener diferentes alimentos. Ovejas y cabras se mataban no solo por su carne sino también para hacer morcillas con su sangre, grasa y tripas, elaboradas de la misma forma que las morcillas obtenidas del cerdo.

Las gallinas se destinaban a la producción de huevos y finalmente para consumo de su carne. Se consumía la carne de los cabritos, conejos, pollos, gallos, terneras, vacas y corderos.

7.3. Productos derivados de la leche

La leche era un alimento que se obtenía de las vacas, ovejas y cabras que se criaban en las cuadras de los pueblos, incluso se tomaba leche de burra cuando se contraía la tuberculosis. De la leche producida por vacas, ovejas y cabras se elaboraban entre otros los siguientes productos:

Cuajo: los corderos de menos de un año y antes de que comenzasen a comer hierba se mataban y se les extraía el cuajo, es decir, el estómago. Éste se colgaba en el techo de la cocina dejándose secar. Según era necesario, se partía en trozos y metiéndolo en agua templada se derretía para hacer requesón, cuajadas y quesos.

Cuajada: se echaba leche en una cazuela, se ponía a calentar. Cuando cogía cierta temperatura se retiraba del fuego y se le añadía el cuajo, previamente disuelto en agua templada. Se removía durante unos segundos y se dejaba enfriar. Para un litro de leche fresca se echaba una cucharadita de cuajo.

Leche agria o *calostro*: es la leche que daba una vaca cuando paría. Se tomaba con azúcar. Esta leche también se denominaba *leche avinagrada*, *leche pasada* o *leche perdida*.

Mantequilla: se obtenía con la nata de la leche, bien escurrida, que en un recipiente se batía con una cuchara de palo hasta obtener mantequilla.

Queso fresco: una vez ordeñado el animal a la leche obtenida se le añadía el cuajo revolviéndolo a conciencia para taparlo con un trapo durante unas cuatro horas en un lugar templado. Una vez cuajado se vertía en unas ancellas²² y apretándole con las manos se obtenía el suero. Lo que quedaba en la cesta era el queso fresco. Para obtener el queso curado se dejaba secar al sol durante un día en la ancilla.

Queso seco o *curado*: era el queso fresco que se dejaba secar al sol durante un día o más en dicha ancilla. Para la elaboración de quesos se empleaban, generalmente, leche de oveja y sobre todo de cabra.

Requesón: se elaboraba de la misma forma que el queso pero con menos cuajo. Derivaba del suero obtenido al coagular la leche para la obtención de quesos, dando como resultado una masa blanca y mantecosa con una consistencia blanda.

Otros derivados de la leche como los yogures, helados y postres helados aparecieron, a partir de los años setenta del pasado siglo, como consecuencia de la proliferación de frigoríficos en los hogares para poder elaborarlos y controlar su conservación.

8. CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

Procesos de conservación de los alimentos más empleados:

- *Adobado*: gran parte de la carne del cerdo se conservaba en adobo, es decir, con una mezcla hecha con agua más sal y pimiento molido. Esta mezcla se extendía por la carne y se colgaba en latas²³ en las estancias con cocinas bajas de las viviendas. Además de los jamones para su

22. Ancilla: cesta pequeña y redonda, de mimbre, fabricada artesanalmente por las gitanas que vagaban por estas localidades.

23. Se conocían con el nombre de latas a unas varas gruesas de avellano que se colgaban, horizontalmente a las vigas, de los techos de las cocinas bajas, para suspender de ellas los diferentes alimentos que precisaban del secado para su conservación.

secado, una de las partes del cerdo más propicias para adobar eran las costillas.

