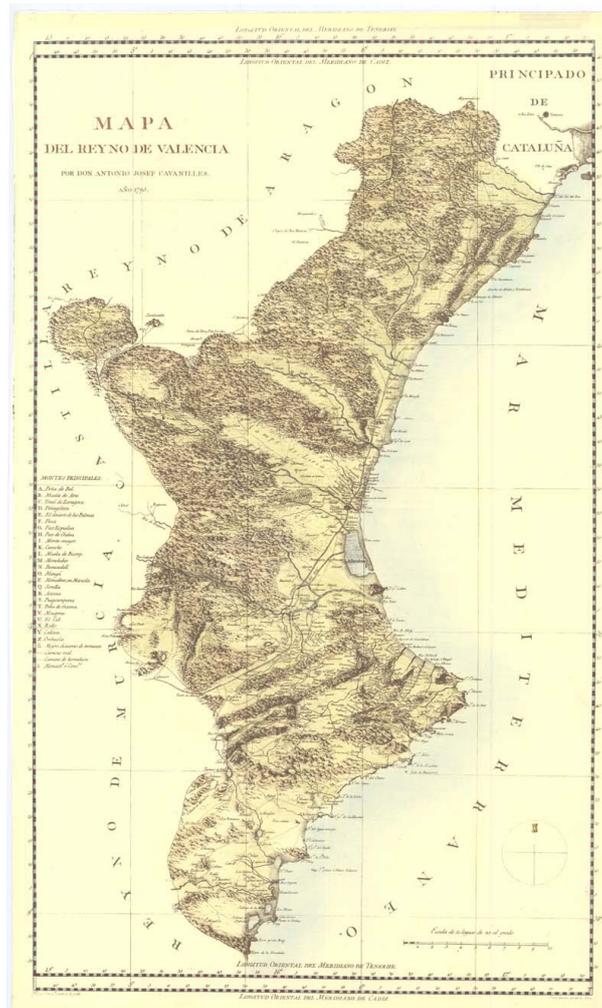


Gastronomía tradicional de VILLANUEVA DE VIVER. Del siglo XX a la actualidad.

Municipio de la provincia de Castellón, comarca del alto Mijares-Maimona en Castellón. En los límites entre el antiguo reino de Valencia y Aragón.



Gastronomía tradicional de VILLANUEVA DE VIVER. Del siglo XX a la actualidad.	1
INTRODUCCIÓN	3
OBJETIVO	4
METODOLOGIA	4
ORGANIZACIÓN ALIMENTARIA	5
Ritmos alimentarios	6
Festivos y diarios	6
Las estaciones y el trabajo en el campo	7
Número de comidas.....	7
Lugar donde se realizan las comidas	8
PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS	9
La cocina y el hogar.....	9
Responsabilidad en la preparación de los alimentos	9
Huertos y labranzas.....	9
Animales de corral	10
Abejas y ganado	10
Pinares.....	11
Recolectores.....	11
Caza y pesca	11
El pescado	11
Comida de los animales	12
Cultivo de especias.....	12
Intercambios	12
El pan	12
El matapuerco	13
La fridura	14
Otras conservas.....	14
Métodos de cocinado	14
Mayores, enfermos y parturientas	14
ANEXOS	16
ANEXO 1. Especies nombradas	17
ANEXO 2. Preparaciones tradicionales.....	18
ANEXO 3. Etnogastronomía, un concepto ético a reflexionar	21
ANEXO 4. Bibliografía.....	22

INTRODUCCIÓN

Este trabajo recopila alguna de las tradiciones gastronómicas de los pueblos de Villanueva de Viver. Esta basado en una serie de entrevistas realizadas en las Navidades de 2018-2019 . Los interlocutores fueron habitantes de los municipios, mujeres que han aprendido a cocinar de sus madres y abuelas y han vivido la historia del siglo XX, el periodo de pre y post guerra civil, y el fugaz desarrollo y despoblación de la región hacia las ciudades desde mediados del siglo XX.

La comarca del Alto Mijares- Maimona se encuentra situada en la zona oeste de la provincia de Castellón, en las estribaciones de la sierra de Javalambre. (1)

La comarca del alto Mijares se compone de 22 municipios. El mas poblado es Montanejos con 548 habitantes (INE 2018). Villanueva de Viver y Fuente la Reina encuentran entre los municipios mas despoblados con 66 y 40 habitantes respectivamente. (2)

Estos tres núcleos de población se sitúan en la frontera con el antiguo Reino de Aragón (Comarca Gudar-Javalambre), su pertenencia a Castellón tiene un origen historico por las contiendas de la reconquista del siglo XIII, del que quedan vestigio como los castillos de Pradas en Teruel y el Castillo de la Viñaza en Puebla de Arenoso. (3)

Geográficamente, se encuentran situados entre el altiplano de Barracas y las estribaciones del macizo de Peñagolosa, limitan al este por la sierra de Pina, zona de pinares agrestes que culminan en el monte de Santa Bárbara. Esta zona de pinar tiene un suelo rodeno y pequeñas huertas regados por fuentes de montaña cuya agua se recogía en balsas. (4)

El territorio esta cruzado por una garganta del rio Maimona, afluente del Rio Mijares, se une a el en Montanejos. Este rio provoca abarrancamientos y depósitos de sedimentos que constituyen tierras de secano de cereal, almendros y mas recientemente de carrascas truferas.

Con una altitud media de 800 metros y con 13 grados de media, las temperaturas tienden a ser mas calidad que en la vecina provincia de Teruel, soporta veranos calurosos e inviernos donde nieva ocasionalmente. Las precipitaciones son 50-60 días al año, luego el caudal de los ríos es moderado y los cultivos predominantes de secano. . El regadío lo componen una serie de acequias que parte del azud o de manantiales como el de San Roque de Villanueva de Viver. Tradicionalmente estas aguas no solo permitían regadíos sino también molinos y batanes para el procesamiento de las cosechas de cereales y de otros cultivos como la vid.

