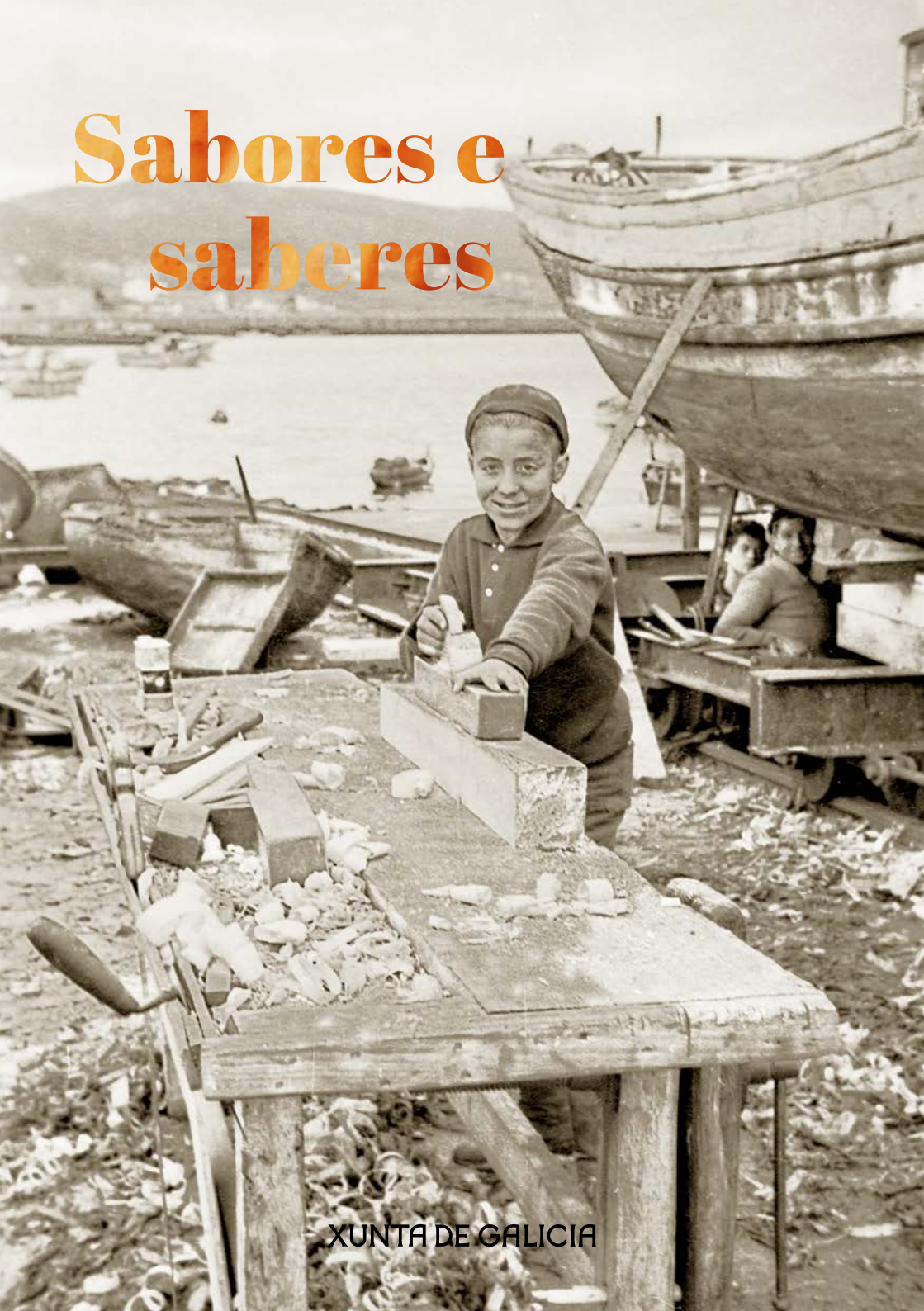


Sabores e saberes



XUNTA DE GALICIA

Autoras



Deseño

ográfico

Fotografía:

- Arquivo dehistoria
- Museo Etnolóxico de Ribadavia
- Lesmes Fotógrafos
- Arquivo histórico Provincial de Lugo

Obra realizada ao abeiro do Fondo de proxectos culturais
Xacobeo 2021 da Xunta de Galicia





**S
A
B
E
R
E
S**



Sabores e saberes

A cultura culinaria galega non é froito da casualidade, senón do esforzo sostido durante xeracións por extraer o mellor do territorio, desenvolver as habilidades para obter e transformar o alimento ou xerar e transmitir un conxunto de saberes necesarios para obtelo, preparalo ou conservalo. Así, os saberes vinculados á gastronomía son tan importantes como os sabores que hoxe podemos apreciar.

Ese coñecemento foi mudando co tempo, pois adaptouse aos condicionantes de cada época e implica unha enorme variedade de aspectos, xa que atinxe desde o coñecemento das terras e o seu manexo ata a habilidade física da amasadura, por exemplo.

Os galegos e as galegas desenvolveron e transmitiron un corpus inxente de coñecementos que hoxe, como

capas sedimentarias, están detrás dos alimentos que consumimos e das preparacións que os fan tan saborosos.

Unha parte deses vellos saberes está desaparecendo por considerala hoxe inadecuada, como é o caso daqueles vinculados á protección dos campos, animais ou alimentos do mal de ollo ou das pragas; son un exemplo de prácticas antigas que quedarán como testemuños doutro tempo, pero que foron abandonadas. Outras están sendo recuperadas, pois son as que mellor garanten os sabores e valores xenuínos dos alimentos; son as vencelladas a modos de elaboración tradicional ou ao manexo sostible de terras e cultivos.

Unhas e outras están na base da nosa gastronomía e da riquísima cultura culinaria da que hoxe Galicia pode presumir sen complexos.



Alimentos do corpo e da alma

Na cultura tradicional, a vida, as súas anqueiras, os espazos e os saberes conforman unha unidade, xa que se vinculan intimamente os uns cos outros. En certo modo esta é tamén a filosofía que se agocha na idea antiga de que os alimentos, ou polo menos algúns deles, teñen capacidade para restaurar o equilibrio do corpo. É un pensamento cuxa orixe podemos rastrexar na medicina da Grecia clásica e que ten o seu reflexo popular no refrán “do que se come, críase”.

En efecto, ao longo da súa historia os galegos e as galegas entenderon que algúns dos alimentos gardaban propiedades que curaban o corpo ou a alma das persoas, e mesmo dos animais domésticos, e desenvolveron arredor deles prácticas e usos de elaboración e consumo.

O exemplo máis común desta concepción da natureza humana é o do viño, especialmente ese tinto de cor vermella intensa que é típico dalgúns comarcas galegas, en especial do Salnés. A súa cor e o seu corpo imitan o sangue e por iso era concibido como alimento para completar a pobre dieta cotiá e como reconstituente para enfermos e persoas con debilidade, seguindo o vello refrán “o bo viño cría sangue”. Nesta categoría entran as carnes finas e os doces, que achegan enerxía e sustento de calidade.

Seguindo esta pauta, entraron na sociedade costumes como o caldo de ave (sobre todo de galiña, que é máis substanciosa e delicada) ou os ovos (con capacidade para rexenerar os humores) para os doentes e o chocolate, os lácteos (leite e manteiga) e os bolos para as mulleres parturientes.



Por suposto, estas prácticas súmanse a aquelas que proceden do coñecemento das herbas e das súas propiedades e que implican un coñecemento dun perfil suficiente. Herba luísa, menta, ruda, malva... eran usadas en infusión, emplasto ou maceradas en alcohol, viño ou aceite (outro ingrediente con propiedades positivas) para remedio dos males do corpo; así como preparacións procedentes doutras especies vexetais como a cortiza do freixo ou a flor do toxo, que se usan tamén cos animais domésticos, que son a riqueza dunha casa e o seu principal sustento.