- *Conservación con aceite*: los lomos del cerdo una vez fritos se metían en aceite y también los chorizos.
- *Conservación con azúcar*: la mermelada hecha a partir de cerezas, ciruelas, moras (*Rubus glaucus*) y churris (*Juniperus oxycedrus*)²⁴. Para elaborar estas mermeladas empleaban un kilo de una de las frutas mencionadas y medio de azúcar todo ello se ponía en una cazuela a fuego lento y se iba revolviendo hasta que cogía cuerpo y hervía bien. Después se guardaba en frascos. Otro alimento que empleaba este proceso de conservación era el membrillo.
- *Conservación con manteca*: en tinajas llenas de manteca se introducían los chorizos y la costilla de cerdo previamente frita en aceite para conservarlos durante el año.
- *Conservación en frío*: para este tipo de proceso se empleaban las fresqueras y las bodegas. Las fresqueras eran aquellos lugares de la casa orientados al Norte, por lo tanto, más fríos, en los que colocaban los alimentos para su mejor conservación.
- *Conservación en vinagre*: los pimientos y las guindillas se conservaban en vinagre mezclando mitad de esta con la misma parte de agua, añadiéndole unos garbanzos. Pasados unos tres meses se podían consumir.
- *Desecación*: se trata de un proceso de desecación y maduración de productos con un contenido hídrico bajo, realizado al sol o a la sombra, bien en la cuadra o bien en un balcón con orientación sur. Sobre todo en las frutas obteniendo orejones de melocotón con la desecación de la piel de los mismos, pasas de ciruela, higos secos y pasas de uva. Con este tipo de conservación estas frutas alargaban su consumo desde su recolección en septiembre hasta bien entrado el mes de marzo.

Otros alimentos sometidos a este proceso eran los siguientes: verduras como tomates, ajos y cebollas. Los pimientos se secaban al sol colgándolos en rastras o ristras para que su consumo llegase a Navidades. Algunos de los productos obtenidos de la matanza como morcillas, chorizos, tocino y costillas que se colgaban en latas en las cocinas viejas para su secado. Las pasas de ciruela se colocaban de una en una, entre papeles de periódico, y atadas a modo de una rastra se colgaban en latas del techo, y por último las habas.

24. Churri: es una fruta muy similar a la ciruela negra pero de menor tamaño. Debido a su sabor amargo hay que cogerlos maduros.

- *Embotado o envasado*: el tomate es uno de los productos de las huertas que se conservaba a lo largo del año mediante este proceso. Los tomates se lavaban, se picaban y se cocían. Una vez cocidos se pasaban por el pasapuré y se embotellaban. Antes de encorchar las botellas se les añadía un chorro de aceite para que no llegara a “carecerse”²⁵ el tomate que flotaba en la superficie, impidiendo el paso del aire. Los corchos se hervían antes de ser colocados en los cuellos de las botellas y para que no salieran despedidos se ataban con una cuerda a la botella. Las botellas se metían en un puchero a hervir durante media hora al “baño María”. Desde los años sesenta hasta los ochenta se adquirían en las farmacias unos polvos blancos conservantes para el tomate, sin embargo se dejaron de utilizar volviendo a la cocción al “baño María”.

Este mismo proceso se aplicaba a la hora de conservar los pimientos pero con menos duración en los tiempos de cocción.

- *Salazón*: la sal era uno de los principales conservantes de alimentos, sobre todo, destinado al tocino que se introducía en cajones llenos de sal.

Entre los condimentos más empleados destacaban los siguientes: sal, tocino, manteca de cerdo, sebo, ajo, pimienta, laurel, perejil y en menor medida por su escasez y carestía el aceite. El aceite junto con la sal y la pimienta eran los únicos condimentos que se compraban. El resto bien se cultivaban o se obtenían a partir de los animales de las pequeñas explotaciones ganaderas.

- *Aceite*: cuando escaseaba, sobre todo durante la posguerra, era sustituido por el sebo, manteca o grasa. La ración era de un litro por familia al mes.
- *Manteca del cerdo*: como sustituto principal del aceite durante la época del racionamiento.
- *Sebo del cerdo*: servía para apañar las patatas. Cuando se empleaba había que comer rápidamente las patatas porque de lo contrario se quedaban pegadas en la boca. El sebo de las vacas, ovejas y corderos se empleaba para la elaboración de jabones.