A finales del siglo XIX vivían 70 vecinos, unos 350 habitantes, predominaba el cultivo de cereales (trigo, cebada) y vid. La plaga de la filoxera llego a Villanueva aproximadamente en 1910 , dejando inactivos sus mas de 20 cubos de vino e iniciando una crisis ya anunciada que se interrumpió por el conflicto de la guerra Civil, y que continuo desangrando el pueblo de habitantes de forma acelerada desde los años 50 llegando a los 68 actualmente censados.

OBJETIVO

El objetivo de este trabajo es hacer una introducción a las tradiciones gastronómicas del municipio de Villanueva de Viver. Castellón, desde el siglo XX a la actualidad y situarlas en el contexto de la historia de la gastronomía mediterránea.

METODOLOGIA

Entrevistas personales a personas que han nacido y han vivido toda su vida en Villanueva de Viver, realizadas 27 y 28 de diciembre 2018 .

Ramona Pastor Rufanges 85 años.

Visitación Pastor Rufanges. 89 años.

Encarnación Cortes Alcodori. 87 años.

Consulta de bibliografía relacionada con la gastronomía mediterránea y la zona geográfica donde se centra el trabajo,.

ORGANIZACIÓN ALIMENTARIA

Miguel Anguel Almodovar periodista especialista en gastronomía, en su libro “El hambre en España” (4) describe la situación de la posguerra en las ciudades como una situación de miseria alimentaria y urgencia sanitaria. No sucedió lo mismo en los pequeños municipios de interior de España, en ellos, muy acorde con las descripciones de este libro en nunca se paso hambre debido al cultivo del cereal y al estraperlo, modalidad de contrabando con alimentos, en el que se intercambiaba cereal crudo o molido por otros alimentos. Por estar el Villanueva de Viver a 10 kilómetros de Barracas, donde esta la carretera Sagunto-Burgos y la vía ferroviaria, siempre había posibilidad de comercio en el mercado negro, y Villanueva tenía trigo y harina, muy apreciado por ciudades como Valencia.

En la postguerra, las familias sobrevivieron del cultivo de cereal, pequeños huertos con plantaciones de patatas, remolachas, alfalfa y legumbres, así como de la crianza de animales domésticos para engorde y consumo. En Villanueva habían ganados de ovejas y algunas familias practicaban la apicultura de trashumancia. Los pinares fueron su fuente principal de ingresos en metálico a partir de los años 50. Ninguna de estas actividades pudo frenar el fenómeno emigratorio hacia Valencia y Barcelona, que comenzó en los años 50 dejando en los 90 los pueblos ya prácticamente despoblados de forma irreversible, de 400 habitantes a principios de siglo a los 68 actuales.

Por su situación Villanueva de Viver tiene influencias aragonesas y valencianas, se comen gachas y paella, y ambos platos adaptados a las circunstancias geográficas y los alimentos disponibles. Dice Diaz Yubero en su libro “Sabores de España” (5) que las gachas de rico llevan tocino y jamón y en Villanueva llevaban trozos de tocino y magras del cerdo, mientras que los jamones se reservaban para secarlos o venderlos en las casa menos pudientes. Al mismo tiempo la gachas suaves mas liquidas que se emplean para “viejos sin dentadura” y “zagales” se llaman “farinetas”, nombre valenciano que también recoge este autor en su trabajo. La paella Valenciana en Villanueva reduce sus ingredientes y los adapta al terreno, no hay garrofón pero hay caracol blanco, que son autóctonos de la zona pedregosa de las llanuras de Teruel.

Se conservan de tiempo antiguos el pan, vino y aceite como ingredientes principales del menú familiar. Aunque el aceite lo tenían que traer de pueblos cercanos con menos altura ya que en Villanueva la cosecha de olivas se hiela todos los años. El aceite es ingrediente principal en todas las preparaciones, así como el bovino y la caza como carnes predominantes en la mesa. Como dice Berneabeu-Mestre en su libro “La dieta mediterránea desde su perspectiva histórica y cultural”, con esto nos unimos con nuestros hermanos de otros países de la cuenca del mar mediterráneo (6). Como terreno que vivió la reconquista, permaneces costumbres árabes descritas en el libro de Jose Aguilera “Las cocinas árabe y judía” (7), como por ejemplo el oficio de apicultor y el uso de la miel y frutos secos en meriendas y como postre.

Las huertas de Villanueva de Viver tienen alimentos del nuevo mundo. La patata, la remolacha azucarera el maíz, las judías, el tomate, los pimientos, son alimentos indispensables para la subsistencia de los habitantes del municipio. Sin embargo, no dejan de emplearse y mantienen su presencia en el huerto de invierno la col, nabos y los cardos, vegetales de la cocina de interior española que son protagonistas en la comida de los animales y los platos de cuchara de las familias.

Mas Baron, en la cronología de los avances tecnológicos de su libro “Historia de la conservación de los alimentos” (8), describe como fue después de la segunda guerra mundial cuando se extendió la conservación por frio de las carnes con los primeros frigoríficos y estos no llegaron a estos pequeños pueblos hasta los años 60, con los primeros frigoríficos y congeladores. Luego los adobos, salazones, secados y frituras fueron los métodos de conservación hasta la segunda parte del siglo XX y aun ahora se utilizan. La fritura, como viene recogido en este libro, conservaba todo tipo de carnes y su

duración dependía fundamentalmente de la calidad del aceite. Este método antiguo, que ya se conocía en el antiguo Egipto, aun mantiene su vigencia en las familias del pueblo, que, a pesar de no realizar matanza de cerdo, si compran los embutidos y las carnes saladas y hacen unas "jarras de fridura" y así "siempre hay arreglo cuando vienen los hijos de Valencia".

Ritmos alimentarios

En Villanueva de Viver se desayunaba al salir el sol, la hora dependía de la estación del año. El almuerzo se realizaba en el lugar de trabajo, se 9:30 a 10:00 de la mañana. A la 13:00 se come. Este pueblo a conservado horarios tempranos, se cena a las 19:00 y a dormir a las 21:00. Estos horarios son diferentes en Fuente la Reina, pueblo a 5 kilómetros, donde los vecinos suelen acostarse mas tarde, y comer a partir de las 14:00.