Dalgúns costumes podemos deducir unha orixe culta procedente de avances científicos. É o caso da crenza popular arredor da augardente, á que se lle aplican poderes medicinais; de feito, foi ata tempos recentes a medicina dos pobres, como ben reflicten moitos textos do século XIX. Era empregada para desinfectar feridas, elaborar emplastos e maceracións con herbas e era especialmente indicada para dores de moas e afeccións estomacais; esta preferencia aplicábase sobre todo á augardente de herbas e ao anís. Este uso non deixa de ser unha popularización dos resultados da investigación médica que no século XVI deu lugar á xenebra —inicialmente tónico estomacal— e das prácticas observadas nos hospitais —como o Hospital Real de Santiago—, que destilaban en enormes alquitarras todo tipo de *augas* esenciais destinadas á curación dos doentes.

De aquí e de acolá os galegos e as galegas que viviron antes da medicina moderna conformaron un corpus de saberes e costumes que situaban os alimentos como principal ferramenta de curación. Hoxe en día algúns permanecen como testemuños doutro tempo ou costumes familiares, mentres que outros entran de cheo no quefacer de sectores como a fitomedicina, a cosmética ou a elaboración de bebidas alcohólicas.

Os saberes máis tradicionais

A obtención e preparación dos alimentos nunca foi máis doada que hoxe; pola contra, sempre foi necesario desenvolver importantes esforzos que precisaban de tempo, coñecementos e habilidades específicas. En efecto, nin as actividades máis antigas, como sería o caso da caza ou da recolección de froitos silvestres, serían posibles dun xeito estable sen uns mínimos coñecementos e destrezas. Por iso, cada aspecto e cada tarefa vinculada á alimentación implica un corpus concreto de saberes e é neles que está a base dos sabores.

Por exemplo, o cultivo de cereais e hortas ou o coidado das árbores froiteiras é unha actividade que se desenvolve nun equilibrio fráxil no que entran en xogo as condicións das parcelas, a capacidade das plantas, a presenza de ameazas (na forma de pragas ou animais) e mesmo a

pericia de quen cultiva, pois ten que coñecer os tempos de cultivo, dos coidados ou da colleita así como os remedios para solucionar calquera contratempo; ao cabo, non é o mesmo ser labrego na Mariña que en Monterrei. O mesmo sucede no mar, onde é vital saber ler as ondas ou os referentes da orografía costeira, lembrar os tempos do ano e as capturas acaídas así como empregar en cada momento a arte e a nave máis axeitada.

Deste cúmulo de circunstancias naceron pautas para o prognóstico meteorolóxico (por exemplo, interpretando o réxime de ventos), para adxudicar a cada ciclo da lúa unhas tarefas concretas, para plantar en cada terreo o cultivo máis acaído ou para coidar e desenvolver especies vexetais autóctonas ou aclimatar as exóticas (como o millo, o tomate, o pemento, o té ou o kiwi) ou para



loitar contra as pragas (como o caldo de estrugas, o xabón ou a cinza). Moitas delas teñen aínda hoxe moita vixencia pois continúan sendo cruciais nos labores da pesca de baixura ou a horta ecolóxica e tradicional e son necesarias malia a innegable presenza dos novos métodos e tecnoloxías.

Algúns deses saberes históricos perdéronse precisamente por seren innecesarios nos nosos tempos. Son sobre todo aqueles que ofrecían medidas de prevención e solución aos desafíos máis complexos. Por exemplo, a bendición dos campos no inicio da tempada agraria para protexelos do mal de ollo e propiciar o éxito do ciclo de colleitas. O día dos Maios (1 de maio) era o seu referente principal: en moitas parroquias unha procesión encabezada polo párroco percorría agros e hortas, como sucedía na comarca da Maía, onde era a veciñanza quen desfilaba a noite anterior portando fachóns, "alumeando" o pan ("alumear o pan, para que



Deus dea bo gran: espiguiñas coma dedos e grauciños coma peros!").