9. BEBIDAS Y TABACO

Entre las bebidas que se han producido y consumido en las localidades que se asientan a lo largo del valle del Inglares, se pueden destacar las siguientes:

Achicoria (Cichorium intybus): se empleaba como sustituto del café. También se compraba elaborada.

Café (Coffea arabica): no era muy abundante y se adquiría ya elaborado. Se tomaba en ocasiones excepcionales.

25. Carecerse = encanecerse.

Manzanilla (Matricaria chamomilla): planta que crecía en los montes y cuya flor se hervía en agua para obtener la infusión con propiedades para el alivio de malestares estomacales.

Pacharán: este licor se empezó a elaborar a partir de mediados de los años 40 del pasado siglo. Para su elaboración se empleaba anís, unos granos de café, canela en rama y endrinas (*Prunus spinosa*). Todo ello se dejaba reposar más de seis meses incluso un año porque así el anís tomaba más el sabor de las endrinas.

El pacharán podía ser de endrinas, guindas o unos manzanos silvestres denominados “manzanos maguillos”, todos ellos ni verdes ni maduros, sino en su punto.

Té de roca (Jasonia glutinosa): planta localizada en las rocas de difícil acceso. Se preparaba a modo de infusión mediante el proceso de hervido de sus hojas. Recomendado para tomar después de una abundante comida por sus propiedades de facilitar la digestión.

Vino: el cultivo de la vid en las cuencas baja y media del río Inglares se ha visto favorecida desde tiempos inmemorables por las condiciones climáticas que se desarrollan en esta zona. En el siglo IX se documenta la existencia de viñas en el occidente de Álava²⁶, y para el siglo XI concretamente en Zambrana²⁷. El hecho de que solo aparezca, tan tempranamente, documentada únicamente esta villa, no quiere decir que en Berganzo, Ocio y Portilla se desconociera este cultivo, así como la obtención de vino, aunque este era de mediana a baja calidad²⁸. El proceso de elaboración del vino era el siguiente: una vez vendimiada la uva se trasladaba a un lago o lagar donde se depositaba durante dos o tres días para su reposo. Seguidamente se pisaba y se dejaba fermentar quince días. En el lagar se colocaba una canilla sacándose el vino hasta cuando daba “lo voluntario”. Cuando ya no salía más líquido se daba vuelta al irujo o uva pisada y sobre él se colocaban unas tablas y piedras para que por medio de la presión que estas ejercían sobre la uva pisada se fuera escurriendo hasta que no volvía a dar más. Una vez concluida esta tarea el irujo era transportado a una prensa para prensarlo hasta agotar la uva. La uva pisada se vendía en Salinillas de Buradón o en Haro para su atrujamiento, y el vino obtenido era colocado en cubas y tinas almacenándose en las mismas hasta Navidad para conseguir su aclarado. El primer vino que se obtenía se denominaba “La Lágrima”, cuando el resto del vino empezaba a coger color, sin ser ni claro ni tinto se le conocía como “Ojo Gallo”. De este proceso se obtenían los siguientes vinos²⁹:

26. RUIZ DE LOIZAGA, Saturnino. *La viña en el Occidente de Alava en la Alta Edad Media (850-1150)*. Cuenca Omecillo-Ebro. Burgos, 1988; p. 79.

27. UBIETO ARTETA, Antonio. *Cartulario de San Millán de la Cogolla (759-1076)*, doc. 320. Valencia, 1981; p. 292, quien para el año 1058 recoge: “... in villa que dicitur Cembrana, iuxta Sancti Vicenti, cum exitis sive introitis, molendinis, pratis, pascuís, montibus, vallibus, terris vineis...”.

28. MARTÍNEZ DE SALINAS OCIO, Felicitas y OCIO VALLEJO, Montserrat. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías para el recuerdo*. Op. cit., p. 229.

29. MARTÍNEZ DE SALINAS OCIO, Felicitas y OCIO VALLEJO, Montserrat. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías para el recuerdo*. Op. cit., p. 240.