Este hábito "temprano" se sigue conservando en las familias que viven en el pueblo actualmente. Los hombres y mujeres, en los días de fiesta salen a jugar una partida de cartas. La hora de cita en el bar, para los hombres y en corros de cartas en la calle para las mujeres son de las 14:30 hasta que el sol deja de calentar y hay que retirarse.

Festivos y diarios

Como en todo el mediterráneo, el comer juntos la familia implica una celebración, de domingo, , un matrimonio, una celebración religiosa, una compra-venta, el nacimiento de un nuevo miembro de la familias Estas costumbres que vienen desde lejos están todavía muy insertadas en la sociedad, especialmente en los municipios pequeños donde la distancia entre los miembros familiares son mas cortas y se permiten reuniones festivas con mas facilidad. Las fiestas patronales es otro acontecimiento en la vida de un pueblo. En Villanueva de Viver fueron en invierno hasta 1960, cuando se cambiaron al 15 de Agosto, los patronos del pueblos son San Martin y Santa Bárbara.

La paella es un plato que se reservaba para los domingos y festivos. Cocinar paella suponía tener un nivel económico suficiente para comprar arroz y matar un conejo o gallina.

Para hacer una paella, los diez ingredientes básicos que siempre se usan general y tradicionalmente son pollo, conejo, bajoqueta (judía verde), garrofón, tomate, arroz, aceite de oliva, agua, azafrán y sal. Además de lo anterior, según la región, se admiten ingredientes como ajo, alcachofa, pato, pimentón, caracoles o el romero, variantes que «también serán aceptadas dentro de la denominación de auténtica "paella valenciana".

El Villanueva de Viver la paella se realizaba con arroz, caracoles, pollo y conejo (mezclado o solo un ingrediente) y judías verdes. El color se obtenía con azafrán y se empleaba romero para aromatizar.

Alubias tiernas con costilla de cerdo de la "jarra de fridura", es una alternativa de comida festiva en aquellas familias donde no se podían matar conejos o aves para la paella.

La caza, como pajarillos, perdices, conejos o liebres, eran también platos festivos que se compartían con amigos y familiares, se cocinaban estofados con tomate o a la brasa.

El cordero como alimento cocinado al la brasa o en el horno se reservaba para grandes celebraciones, ya que las reses jóvenes se vendían para obtener dinero en metálico y asegurar el aprovisionamiento de otras necesidades familiares como útiles, aceite de oliva o ropa.

Los días de fiestas patronales o romerías era costumbre de empezar determinadas piezas de conserva de cerdo que se reservaba para estas ocasiones. La morca blanca (sobrasada) se empezaba en mayo , la "bufa" (embutido que utiliza como piel de envoltura la vejiga urinaria del cerdo) en la fiesta dela Virgen de Pradas.

"Empezábamos comer por el tocino el blanco entre las pierna de delante y de detrás. Lo bueno lo guardábamos para las fiestas"

Los jamones de empezaban en verano, o se cambiaban por piezas más grandes de tocino, en las familias más necesitadas.

Las estaciones y el trabajo en el campo

El menú diario estaba condicionado por el trabajo del campo, y el trabajo del agricultor está claramente expuesto a las estaciones y la climatología.

Las gachas, plato realizado al fuego con harina y agua, requieren de mucho tiempo y leña, por lo tanto son más frecuentes en invierno y en la matanza del cerdo. Se aprovechan lumbres de leña siempre encendida, días cortos y mucho tiempo al lado del fuego para calentarse.

En verano se hacían platos más rápidos en su preparación como las migas de pastor.

“Trillando en la era comíamos migas.”

La *fridura*, guardada en jarras de barro todo el invierno y la primavera, se empezaba en julio con la siega, cuando no había tiempo de más preparativos culinarios y se necesita un buen aporte de energía y proteínas para el trabajo de sol a sol.

Número de comidas

En el siglo XXI, los españoles realizamos al menos tres comidas al día (más del 95% de los días), no distinguimos días laborables y fines de semana, siendo las comidas secundarias, almuerzo y merienda, menos frecuentes (menos del 40% de los días) en nuestro hábitos. Estos datos proceden del estudio “Alimentación y sociedad en la España del siglo XXI” de la Fundación Mapfre (9).

Durante el siglo XX en Villanueva de Viver ocurrieron múltiples acontecimientos socio económicos, pero las pautas estructurales de las tres comidas diarias se mantienen, variando en su composición fundamentalmente debido a las posibilidades económicas de las familias, las estaciones del año y los ritmos de trabajo.

Desayuno y almuerzo

Un día en los años de la mitad del siglo XX para un vecino del pueblo comenzaba al salir el sol con unas gachas de harina y agua que completaba con algún trozo de carne o sardina que hubiese sobrado de la cena.

La leche comenzó a aparecer como leche en polvo o condensada en los años 50, para aquellas familias que la podían comprar. El café con leche no se instauró como desayuno mayoritario hasta los años 60.

El almuerzo se realizaba en campo, y se componía de pan acompañado de frutos secos, embutido seco o solo pan y vino. El horario era de 9:30 a 10 de la mañana, dependiendo de la estación del año y basándose en la altura del sol, se empleaban unos minutos de descanso en la tarea del día en el campo. Se acompañaba de agua o vino en bota. Si era verano podían llevarse alguna fruta de temporada.

Comida

A mediodía está siempre presente un plato de caliente, con patatas y legumbre, arroz. Algún hueso o trozo de carne en la sopa. O bien la carne se consume después en forma de embutido seco. Estos hábitos evolucionan hacia la comida de dos platos y postre, actual.

Meriendas

Morca blanca es sobrasada y pan

Pan y chocolate

Pan con olivas o nueces.



Pan y dulce membrillo,

Pan aceite y sal.

Huevos con vino

Vino de cosecha y huevo

Huevo batido en un vaso con vino al gusto

Pan vino y azúcar.

Pan con miel

Postres y frutos

Apenas se comía fruta. Las manzanas duraban 3 meses desde su recolecta en septiembre. La fruta fresca llegaba en primavera con las cerezas y verano con las prunas, especie de ciruelas mas pequeñas y ovaladas. Se secaban azarollas y uvas pasas, ambos frutos que se recolectan en septiembre. Los frutos secos mayoritariamente son las nueces, Era costumbre tomar dos nueces después de la comida o la cena. Las conservas dulces de fruta eran de membrillo.