Outros quedan na memoria das xentes aínda que como meras anécdotas que hoxe nin se comprenden. É o caso, por exemplo, de todo o sistema de medidas que vai desaparecendo coa crecente normalización e atinxe non só ao coñecidísimo ferrado, senón tamén a todos os produtos en fresco ou transformados, que tiñan a súa medida de comercialización ou elaboración recoñecida, como era o caso dos bolos de pan ou as pezas de queixo, do peixe —un milleiro de sardiñas, que eran 300 mans de 4 sardiñas cada unha—, a manteiga —que se vendía por netos— ou o viño, coas súas pipas, olas, moios...

Pola súa banda, os monllos e medas nos que se secaba o cereal nos campos, as restras de millo ou as cebolas e allos que aínda hoxe podemos ver ao sol, os trobos e colmeas que vemos nos montes ou, as ringleiras de tomates ou xudías dilixentemente

endereitadas ou de viñas coidadosamente atadas en parra ou espaller denotan un enorme coñecemento sobre as fases evolutivas da produción e das necesidades de cada unha delas: secar para evitar podreces, estacar para favorecer a insolación e o sustento da planta, airear as follas e as ramaxes para dificultar a presenza de fungos...

O almacenamento e a preparación dos alimentos para a súa conservación son en si un conxunto de saberes fundamentais para garantir o abastecemento ao longo do ano, pero tamén para comercializar a produción. Coñecer o punto xusto do afumado e da curación das carnes, o manexo axeitado do viño para que non se pique, os segredos do esca-beche ou a confeitura ou recoñecer o rosario dunha boa augardente son procedementos que se desenvolveron con medios tecnolóxicos limitados e que baseaban o seu funcionamento no saber e na pericia; só así era posible que en casas sen refrixeración as mulleres puidesen conservar o leite da muxida, e facelo acadar a temperatura xusta para callar e transformalo en queixos. E aínda habería que falar das conservas tradicionais —cuxo rastro podemos seguir en Galicia desde o século XV— e dos sistemas de conservación a grande escala, como serían os da

salga e logo conserva moderna ou conxelación do peixe. Son todos logros que non serían posibles sen a concorrencia dos saberes transmitidos de xeración en xeración e sen o esforzo por solucionar os novos problemas que foron aparecendo.

A propia vivenda tradicional é un exemplo desa conxunción entre saberes, a súa transmisión e innovación. A casa —o conxunto conformado pola habitación e as dependencias necesarias para a familia— é un aglomerado deseñado para vivir, pero tamén para criar os animais (galiñeiro, cortes, pombais), conservar os alimentos (adega, sobrado, arcas, hórreo) e transformalos (eira, cociña, sequeiro, alpendres, forno...); xeracións de enxeñeiros populares colaboraron no seu deseño, que é o axeitado para cada comarca, cos seus recursos construtivos e sistema económico. E aínda habería que falar das eiras, perfectamente preparadas para a





malla do cereal; das pozas e regas que levan a auga campos e prados; dos muiños, nos que conta tanto o trebello como a elección do emprazamento e as conducións; dos hórreos, de orixe antiquísima e omnipresente tras a chegada do millo e adaptados á singularidade de cada zona; dos lagares e muiños de aceite, coas dependencias e ferramentas para obter zume; das adegas, cos espazos para os toneis e a súa temperatura constante; ou mesmo os muros (sebes ou valados) que protexen os cultivos da acción destrutiva do gando e dos ventos perigosos, que sustentan a terra (como é o caso das muras o socalcos) ou canalizan as augas (como nas pesqueiras do Miño). Canteiros e mestres anónimos dotaron as casas galegas destes elementos necesarios para a súa supervivencia; repítense noutra escala nas grandes casas e institucións, como ben reflicten os hórreos e pombais monumentais ou a disposición das instalacións monásticas.