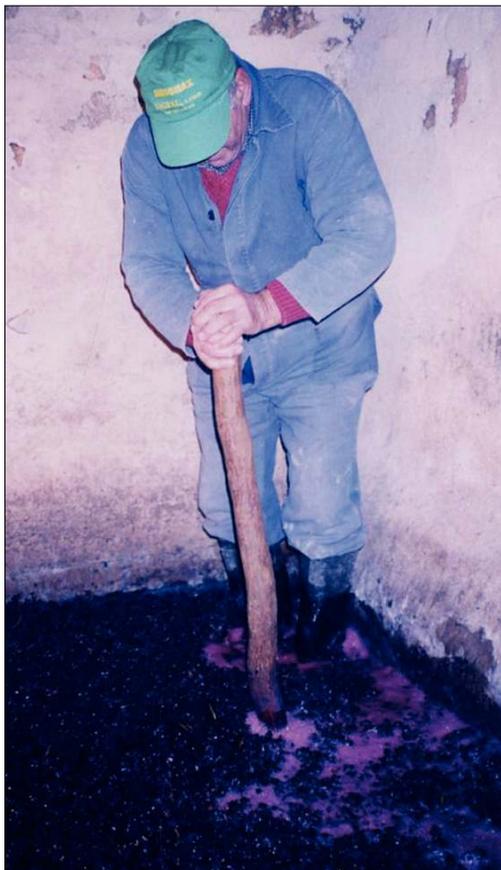


Fig. 12. Pisando uva, octubre de 1999.

- “El arrope”, un mosto que se cocía en una caldera de cobre, durante un día, atizando la lumbre, de forma continuada, para que no dejara de hervir. Se embotellaba y se tomaba para desayunar y untar en el pan. Algunos echaban nueces y almendras en el proceso de elaboración del arrope.
- Un vinillo dulce denominado “Funchín”.
- El vino clarete: vino que fermentaba con el hollejo durante un tiempo no superior a 48 horas.
- El vino tinto: era una especie de “Chacolí” muy flojo que gustaba mucho, con poca graduación, entre nueve y once grados.
- Con los restos que quedaban en el lagar se hacía orujo o alcohol.
- Mediante la fermentación ácida del vino se obtenía vinagre.

Los procesos de fermentación, clarificación, maduración y envejecimiento del vino se realizaban en las bodegas por lo que tenían que reunir unas condiciones óptimas de luz, temperatura y aireación. La bodega tenía una doble función: como lugar de obtención del vino y como fresquera para mantener frescos los alimentos.

La producción de todos esos vinos era siempre para el autoconsumo y solamente en cosechas con excedentes se comercializaba pero en cantidades pequeñas³⁰. En la actualidad su producción es mínima, únicamente una familia de Berganzo continúa produciendo ese vino tinto denominado “Chacolí” del cultivo de una viña que posee en el término de “El Robrón”. A partir de los años setenta del pasado siglo empezaron a desaparecer las bodegas convirtiéndose en “txokos” u otro tipo de estancias y únicamente se conservan dos bodegas en Berganzo, otra en Zambrana, varias abandonadas en el término de “El Tobal” en Ocio y una prensa de uva en Portilla.



Fig. 13. Prensa de Berganzo, año 1994.

30. A.H.B., Libro de Actas (1899-1913), sig. 1.2.3, caja 07, f. 50, “El Sr. Presidente, manifestó que habiendo solicitado verbalmente D. Cirilo Ocio se le afore el vino de su cosecha de este año por querer dedicarse á la venta al por menor, habiéndose verificado por el Ayuntamiento, el aforo de la cuba, que ha manifestado quiere dedicarla á la venta, la cual es de calidad de doce cántaras poco más ó menos, habiéndosele aforado siete cubas en el mismo local en ciento catorce cántaras de calidad en citadas siete cubas, según declaración del citado D. Cirilo de mencionadas cubas referidas”. Fecha 1900.

Una costumbre muy arraigada en el valle medio y bajo del Inglares es lo que se conoce como “echar un trago” bien del porrón, bien de la bota o bien de la misma botella de vino. Como la misma palabra indica consistía en beber de ese vino elaborado en esta zona. Cualquier momento del día era propicio para realizar tal menester.