Relación de postres:

Nueces

Manzanas de Fuente la Reina

Priscos (albaricocques) abridores en verano

Prunas y pruñones (ciruelos) en verano

Higos pocos y uva alguna parra y se colgaban y aguantaban tiempo

Azarollas seca sy revenidas con agua.

Cerezas en primavera,

Cena

Por la noche en la cena estaban presentes las patatas de forma casi permanente, bien hervidas o fritas. Las cosechas de patatas era lo suficiente para que la familia tuvieses excedente de patatas para todo el año. Las patatas fritas con huevo frito, con sardinas o con un trozo de conserva frita de cerdo. En invierno la col frita podía sustituir a las patatas, y en verano hervido de patata con verduras como las acelgas o judías tiernas.

Lugar donde se realizan las comidas

El desayuno, la merienda y la cena se realizaba preferentemente en casa. El desayuno al levantarse, la merienda al volver del trabajo en el campo y antes de dar de comer a los animales y preparar lo aperos para el día siguiente. La cena en familia como ultimo acontecimiento del día.

El almuerzo y comida dependía del trabajo diario y de la lejana de este respecto al pueblo. Se podía llevar preparadas de casa y guardar en un lugar fresco protegido, debajo de unas piedras en los abanalamiento había especies de refugio para comer y guardar el avituallamiento. O cerca de las fuentes y aprovechar el agua de manantial para beber o enfriar la bota de vino.

PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS

La cocina y el hogar

La casa de campo son tres alturas generalmente. La planta baja estaba la entrada de carros y animales y una parte de corral. Según las familias era común tener la caballería, y el gallinero, los conejos en la misma vivienda, así como la mayor parte de los útiles de labranza y ayudas para el campo. También existían construcciones auxiliares en las inmediaciones del pueblo llamadas pajares, donde se guardaba la paja y a veces los cerdos de engorde anual podían estar allí.

La primera planta estaban las habitaciones, el comedor y la cocina. La cocina era llamada “recocina”. A principio de siglo toda la comida se realizaba en el “hallar” del comedor-cocina y se utilizaba como fuente de energía la leña, en la “recocina” estaban los útiles de cocina y los cantaros de agua, dispuestos en “cantareras”, senos construidos en para alojarlos en la pared, era un lugar fresco y oscuro. Cuando fue avanzando el siglo, se dispuso en esta zona el gas y los hornillos de gas y se instalaron chimeneas para poder cocinar allí.

Existía el llamado “reboste” una habitación pequeña en el lugar mas fresco de la casa, donde se guardaban las jarras con la fridura, y productos de cosecha.

En la sala superior “salalera” o “granero” habían habitaciones diferentes para el grano, para hacer pan (la artesa) y para secadero/saladadero de la matanza y colgado de embutidos y las jaulas de caracoles.

Las carneras, pequeñas jaulas para conservar la carne se disponían en lugares frescos, aireados y protegidos de insectos.

La sala de hacer pan, donde estaba la masa madre y la artesa, la masa de fermentar y los ciazos de la harina estaba situada bien en el primer piso o en la segunda según los miembros de la familia, y las habitaciones ocupadas por estos.

Para proteger los alimentos de los roedores se disponían trampas y rejillas finas para los insectos.

Responsabilidad en la preparación de los alimentos

La mujer era la responsable de cocinar y preparar las viandas diarias. Además, era la encargada de hacer el pan en el horno del pueblo que se abría una vez a la semana.

También alimentaba a los animales de corral, gallinas y conejos y otros que servían para carne o eran ponedores de huevos. Para los cerdos se cocinaba una olla cada dos días de verduras con harinas y salvados.

La mujer era la encargada de matar y despiezar los animales pequeños. Los hombres colaboraban en la matanza, matar, socarrar la piel, abrir, despiezar hacer embutidos y subir las piezas a los saladeros eran tareas masculinas. Las mujeres eran las que controlaban las cantidades y medidas de carnes, tocinos y especias de los embutidos.

Hombres y mujeres compartían la recolección del huerto y de los cereales.

Huertos y labranzas

Las pequeñas huertas para el consumo de hortalizas, estaban en terreno rodado de pinar, eran regadas por fuentes que nacían en las ombrías. El huerto de verano solo daba una cosecha de patatas y hortalizas. Mantenían un huerto de invierno es un huerto de nabos y coles y en el mejor de los casos de cardos.



“El cardo es bueno de todas las manera, fritos y rebozados, hay que cuidarlos muchos hay que cuidarlos mucho taparlos con un saco y con tierra y para que fueran mas tiernos y mas blancos”

“ Coles hay todo el año”

“Nabos son también de invierno y se secaban cortados a trozos secados en una manta y cuando querías cogías para los animales y para las cazuelas”

Los habitantes de la Villanueva tenían como animal de labranza al macho o mula. Animales que proceden del cruce entre caballo y burro, eran estériles y proporcionaban fuerza de arrastre de carros y arados así como posibilidad de carga. Cada casa tenía uno o dos, o bien un burro. A principios de siglo Ricardo Tamborero, un terrateniente, compro y vendió la Masía del Castillo de Pradas, terreno cerealista en las tierras del bajo Aragón, en termino de San Agustín municipio vecino colindante de Teruel, que provenía desde antiguo de los señores de Arenós , tierras ganadas en la reconquista del Reino de Valencia. Dividió el terreno en parcelas que vendió entre los habitantes de Villanueva de Viver que se convirtieron en propietarios de grandes extensiones de terreno excelente para el cultivo del cereal, un molino y un azú de agua de riego para huertos. El cultivo era cereal de trigo para hacer harina y pan o cebada para los animales. Rotaban con barbecho de forma bianual o bien trianual intercalando con pipirigallo o leguminosas. En zona de regadío se plantaba maíz (llamado panizo), forraje para los animales (alfalfa), patatas o remolacha. Se utilizaba para el abono el excremento de las ovejas.

Animales de corral

En los corrales se engordaban anualmente 1 o 2 cerdos por familia, titos(pavos), patos, gallinas y conejos (conejo español y pequeño conejo guato).