Todas e cada unha das vilas e aldeas de Galicia contan con testemuños que reflicten estes saberes xerados, transmitidos e aplicados á produción, á conservación e á transformación dos alimentos, ben sexa na forma das casas tradicionais, ben na das infraestruturas máis singulares como muiños, lagares, hórreos, caneiros... Hai exemplos ben senlleiros e que hoxe foron restaurados e poden visitarse como é o caso do batán do Mosquetín, o muiño das mareas de Muros, as salinas romanas de Vigo ou Oia, o muiño de aceite de Bendilló, os fornos tradicionais do pan de Cea, o viveiro de Rinlo, a lagoa do mosteiro de Sobrado dos Monxes, a gran cociña do mosteiro de Oseira ou o hórreo monumental de Carnota.

Gardan nas súas pedras os saberes doutro tempo, moitos dos cales chegaron a nós.



Antigos pero vixentes

Boa parte destes saberes manteñen a súa vixencia, sobre todo aqueles vinculados á obtención e á preparación dos alimentos. Máis alá da sistematización recente en forma de manuais de cultivo e manexo ou de receitairos, a súa transmisión continúa sendo principalmente no ámbito da oralidade, pois é na práctica onde mellor se adquiren os coñecementos e as habilidades que implican; apréndense no campo ou na propia cociña, da man de quen sabe —familiar ou mestre— e vaise consolidando o aprendido a forza de practicar.

É unha sorte de aprendizaxe a través da experiencia. E só así é posible coñecer cousas como cando está preparada a masa do pan ou da empanada, as tarefas implicadas na elaboración do pan (desde amasar a enfiar, pasando polo levedado), cales son os alimentos que dan mellor resultado na ceba dos animais,

canto hai que bater o leite para obter a manteiga, como se prepara o polbo, o punto da allada ou os mil e un saberes implicados na matanza.

Hoxe en día é posible, dentro dunha marxe, medir e cuantificar algunhas destas situacións como é o caso dos ingredientes que engadimos con medidores ou os tempos que computamos con reloxos. Non obstante, na súa orixe responden ao saber acumulado e resumido da observación e da experimentación de xeracións de cociñeiras, forneiras ou matachíns que, a falta de instrumentación, desenvolveron un conxunto de referentes e ferramentas que permitiron obter, conservar e transformar os alimentos. É o contraste entre o leite e a man o que indica se xa se pode callar para facer o queixo, o aspecto do peixe o que indica a súa frescura ou o rosario ou coroa que se forma na superficie o que delata a augardente de mellor calidade.

Un inmenso corpus de refráns e ditos axudan a memorizar, respectar e transmitir estes saberes:

*No setembro come e vende,
mais non sexa tanto o vender,
que non deixes que comer.*

*En maio aínda a vella queima o tallo
e unha miguíña que lle quedou
para san Xoán a deixou.*

*A anguía en empanada e a lamprea
escabechada.*

*O pan, con ollos; o queixo, sen ollos, e
o viño, que salte ós ollos.*

Hoxe estes saberes continúan a súa transmisión de xeito que se manteñen viventes en boa medida, aínda que en moitos casos son complementados coas ferramentas contemporáneas, ou mesmo foron adaptados a elas, como os vellos muiños indispensables no pan do país que foron hoxe modernizados sen perder a característica moa de pedra que garante unha singular fariña e textura.

De feito, están ben infiltrados en moitos galegos e galegas e son empregados cada día á hora de mercar un polo nun mercado, unha centola das rías ou un pan do país; son unha ferramenta crucial nas súas decisións de compra e consumo,



pois son un aval para identificar os produtos. Deste feito vén a quenenza de produtores por preservaren estes saberes e implementalos na súa oferta, pois saben que será un elemento diferencial á hora de competir nos mercados. Será un sinal de calidade e respecto á tradición, que o público xeral e profesional sabe recoñecer e apreciar.