Zurracapote: bebida de gran consumo durante la Semana Santa y las fiestas patronales de los diferentes pueblos. Su elaboración consistía en echar a una cántara de vino³¹ unas rodajas de limón, canela en palo y un kilo de azúcar, dejándose reposar durante tres días antes de consumirlo. Las cantidades de limón, azúcar y canela se tomaban a gusto de la persona que lo elaboraba.

La mayor parte de los licores se compraban en las tabernas de los pueblos³² y entre los más consumidos destacaban: anís, aguardiente, ron, orujo, coñac de las marcas “Terry”, “Soberano” y “Veterano”. Otras bebidas: cerveza, gaseosa, vino y agua de las fuentes y manantiales.

El tabaco se cultivaba bien en las orillas de las fincas o bien en determinadas zonas de las mismas, escondido porque de ser visto era requisado, y siempre para consumo propio. Durante la época del racionamiento y por la escasez de este producto se fumaba las hojas de patatas secas o también se hacía tabaco con unas plantas denominadas virgazas (*Clematis vitalba*). No estaba bien visto ver fumar a menores de 18 años, por lo tanto cuando un joven regresaba de la mili ya era lo suficientemente mayor para poder fumar delante de las personas adultas. También se adquiría en las tabernas y tiendas³³ de los pueblos. En Peñacerrada Isaac tenía un estanco junto al antiguo cuartel de la Guardia Civil sito en la plaza principal del pueblo, junto al actual Ayuntamiento.

10. TRANSFORMACIONES EN EL RÉGIMEN ALIMENTICIO DESDE FINALES DEL SIGLO XIX HASTA FINALES DEL XX

Las poblaciones que se asientan a lo largo del Valle del Inglares se han intentado mantener fieles a sus raíces y tradiciones en cuanto a sus hábitos

31. Cántara de vino = 16 litros.

32. A.H.B., Libro de Actas (1899-1913), sig. 1.2.3, caja 07, f. 45, se recoge textualmente: “El Sr. Presidente hizo saber á la reunión que D. Narciso Fernández, rematante del impuesto sobre vinos y abacería, le había pedido verbalmente permiso para poder hacer la venta de vinos y licores en el cuarto del portal, donde se cobra para el Sr. Médico, y el Ayuntamiento acordó por unanimidad cederle referida habitación por los días de las fiestas, para que pueda hacer en referido local la venta, el cual cerrará cuando la autoridad se lo ordene”. Fecha 1900.

33. La venta de enseres que se realizaba en las tabernas y tiendas de los pueblos se sacaban a remate anualmente, es decir, se subastaban por un año. Así en primero de enero de 1942 se saca a remate los enseres de la villa de Berganzo por la cantidad de seis pesetas. Véase A.A.B., Libros de Actas (1925-1969), sig. 1.2.2, caja 01, exp. 7, f. 51v.

alimenticios. Sin embargo no ha sido del todo posible con la evolución que ha experimentado, en general, la sociedad alavesa. Se pueden observar varios puntos de inflexión:

- Desde finales del siglo XIX hasta la terminación de la Guerra Civil española en 1939: las dietas eran muy monótonas a base de alimentos básicos, como la patata y el pan, y con una producción familiar de autoconsumo.
- Desde 1939 hasta principios de los años sesenta: la conclusión de la Guerra Civil (1936-1939) y las repercusiones de la Segunda Guerra Mundial (1939-1945) incidirán en una época de hambruna y escasez de alimentos. No hay avances, toda la economía está estancada y se retorna a una ruralización de la vida y a una vuelta a los usos y costumbres anteriores. Durante la posguerra la escasez de alimentos de primera necesidad fue una de las constantes en toda la sociedad española lo que conllevó al racionamiento de los mismos y como consecuencia emergieron el contrabando, el estraperlo y la especulación. El aceite fue uno de los alimentos adquirido a través del estraperlo, por medio de “Juanillo” el de Pipaón, aunque también se adquirían otros productos como el jabón.
- Los primeros años de la posguerra fueron los peores, no había nada de comer, muchos de los campos estaban arrasados tras la contienda y el hambre hizo su aparición, sobre todo en las ciudades, de una forma devastadora. El campo soportaba a duras penas la escasez y el gobierno para paliarla otorgaba cartillas de racionamiento de dos tipos, una para carne y otra para el resto de alimentos. A su vez estas cartillas eran de primera, segunda y tercera categoría. Con estas cartillas de racionamiento los vecinos asentados en las localidades del curso alto del Inglares acudían a las casas de Cerio e Isaac, en Peñacerrada, para adquirir los artículos. Los vecinos del curso medio y bajo se acercaban a Zambrana. Los informantes recuerdan que, con cada una de dichas cartillas, recibían aproximadamente un litro de aceite por persona y mes, dos kilos de azúcar y uno de arroz por familia. Esta situación duró hasta bien entrada la década de los años cincuenta del pasado siglo³⁴.