Los animales mas grandes cabras y ovejas se criaban para vender las crías y conseguir dinero en efectivo. No se hacia queso y la leche se empleaba para el amamantado de la crías.

Las gallinas daban huevos y solo se consumían estas aves ante una festividad, una enfermedad o un parto.

“Los titos, se engordaban hasta 8-9 kilos, eran muy malos de matar y atar dos o tres personas, Se conservaban en frito como los cerdos.”

Un Tito, es un un pavo, o un pollo costaba un año de hacerlo adulto y apto para su consumo. Es decir, un buen caldo.

“Los conejos , en cambio, crían mucho y prestan mucho y cada semana se mataban uno para la paella o con tomate.”

Los animales se mataban degollados y la sangre se utilizaba frita con cebolla.

Abejas y ganado

Se recogía también la miel de panales de abeja y el oficio de apicultor era tradicional y se mantiene hoy en día. La trashumancia de panales del reino a las tierras altas de Teruel en verano eran un hecho que marcaba la vida de los colmeneros.

Los ganados de ovejas también se movían, pero menos, ya que el cereal de secano podía mantener pequeños ganados todo el invierno. Había casetas de guarda de ganada por todo el termino y el “yemo” o abono era apreciado para el cultivo de los campos.

Pinares

El pinar daba pinos que se tiraban por partidas cada 10-15 años y los troncos se pelaban y se vendían. El dinero obtenido de las talas proporcionaba ingresos en metálico que utilizaba la familia para comprar artículos del hogar, ropa, y pagar las contribuciones. Los viajes eran escasos, con caballerías y carros la mayoría de ellos. El tren llegó a Barracas ya a finales del siglo XIX y después de la guerra había servicio de autobuses no regulares que traían mercancías y viajeros. Pequeños camiones hacían transportes o vendían artículos de forma ambulante. Los grandes transportes en camión comenzaron a raíz de la tala de pinos.

Recolectores

Las técnicas de recolección se basaban sobre todo en hongos (rebollones y setas) y algunas especies de árboles silvestres como azarolleros y cerezos, ya que otras especies como moras de zarzal se comían pero no se elaboraban con ellas conservas ni mermeladas.

Las plantas que se recogían eran escasas, de monte y poleo, de no ser algún experto como el Tío Roman, celebre curandero, que vivió a finales del siglo XIX y principios del XX, y conserva un monumento en el cementerio local viejo.

Los caracoles se recogían “los moros”, caracol negro y “los cristianos” vaqueta blanca de piedra y monte soleado. Las vaquetas las tenían en jaulas de pájaro o en “carneras”. Los tenían purgándose sin comer.

Caza y pesca

Apenas se pescaba, los pescados de los riachuelos y barrancos eran muy pequeño, barbos de río. También se consumían cangrejos de río.

La caza menor era la más extendida, si no había armas de fuego con ceños caían conejos, perdices, palomos torcaces y liebres, aunque también se cazaban tordos y otros pajarillos que se consumían fritos. Los jabalís eran el único exponente de caza mayor y se cogían a lazo y se degollaban a cuchillo como los cerdos de casa. Los zorros y otras especies de carnívoros se mataban para preservar la caza.

Los huevos de aves silvestres medianas como tordos, cuervos, cornejas o gavilanes se cogían en primavera verano para hacer ajoaceite o comerlos crudos, estas costumbres eran propias de las pandillas de jóvenes que arriesgaban sus vidas trepando chopos y escalando riscos.

El pescado

No hubo consumo de pescado de forma habitual hasta que en los años 50-60 tiendas ambulantes de pescadería con camiones frigoríficos vendían una vez a la semana este alimento en la plaza del pueblo.

Hasta entonces se consumían salazones de sardina y bacalao. Muchas veces se intercambiaban en las tiendas por huevos (1 huevo tres sardinas pequeñas). El consumo de bacalao era típico en platos de vigila en las fiestas de Pascua.

Comida de los animales

“Para los animales: El pandero metálico era para harina de trigo bien cernida con un ciazo arriba quedaba el salvado. Este rebuñuelo. ese salvado finico sin cascara para las gallinas y los cerdos.”

“Les cocíamos las patatas a las gallinas y cerdos y la harina del rebuñuelo junto a remolachas y nabo caldero grande para tres o cuatro día. El panizo y cebada eran su otra comida.”

Cultivo de especias

Azafrán se cultivaban pequeñas cantidades para uso en casa

La ajedrea y el tomillo eran utilizados para adobar olivas y se recogían del monte.

Otras especias para preparar embutidos, canela, pimentón y laboretas (anises) se compraban a botigueros que venían ambulantes o cuando se salía del pueblo. Por ejemplo la garrofera cuando se viajaba a Segorbe o a Soneja, en Villanueva se hiela.

Intercambios

Debido a la altitud, mas de 800 m, escasean los frutales. Crecen manzanos, cerezos, membrillos, prunas y pruñones. No hay olivos. Las frutas se obtenían por intercambio o compra con pueblos de alrededor de mas baja altitud. Fuente la Reina a 5 kilómetros y 650 metros de altura tiene frutales. El aceite de oliva también venia de pueblos mas septentrionales, y algunas familias tenían campos de oliveras en el municipio de Montán , a 20 kilómetros. Entre los pueblos se intercambiaban alimentos, siendo la harina el principal recurso para los habitantes de Villanueva de Viver.

El pan

La artesa era un mueble de madera, de aspecto de arcón mediano pero con patas altas.

Preparación de la harina: El ciazo es una tela muy fina que se ponía en el cernedor, para cribar la harina en polvo blanco para hacer el pan. Al lado del cernedor había un capazo grande para las gallinas donde se echaba el salvado, con este salvado y otras sobras de verduras se hacia un rebuñuelo para animales y gallinas.

Preparación de la masa madre: En un puchero había siempre un trozo de masa cruda con un mortero. Se situaba en una esquina de la artesa. La noche anterior de la hornada se recrecía y ablandaba con agua con agua tibia y se hacia un “masijo”.

Se hacia la masa con agua harina y masa madre. Una vez la masa fermentada se ponía la canasta los mandiles de lana lo menos dos, luego las maseras de lienzo o retorta y dentro la masa una vez hecha a la artesa.