Os oficios

Os labregos e labregas, así como os pescadores e as súas familias, foron os principais produtores e transformadores de alimentos ao longo da nosa historia; eles subministraron o gran, o peixe e os produtos que outros cobraban como pago da renda das terras ou adquirirían nos mercados. Traballaban sós ou co concurso da familia e parentes próximos, sendo moi común o sistema de xeiras ou roldas de axuda mutua no que unhas casas axudaban a outras na vendima ou na malla, como hoxe aínda se fai nas vendimas ou nas matanzas.

Non obstante, aínda que polo xeral se procuraba que a casa fose autosuficiente, eles mesmos precisaban da concorrencia doutras persoas que achegaban saberes e traballo especializados. De feito, como amosa a documentación histórica, nas aldeas e vilas había unha enorme gama de artesáns que atendían as necesi-

dades da xente. No rural era común que labregos fosen dunha vila a outra ofrecendo os seus servizos en tempadas. Estas profesións itinerantes abranguían desde as cuadrillas de canteiros —sonadísimos son os da Terra de Montes— ata os telleiros —como os do Rosal— ou os arrieiros e tratantes que compraban coiros, gando ou peixe seco ou salgado para levalo logo a outros mercados. De feito, sobre todo a partir do século XVIII, moitísimos homes e mulleres exercían algún tipo de oficio máis alá do traballo no campo ou no mar como forma de completar os ingresos da casa; unha parte moi importante deles tiñan que ver coa transformación e comercialización de alimentos. Son as panadeiras de Cea, Betanzos ou comarca de Santiago; as queixeiras de San Simón ou a Ulloa, as rosquilleiras de Melide ou Silleda, as polbeiras do interior ourensán, as peixeiras das vilas da costa etc., curiosamente a maioría mulleres.



Un oficio que se mantivo nas formas antigas ata hai pouco tempo é o do augardenteiro. Eran xentes procedentes sobre todo das comarcas vinícolas de Ourense e Lugo e percorrían as aldeas coa alquitara ás costas para destilar o bagazo. Instalábanse nunha casa e alí ficaban uns días mentres traballaban para os colleiteiros da zona; rematado o traballo, continuaban á seguinte aldea. Foi a súa presenza o que permitiu a conservación e a transmisión dos saberes e costumes vinculados á elaboración de augardentes, xa que os adegueiros nin sabían nin podían adquirir o equipamento necesario.

No cotiá o muiñeiro, o ferreiro, o carpinteiro, as redeiras, o matachín da aldea ou da contorna inmediata achegaban o seu *expertise* ás tarefas e adoitaban exercer o oficio con maior estabilidade.

A profesionalización da elaboración de alimentos ten lugar inicialmente no ámbito das grandes casas e institucións, pois son elas as que poden afrontar o custo dunha persoa (ou varias) dedicadas a cociñar. Aínda que deben de existir de sempre, só podemos documentar a súa presenza nos séculos medievais á fronte precisamente destas cociñas acomodadas. Temos que supoñer que nas tabernas das cidades e das vilas

tamén habería quen preparase os xantares.

As contabilidades dos mosteiros e das casas fidalgas dos séculos XVII ao XIX amosan como estes cociñeiros —a maioría dos documentados son homes— son profesionais competentes na loxística da adquisición e da conservación dos alimentos —chegaban por tempadas co pago das rendas ou había que facelos traer—, no manexo da despensa, na preparación de fórmulas de conservación como escabeches, embutidos ou conservas e por suposto, na cocción e elaboración das receitas. Sabemos tamén que eran quen de preparar menús con certa sofisticación e con presentación requintadas —como requirían as mesas de xente acomodada—, mesmo en casas fidalgas medianas.