34. A.A.B., Libros de Actas (1925-1969), sig. 1.2.2, caja 01, exp. 7, f. 81. La mala situación económica que atraviesa la localidad de Berganzo conduce a que, el tres de abril de 1954, se tomen varias medidas entre ellas se permite la caza de la perdiz, codorniz, tórtola, conejo, liebre y paloma a los vecinos del pueblo durante el periodo libre de su caza. Lo mismo establecen para la caza del jabalí que se podrá realizar el día señalado por los vecinos. Sin embargo, fuera de los días señalados se establece el pago de cantidades de dinero para hacer frente al estado deficitario de sus arcas. Fuera de los días señalados en concejo para practicar la caza de estas especies, sobre todo la del jabalí, habrá que abonar unas cantidades y poseer la tarjeta correspondiente. Concretamente se acuerda que cuando vengan los cazadores se les adjudique el derecho a cazar pagando “... 18.000 pesetas anuales, pagadas a día 1 de agosto de cada año...” y obligándoles a hacer doce batidas durante la campaña. Son los inicios del establecimiento de los primeros cotos de caza que desembocarán en la creación de un coto de régimen controlada de caza en esta zona, constituido en el año 1972.

- A partir de los años 60: se produce un cambio en los procesos de transformación del régimen y hábitos alimenticios, se pasa de la monotonía a la diversidad de los alimentos que se irá acentuando al llegar a los últimos años de la pasada centuria. Se inicia un desarrollo tecnológico y económico en las ciudades por la expansión industrial y del comercio que se estaba desarrollando en el resto de Europa. El campo no da para vivir y ante la posibilidad de buscar una salida a una economía familiar deficitaria se produce el éxodo rural de los hijos, que a partir de los años 60 van a dejar a los pueblos medio vacíos, buscando trabajo en empresas. Pasadas dos décadas estos hijos que habían emigrado van a volver a su pueblo natal adquiriendo viviendas como segunda residencia. Quieren huir de la vida tan marcada por los horarios de las ciudades, buscando un lugar de descanso y como consecuencia habitarán y enriquecerán estos pueblos medio abandonados.

Las transformaciones más importantes en la dieta alimenticia han tenido lugar a partir de los años sesenta del siglo XX, destacándose las siguientes:

- Se pasa de un régimen de producción autárquico a un sistema de economía interdependiente. Un sistema de autoabastecimiento familiar donde las verduras, legumbres, tabaco, frutas y cereales se obtenían del campo; las carnes de las explotaciones ganaderas; y la pesca del río Inglares, como las truchas y ratas de agua, entre otras. Este autoabastecimiento se complementaba con los alimentos producidos en el entorno; con el trueque de diferentes productos alimenticios; y con la llegada de vendedores ambulantes que iban de pueblo en pueblo vendiendo sus productos. Por ejemplo: el pescado que se consumía en Zumento, Faido, Baroja y Peñacerrada era adquirido a tres hermanas de Argote que con un macho y una barca colgada a cada lado iban vendiendo chicharros, anchoas, sardinas, jibias, loinas y barbos.
- La comida cotidiana familiar estaba compuesta de un único plato y servido en un único recipiente, es a partir de ese momento cuando aparecen los tres platos: un primero de legumbres o verduras; un segundo de carne o pescado; y un tercero de postre. Además cada comensal se sentará a la mesa con su plato, su cuchara, su tenedor, su cuchillo y su vaso. Hay que tener en cuenta que el vino se bebía del porrón y el agua del botijo.
- Se abandona la elaboración doméstica de algunos alimentos como el pan, el vino y los productos lácteos.
- Se produce una transición de la monotonía en los hábitos alimenticios a la diversidad. Legumbres, verduras, arroz y ensaladas van a conformar los primeros platos. En cuanto a los segundos serán más abundantes los pescados.
- Modificaciones en la dieta alimenticia cotidiana con la proliferación de productos ya conocidos como el aceite de oliva; mayor variedad en los pescados; desarrollo de nuevos derivados de la leche como batidos y yogures; y un aumento del consumo de verduras en detrimento de las legumbres.

- Las nuevas generaciones han ido tomando conciencia de llevar a cabo una alimentación equilibrada basada en las cualidades nutritivas de los diversos alimentos. Las amas de casa han empezado a tener en cuenta el contenido de calorías, vitaminas y proteínas de los alimentos a la hora de su elaboración. Sin embargo, la incorporación de la mujer al mercado laboral, la pérdida de tiempo en los desplazamientos a los lugares de trabajo y la falta del mismo no solo para la preparación de las comidas sino incluso para su consumo ha creado malos hábitos alimenticios haciendo presencia unos cuadros frecuentes de obesidad. A esto hay que añadir la mecanización de los trabajos y la inactividad muscular unida a la consiguiente acumulación de grasas.
- Se estima, de un modo muy generalizado, que la mayor abundancia y diversidad de los alimentos ha ido en detrimento de su calidad, por ello son frecuentes las manifestaciones de nostalgia por los alimentos obtenidos de modo natural, incluso de su elaboración y cocinado tradicionales.
- La desvinculación de las nuevas generaciones a perpetuar el calendario popular relacionado con la alimentación, por ejemplo con la Nochebuena, Cuaresma, Carnaval, etc. En algunos hogares se mantienen estas tradiciones gracias a las madres de avanzada edad que siguen cocinando como antaño y son las que intentan guardar las prescripciones eclesíásticas relativas a la abstinencia y el ayuno.
- A partir de los años sesenta van a ser pocos los agricultores y ganaderos que se queden en estas localidades trabajando. Sus hijos se marcharán a la ciudad en busca de un mejor empleo y algunos volverán para llevar las haciendas, conjugando el trabajo que ejercen en las empresas con el desarrollado en el campo. El tiempo que emplean para trabajar en las explotaciones familiares es reducido lo que ha motivado una reducción de la extensión cultivada y la búsqueda de cultivos fáciles de explotar.
- Aparición de nuevos equipamientos de los hogares: primeramente la construcción de las centrales eléctricas a finales del siglo XIX, aprovechando los saltos de agua del río Inglares, los hogares van a tener electricidad aunque con escasa potencia y las consiguientes constantes caídas de luz. En segundo lugar, la acometida del agua corriente en estas localidades no se hizo hasta los años sesenta y setenta de la pasada centuria.

Hay una evolución en las cocinas, produciéndose un avance en el uso de la cocina baja, colocando los pucheros y cazuelas sobre trébedes, al empleo de cocinas económicas, de butano, en los años sesenta, no solo para cocinar y tener agua caliente, sino también para poder calentar las estancias de las viviendas con estufas de butano. Cocinas de gas en la década siguiente; y las mixtas, es decir, de gas y eléctricas en los años ochenta.