En 12 horas la masa fermentaba y ha recrecido tanto que se salía de la canasta, estaba preparada para llevar al horno.

En el horno habían tableros rectangulares, donde se ponían linos finos y blancos llamados mandiles. SE disponía la masa previamente masadas en barras de pan. Las barras se separaban con lorzas del mandil para que no se tocaran. Las barras llevaban un signo especial, una cruz, un pizco, una hendidura ... característica de cada familia, ya que los tableros se compartían, era todo para todos.

Se pagaba con masa, de cada 20 uno y si eran 10 medio al hornero por cocerlos y calentar el horno

Del tablero a la pala y el hornero al horno, no se distinguía cada uno sino por su señal

Se amasaba 1 vez a la semana, la mujer amasaba pan en un día lo que consumía toda la familia en una semana.

En el horno se hacían dulces en las fiestas señaladas.

El matapuerco

Los cerdos se mataban en noviembre. El día anterior las mujeres recogían agua, pelaban y cocían la cebolla y arroz para las morcillas y limpiaban las maquinas de picar, cuchillo, tableros, baldes y "tinas".

El cerdo se mataba de madrugada, con un cuchillo que se dirige directamente al corazón. El cerdo se desangraban en un lebrillo que una mujer agitaba con la mano continuamente para que la sangre no se cuajase. La sangre se reservaba para las morcillas.

Después de quemar, lavar y rascar la piel hasta que el cerdo queda limpio, comienza el despiece. El cerdo se abre desde la parte superior y se separan costillas, lomos, huesos del espinazo y jamones para salar.

El resto de piezas se separan el lebrillo con diferentes proporciones de magras y grasas para hacer el diferente embutido,

El tocino se emplea un poco para longanizas y el resto para morcillas y morca blanca (sobrasada). Hay otro embutido llamado "gueñas" que se hacen con los "lubianos", hígados, el "bisbe" y la cabeza del cerdo, todo cocido previamente. Se le añade sal, pimiento "colorao" y canela.

Los intestinos llamados "budillos" se lavan y se separan en tres capas. Se deshecha la ultima, y las dos interiores son aptas para embutir. Se limpian con varios lavados de agua caliente y se reservan en agua con sal.

Las canes y tocino se pican y se distribuyen en lebrillos. El tocino un poco en la longaniza y resto morca blanca (mucho tocino) y morcillas.

Los embutidos se tratan de diferente forma. La bufa en agua con sal y un a piedra encima para que no haya mucho "canto "y seque después mejor.

Las longanizas y morcillas se cuelgan directamente en una habitación de la "salaltera" bien aireadas. Los lomos, costillas y huesos se salan durante una semana y se ponen a secar. A los 20 días están preparados para hacer el frito, la conservan por excelencia del cerdo.

Se conservan secos jamones y paletillas.

"Para las longanizas 100 g de canela 100 de clavo y 100 de laboretas..la sal 3 puñados por lebrillo..se hace cata para el punto de sal

Morcillas 100 de clavo 100 laboretas y 50 grs mas o menos de pimienta negra molida..y la sal lo mismo que en las longanizas pero siempre probando

Estas cantidades son para un lebrillo de los grandes ."

"Ten en cuenta que hay que eliminar los jamones las paletillas el costillar y el lomo. Toda la magra restante es la que se utiliza para las longanizas"

La fridura

Los lomos, costillas se salaban durante una semana en una pica y se colgaban a secar.

Dependiendo del tiempo y la humedad ambiental se hacía la fridura en 15 o 20 días la fridura

Se utiliza un caldero de cobre lleno de aceite de oliva hirviendo donde se van introduciendo primero las costillas de un tamaño de tres o cuatro dedos. Cuando la costilla tiene la piel retraída sobre el hueso se introducen los lomos cortados en rodajas más o menos gruesas, esto depende de los gustos familiares. Cuando el lomo vira de color en su parte interna, se introducen las longanizas, unos minutos más y ya está el frito realizado. Las morcillas y los huesos se realizan en tandas diferentes,

Las jarras de barro se llenan con la carne frita y se espera un poco para cubrir las completamente de aceite.

Esta preparación permite una difusión del aceite de oliva en el interior de la carne, de esa forma se diluyen los ácidos grasos saturados y se intercambian por los mono insaturados del aceite de oliva.

La conservación del frito o fridura depende de la calidad del aceite y de que los trozos de carne y embutido siempre estén cubiertos. Las jarras no tienen un cerrado especial, generalmente se tapaban con platos y se guardaban en el reboste.

Otras conservas

OLIVAS PARTIDAS

Olivas verdes a remojo con un poco de sosa (NaOH) la que utilizaban para hacer jabón, se cambiaba el agua cada dos o tres días hasta que se iba la acidez fuerte.

Después se ponían con hierbas ajedrea, laurel, tomillo en rama, ajos crudos con piel,

OLIVA NEGRA

Oliva negra solamente con agua, los mismos condimentos.

Métodos de cocinado

La fritura es el método más usado, en aquella época, siempre en aceite de oliva, muy valorado como alimento.

El asado en el fuego "turrado", solo se empleaba para piezas de carne fresca, requiere matanza reciente o nevera o congelador. Era algo que se reservaba para fiestas y ceremonias, caza y se fue haciendo más frecuente con la llegada de frigoríficos en los años 60.

El cocido a fuego lento era el método elegido para verduras, hortalizas y legumbres.

Muchas veces se utilizaban dos métodos, por ejemplo frito y cocidos posterior, cuando se utilizaban productos de la conserva de frito.

También cocidos y luego fritos, para verdura duras como la col.

Mayores, enfermos y parturientas

"Cuando uno estaba enfermo se echaba una gallina para caldo en 4 o 5 veces, cada vez que tenías un hijo dos gallinas"

"Cuando tuvimos el sarampión nos mato la madre una gallina"



CEU
*Universidad
San Pablo*

Gastronomía tradicional de VILLANUEVA DE VIVER. Del siglo XX a la actualidad.

Municipio de la provincia de Castellón, comarca del alto Mijares-Maimona en Castellón. En los límites entre el antiguo reino de Valencia y Aragón.