Nestas cociñas traballan polo común varias persoas cunha certa xerarquía; arriba estaría un cociñeiro, como Mestre Bartolomé —que comandaba o equipo ao servizo do arcebispo Afonso de Fonseca a finais do século XV— e ao final xente como Francisquillo, *criado de cocina* do mosteiro de San Martiño Pinario contra 1654. Uns e outros encárganse de seleccionar e comprar no mercado urbano os alimentos necesarios para a casa, de preparar as carnes (seca ou en embutido), de encargar os queixos e froitas de fóra, gardar o azucre e as especias etc. Máis alá das casas fidalgas, a xestión de cociñas complexas como as monásticas, as universitarias ou as hospitalarias non era cousa sinxela, non só pola multitude de comensais —que segundo as pautas da época requirían alimentos diferenciados—, senón tamén pola dificultade para ter a despensa abastecida nuns tempos nos que o transporte e o comercio de alimentos era

bastante precario. De aquí que a súa principal preocupación debeu de ser a loxística e o deseño de menús a partir do dispoñible nela.

Había tamén, polo menos desde o século XVII, profesionais que eran contratados para momentos puntuais, e temos noticia da complicadísima loxística dalgúns grandes convites. É o caso dos que ofrecían a cidade de Santiago aos homes que o rei enviaba para facer a ofrenda ao Apóstolo no seu nome ou os festexos que se facían en todas as cidades cando se entronizaba un novo rei; os máis complexos de todos foron os vinculados ás presencias reais, como a da raíña Mariana de Neoburgo en 1690. Ducias de mulleres foron recrutadas para cocer o pan, fixéronse traer desde lonxe doces e confeituras (terróns de azucre, biscoitos de Monforte, limonciños de Vigo, *cajas* de Tui) e xeleas de froitas para facer refrescos, barrís de peixe escabechado, manteíga, ducias de polos... Cada unha destas visitas especiais



tensaba toda a comarca próxima á cidade e no caso das máis grandes ocasións, toda unha provincia.

Aínda que non estivo dirixido por cocineiros, un esforzo similar foi o que se desenvolveu en toda Galicia para a subministración á Gran Armada que o rei Felipe II enviou cara a Inglaterra en 1588 e a moitas que a sucederon.

O século XIX ve emerxer a figura do cocineiro como profesional de certa consideración. Está ligada á chegada de novas tendencias como a cociña internacional e os cafés e restaurantes á moderna e á emerxencia destes lugares como espazo de sociabilidade, e xa non só como un recurso en caso de viaxe ou necesidade. Ao fío deles xurdirán as confeitерías e pastelerías, que experimentarán unha transformación semellante.

Algúns establecementos gardan hoxe a memoria dese tempo como é a Casa Mora en Santiago —sucedora do mítico José María Blanca, reposteiro real—, Madarro en Lugo ou La Gran Antilla na Coruña, e xa nun perfil máis popular os restaurantes máis antigos de Galicia (Paz Nogueira en Santiago, A Centoleira en Bueu, La Morada de Carnota e Casa Ces en Poio).

No século XX, os saberes e os profesionais proxectaranse con moita forza, tanto a través de repositivos



como os de Picadillo como dunha literatura e reflexión propia —xa iniciada na centuria anterior da man de xente como Ángel Muro ou Camilo de Cela—, que acadou o seu cumio con Álvaro Cunqueiro.

O seu esforzo e a creación de escolas profesionais para as distintas áreas implicadas sentaron as bases para unha modernización dos saberes da tradición culinaria galega e da súa difusión. En paralelo, os outros sectores implicados —como os produtores ou elaboradores— levaron a cabo un inmenso traballo de modernización sen perderen os valores e saberes da tradición. Desta conxunción nace ese equilibrio que hoxe caracteriza a gastronomía galega entre os saberes e os sabores tradicionais e a modernidade.

Obra realizada ao abeiro do Fondo de proxectos culturais
Xacobeo 2021 da Xunta de Galicia



**XUNTA
DE GALICIA**



Xacobeo 2021

galicia