Hay cambios en cuanto al aprovisionamiento de carnes y su conservación. La carne procedente de la matanza y su conservación en salazón ha dejado paso a su compra directa en la tienda y su mantenimiento, primeramente la incorporación de nuevos y eficientes electrodomésticos como las cámaras frigoríficas en los años sesenta en sustitución de las fresqueras y bodegas. En los años ochenta proliferarán los arcones congeladores para congelar cualquier tipo de verdura una vez limpia y escaldada, destacando los pimientos crudos, pescado, carne, setas, legumbres secas, pan, etc. El congelador se usa no solamente para conservar en frío alimentos crudos, sino además para platos ya cocinados, cuyo consumo puede ser diferido a días sucesivos.

Las cocinas están provistas de nuevos utensilios auxiliares sumamente cómodos como la olla a presión, batidora eléctrica, modernas baterías de cocina, vajillas, cuberterías, etc.

Todas estas transformaciones no solo se han producido en las localidades que se asientan a lo largo del Valle del Inglares sino que son extensibles a toda la geografía alavesa, teniendo en cuenta que cada comarca tiene sus propias peculiaridades.

11. BIBLIOGRAFÍA

- ASTIASARÁN, Iciar; MARTÍNEZ, José Alfredo. *Alimentos: composición y propiedades*, 1ª ed. Madrid, 2000.
- Atlas Etnográfico de Vasconia = Euskalerriko Atlas Etnografikoa = Atlas Ethnographique du Pays Basque. La alimentación doméstica en Vasconia, vol. 3. Bilbao: Etniker Euskalerrria, Eusko Jaurilaritza-Gobierno Vasco, 1990.
- BARANDIARÁN, José Miguel de. "Curso Monográfico de Etnología Vasca". En: *Colección Sara*, nº 4. Ataurun, 2000.
- MARTÍNEZ MONTOYA, Josetxu. "Los nuevos usos del espacio rural. Trabajo de investigación socio-económica y cultural de los Valles Alaveses y de la Montaña Alavesa". En: *Informe técnico nº 55*. Vitoria, 1994.
- MARTÍNEZ DE SALINAS OCIO, Felicitas; OCIO VALLEJO, Montserrat. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías de su pasado*. Zambrana: Ayuntamiento, 2002.
- ; —. *Ayuntamiento de Zambrana. Berganzo, Ocio, Portilla y Zambrana. Fotografías para el recuerdo*. Zambrana: Ayuntamiento, 2005.
- OCIO VALLEJO, Montserrat. "Cultura popular a lo largo del Valle del Inglares". En: *Ohitura*, nº 7. Vitoria-Gasteiz: Diputación Foral de Álava, 1998.
- Red de Vigilancia de la Calidad de las Aguas y del Estado Ambiental de los Ríos de la CAPV*, 2001.
- RUIZ DE LOIZAGA, Saturnino. *La viña en el Occidente de Alava en la Alta Edad Media (850-1150)*. Cuenca Omecillo-Ebro. Burgos, 1988.
- UBIETO ARTETA, Antonio. *Cartulario de San Millán de la Cogolla (759-1076)*, doc. 320. Valencia, 1981.

12. RELACIÓN DE INFORMANTES

Naturales de Baroja: Saturnino Durana y Pedro Sáez.

Naturales de Berganzo: José María Argote, Jesús Fernández, Begoña Marquínez, Celestino Ocio y Javier Ocio.

Natural de Faido: Cesareo Ogueta.

Natural de Loza: José María Ladrera.

Naturales de Montoria: Dominica Armentia y Agustina Roa.

Naturales de Ocio: Victoriano Arana, Ángel Armentia, Ana Velasco y Prudencio Velasco.

Naturales de Payueta: Severiano Betolaza, Consuelo Pinedo y José Luis Salazar.

Naturales de Peñacerrada: José Luis Alonso, Feliciano Cerio y Hermenegildo Cerio.

Naturales de Zambrana: Vicente Armentia y Juliana Ocio.

Natural de Zumento: Consuelo Vallejo.

Otros informantes: Sidonio Martínez de Salinas, natural de La Rioja, vecino y residente en Zambrana desde los años treinta del pasado siglo. Agustín y Victoriano Durana, ambos hermanos naturales de Baroja, pero residentes y vecinos de Portilla desde los años cuarenta del siglo XX.