M Amparo Pérez Benajas 2019. CULTURA Y GASTRONOMIA.

“Entonces no había mal del estomago. No había la costumbre ni de dientes ni de gafas ni de aparatos de oído”

“Para la gente mayor siempre sopas o gachas finas que llamábamos farinetas”

“Echabas el pan duro en el plato y un poco de aceite y si había echabas un hubo escaldado”

ANEXOS

ANEXO 1. Especies nombradas

Trigo *Triticum vulgare*
Cebada *Hordeum vulgare*
Vid *Vitis vinifera*
Remolacha azucarera *Beta vulgaris*
Alfalfa *Medicago sativa*
Pipirigallo *Onobrychis viciifolia*
Lenteja *Lens culinaris*
Habas *Vicia faba*
Guisante *Pisum sativum*
Judía, habichuela *Phaseolus vulgaris*
Grabanzo *Cicer arietinum*
Maíz. *Zea mays*
Manzanos. *Malus domestica*.
Membrillos. *Cydonia oblonga*
Prunas. *Prunus domestica*.
Te de monte. *Sydeitis syriaca*
Poleo. *Micromeria fruticosa*
Rebollón (*Lactarius deliciosus*)
Seta de cardo (*Pleurotus eringii*)
Azarollero (*Sorbus domestica*)
Cerezo (*Prunus cerasus*)
Abeja (*Apis mellifera*)
Barbos de río (*Barbus barbus*)
Cangrejo de río (*Austropotamobius pallipes*)
Caracol moro
Caracol cristiano o vaqueta
Pruñones *Prunus armeniaca*
Priscos *Prunus persica*

ANEXO 2. Preparaciones tradicionales

Con harina

MIGAS

Con trozos de la fridura , pan duro remojado con unas gotas de agua y se fríe con la carne.

GACHAS

Se comen tradicionalmente el día del mata-cerdo, o cuando hace frío.

Agua, sal, harina de trigo a ojo según el espesor.

Panceta, magro de cerdo e hígado de cerdo

Aceite de oliva.

Cuchara de madera, caldero de latón

Agua a calentar y cuando empieza a hervir se añade la sal y harina poco a poco y se mueve para que no haya grumos, remover para que no hayan grumos hasta que están espesas. Aparte, se freía en una satén aceite de oliva, ajos partidos por la mitad o marcados con piel, se fríe primero la panceta (tocino vetead) una vez frito se añade el magro de cerdo y por último el hígado todo cortadito pequeño

Una vez frito en el medio del caldero se hace un cono profundo en las gachas se pone el aceite de freír la carne y la carne por encima de las gachas

Se come cucharada de gachas mojadas en aceite y un trozo de carne.

Las gachas de maíz se hacían iguales, había gente que no podía comer de trigo(a)

Entretiene mucho rato y no se ha de mover de allí, se hacen asentadas a regirar

Cuando no estaba el matacerdo las tajadas un poco mas grandes

Antiguamente con sardinas saladas de bota, entonces cuando había poco dinero

SOPAS CON HARINA (1)

Harina de trigo, salvado de trigo

Agua o caldo en un cazo a calentar y cuando estaba caliente le añadía la harina poco a poco moviéndola hasta una papilla fina. Le añadía además un puñado de cascara de trigo del molino (salvado que se empleaba para los animales).

SOPAS DE PAN (1,2)

Pan duro cortado en un plato , ajos y huevo y aceite de oliva crudo

(1) En un plato se pone el pan y ajo pelado cortado pequeño, un chorro de aceite y un huevo crudo. Agua hirviendo con sal por encima.

(2) Los ajos chafados sin piel con el pan y el chorro de aceite. El huevo se pone en el agua de forma que se escalfaba. El huevo y el agua sobre el pan con el ajo. SE tapa para que el ajo de sabor y se ablande.

Las legumbres

ALUBIAS EN OLLA (2)

Alubias del terreno (rojas pequeñas), pencas de cardo, (hortalizas de invierno), col, acelgas, patata, huesos de espinazo y patas de cerdo (frescos o fritos de la jarra), morcilla (seca o de la jarra),

Utensilios: Olla roja por dentro azul, o de barro en el fuego de leña

Alubias en remojo 12 horas.

Alubias en agua fría junto con los huesos de espinazo, patas de cerdo y la penca de cardo 1 hora cocinando aproximadamente. Se añade el col, acelgas, la morcilla y la patata 30 minutos.

En el plato un cucharón de con alubias y hortaliza y hueso y una morcilla por persona.

ALUBIAS EN OLLA (1)

Alubias del terreno (rojas pequeñas), nabo, pencas de cardo, (hortalizas de invierno), patata, huesos de espinazo (frescos o fritos de la jarra), morcilla (seca o de la jarra),

Utensilios: Olla roja por dentro azul, o de barro en el fuego de leña

Alubias en remojo 12 horas. Alubias en agua fría junto con los huesos de espinazo, 1 hora cocinando aproximadamente

Se añade el nabo, pencas de cardo cortas y la morcilla. 1 hora y después la patata 30 minutos.

En el plato un cucharón de con alubias y hortaliza y hueso y una morcilla por persona.

OLLA DE GARBANZOS (1) SE comía la noche del mata cerdo.

Garbanzos, huesos de espinazo, patata.

Utensilios: Olla roja por dentro azul, o de barro en el fuego de leña

Garbanzos a remojo 12 horas (por la noche). Primero de ponen en los garbanzos en agua fría a ojo sin proporción, cubiertos, sino se añade mas agua caliente luego.

Huesos de espinazo (frescos del matacerdo) se añade cuando empieza a hervir, cocinando estan dos horas, y después la patata en 20 minutos cortada a trozos.

En un plato se sirve un cucharón de garbanzos, un hueso y patata según le guste a la persona.

Se puede comer con pan con el hueso.

OLLA GARBANZOS (2)

Garbanzos, huesos de espinazo (fridura de la jarra), patata, morcilla (fridura de la jarra), patas de cerdo (jarra), y verdura del tiempo (col)

Utensilios: Olla metálica roja por dentro azul, o de barro en el fuego de leña

Garbanzos a remojo 12 horas (por la noche). Primero de ponen en los garbanzos en agua caliente, a ojo sin proporción, cubiertos, si falta se añade mas agua caliente luego. Los huesos se ponen al mismo tiempo y las patas de cerdo también, Tres cuartos de hora cocinando como mínimo. Se añade la patata, la col y la morcilla, por lo menos 20 minutos.

Reposo según el hambre y a comer. Se sirve en plato hondo dependiendo del gusto se pone un trozo de carne, el que mas guste y una morcilla. Repartido.

Verduras

COL (1,2)

Col, ajos, aceite

Utensilios: Olla para hervir y sartén, cucharas de madera y escurridora.

Cocer la col en una olla sobre una hora o dos, según el volumen de la col que esta cortada en trozos.

Bien escurrida con escurridora y apretar con cuchara.

(1) En una sartén con aceite (nuevo o de la fritura) se fríen ajos cortados pequeños hasta que este dorado no quemados, y después la col y se mezclaba hasta que este frita pero poco tiempo por que la col ya esta cocida. Rehogada.

(2) la col se sofríe primero y los ajos al final quedan rehogados.

ANEXO 3. Etnogastronomía, un concepto ético a reflexionar

Etno significa pueblo o raza, etno-gastronomía refiriéndome a los alimentos que comen los pueblos y las comunidades.

Considero la etno-gastronomía como un concepto ético, como un oportunidad de conciliación entre pueblo y ciudad, que resulta en unos beneficios en la salud física y psíquica de ambos colectivos.

El conocer la vida y cultura de nuestros orígenes rurales, comprender sus necesidades energéticas, reconocer como se resolvieron esas necesidades con caza, recolecciones de plantas salvajes, cultivos, animales domésticos, uso de condimentos y tecnología culinarias, supone un proceso de puesta en valor, de agradecimiento y asombro de las habilidades de nuestros antepasados, un proceso de tomar lecciones aprendidas y a la vez aportar variaciones a las mismas que se adapten a los nuevos tiempos y nuevos patrones culturales.

Cuando digo salud física y psíquica me refiero a esto mismo, a “el dar” y “el tomar” y el agradecimiento recíproco desde la sabiduría tradicional hasta lo que somos hoy en día las nuevas generaciones.

Me refiero a que una persona que ha vivido siempre en un pueblo, una persona mayor puede aportarnos valiosísimas informaciones para entender en que esta basada nuestra vida y poder hacer una evolución reflexionada y respetuosa con nuestra condición de ser humano.

La creación de grupos de trabajo multidisciplinares, multiprocedencia y multiedad lleva a una productividad, una riqueza de conocimiento, una satisfacción interna, unas conclusiones tan razonables.

Es por ello que considero el estudio de la etno-gastronomía un proceso ético bidireccional que concilia al valor de lo rural y lo urbano. Un proceso de puesta en valor de nuestros orígenes. Un proceso de agradecimiento, Un proceso que supone la trasmisión de sabiduría ancestral de la gastronomía y la devolución a cambio de tecnología y flexibilidad las nuevas necesidades alimentarias.

Conclusiones: Globa-localización como solución propuesta para la despoblación.

Descubrir el valor del patrimonio gastronómico de nuestros pueblos ¿cómo?

- Que los restaurantes de la zona ofrezcan platos tradicionales de la gastronomía de los municipios pequeños.
- Recuperar los métodos de conservación en fritura y poder vender pequeños envases de los mismos,
- Cultivar la huerta invernal y potenciar platos saludables con cardos, nabos y coles que puedan ser recogidos y cocinados en el día por los bares y restaurantes locales.
- Actividades de familiares donde se enseñen y se compartan los valores culturales locales.
- La gastronomía como arranque cultural de otras manifestaciones artísticas como la fotografía.
- Adaptar tradiciones culinarias a ritmos

Solo hace falta crear la demanda en base a un patrimonio existente pero que estamos abandonando, puede ser uno de los objetivos de la etnogastronomía que sirva para revitalizar los pueblos y combatir su despoblamiento.

ANEXO 4. Bibliografía

1. Pérez Cueva, A. J. (n.d.). EL MEDIO FÍSICO Y LOS REGADÍOS DEL ALTO MIJARES TUROLENSE. [cited 2019 Apr 9]. Available from: [https://www.chj.es/es-es/ciudadano/libros/Captulos/Los regadíos](https://www.chj.es/es-es/ciudadano/libros/Captulos/Los%20regad%C3%ADos)
2. Generalitat Valenciana. Biodiversidad, (n.d.). Retrieved Apr 9, 2019, from: <http://www.agroambient.gva.es/es/web/biodiversidad/descargas>
3. Generalitat Valenciana. Regadíos Historicos. Retrieved Apr 9, 2019, from: <https://www.chj.es/es-es/ciudadano/libros/Paginas/Libros.aspx?Seccion=Regad%C3%ADos+hist%C3%B3ricos+valencianos>
4. INSTITUTO MINERO DE ESPAÑA. LUGARES DE INTERES GEOLOGICO . Retrieved Apr 9, 2019, from: <http://info.igme.es/ielig/default.aspx>
5. Almodóvar, Miguel Ángel. El hambre en España : una historia de la alimentación / Miguel Ángel Almodóvar ; prólogo de Rafael Torres. - Madrid : Oberon, [2003].
6. Díaz Yubero. I. Sabores de España. Ed. Pirámide, 1998
7. Bernabeu-Mestre J. La dieta mediterránea desde la perspectiva histórica y cultural. En: ¿Es posible la dieta mediterránea en el siglo XXI? Instituto Tomás Pascual y Universidad CEU San Pablo. IMC, ediciones. 2011.
8. Aguilera Pleguezuelo, José. Las cocinas árabe y judía y la cocina española. - Málaga : Arguval, 2002.
9. Mas Barón A. Historia de la conservación de los alimentos. En: La alimentación y la nutrición a través de la historia. Salas-Salvadó J, García-Lorda P, Sánchez Ripollés JM, editores. Editorial Glosa. Barcelona. 2005.
10. Alimentación y sociedad en la España del siglo XXI Área de Promoción de la Salud. (n.d.). Retrieved Apr 9, 2019, from: www.fundacionmapfre.org