

Sabores con historia



XUNTA DE GALICIA

Autoras



Deseño

ográfico

Fotografía:

- Arquivo dehistoria
- Arquivo Histórico Provincial de Lugo
- Lesmes fotógrafos

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



H I S T O R I A





Sabores con historia

A tradición gastronómica galega é o resultado dunha longa historia e dunha intensa relación dos galegos e das galegas co seu territorio. En todo momento desenvolveron estratexias para aproveitaren os recursos dispoñibles e obteren deles un sustento. Co tempo o que foi unha resposta á necesidade de alimentarse foi dando lugar tamén a todo un conxunto de hábitos culturais, habilidades técnicas ou prácticas sociais que foron mudando co paso dos séculos e que son a base da especificidade galega nesta materia.

As circunstancias sociais e económicas de cada tempo condicionaron a

despensa das familias e os costumes e as posibilidades arredor da cociña e do sustento. Afirmaba Domingo García Sabell, con moita razón, que a galega non é a cultura gastronómica da fartura, pois a maioría dos nosos antepasados pasaron fame ou, polo menos, limitacións. É precisamente da necesidade de aproveitaren ao máximo os alimentos dispoñibles de onde xurdiu a creatividade, a diversidade e a autenticidade da nosa gastronomía. Houbo tamén mesas fartas e delas temos o noso legado de preparacións sofisticadas e técnicas requintadas. Así, a cultura culinaria galega de hoxe bebe nestas dúas tradicións, como a nosa historia e o territorio que compartimos.



Unha longa historia

Un feito común a todos os períodos históricos é que a dieta dos galegos e das galegas era diversificada e conformada a partir dos recursos do territorio. Estes foron evolucionando ao fio dos cambios sociais, da introdución de tecnoloxías e da construción progresiva dun corpo de coñecementos e prácticas arredor da alimentación que se iría enriquecendo coas achegas das sucesivas xeracións.

Se nos tempos máis remotos as comunidades orientaban o seu esforzo á caza e recolección dos froitos silvestres, podemos documentar a agricultura e a gandaría no momento Neolítico e mesmo vincular a súa presenza a comunidades organizadas que foron quen de nos deixar os singulares monumentos megalíticos. Precisamente nun deles, o de Dombate, atopamos a proba máis antiga da elaboración de derivados lácteos.

As comunidades castrexas cociñaban ao lume vivo e na pedra; deixáronnos coitelos, grellas para carnes e peixes,

fogares e olas que testemuñan unha dieta en que ovellas, cabritos, peixe e mariscos levan o peso. Posiblemente herdamos deles a querenza polas castañas e posiblemente as filloas e o gusto polos xantares en compañía. Deixáronnos tamén a cultura das graxas animais - pois ata tempos recentes a manteiga (de vaca ou de porco) era a base dos nosos pratos - e posiblemente o caldo - pois da análise da súa louza dedúcese que tomaban algún tipo de cocción de verdura cunha graxa animal - .

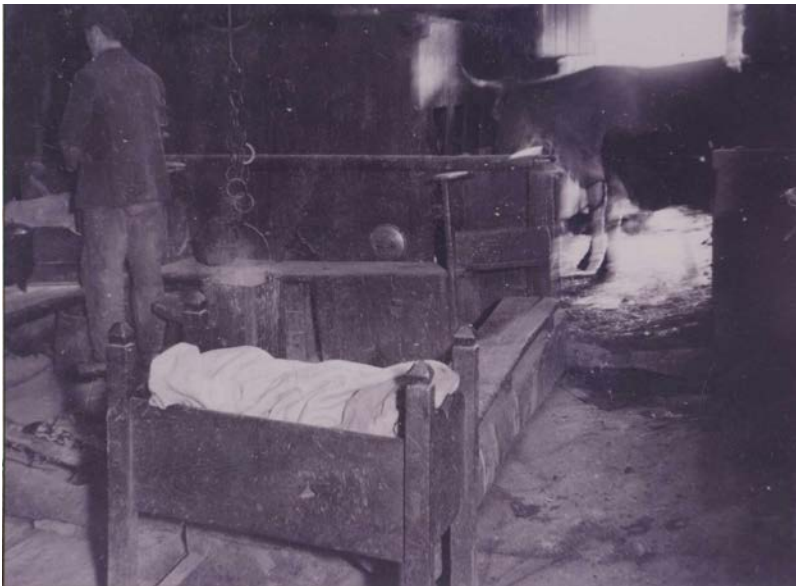


Os romanos superpuxeron as súas prácticas sobre a cultura culinaria existente e trouxeron algúns froitos como o viñedo, a figueira e, posiblemente, a oliveira. Eran xente de carne de vaca e de moito peixe, pero tamén de fabas, chicharos e verzas e sobre todo de froitas; de feito, parece que nos legaron distintas variedades de peras e mazás, así como as cerdeiras. Ademais de todos estes alimentos, trouxeron o *mulsum*, unha preparación de fariña con auga, leite ou caldo que garda gran parecido coas nosas papas.

As primeiras instalacións industriais para a transformación de

peixe orientadas á comercialización son deste tempo; tamén os primeiros lagares para a vinificación e mesmo as primeiras trazas de elaboración de aceite. Hai un cuarto legado da romanidade que non se pode esquecer: a preferencia polo gando vacún na alimentación, unha elección que permanecerá ata os nosos días.

Da suma das achegas e costumes de castrexos e romanos teríase desenvolvido, como noutros aspectos, unha simbiose, unha dieta mixta con elementos das dúas culturas, que sería a máis común nas aldeas galegorromanas.



A cristianización tivo o seu impacto na tradición culinaria, aínda que os feitos determinantes na dieta medieval foron as limitacións tecnolóxicas e demográficas e o feito de que uns poucos vivisen do traballo da maioría, que tiña que pagar unha renda polas terras que labraba. As casas labregas vían limitada a súa autonomía para decidir que cultivar, tiñan poucas ferramentas e eran pouca xente; a consecuencia foi que a sociedade vivía nun equilibrio inestable no que alternaban épocas de enorme crecemento con tempadas de crise. As malas comunicacións dificultaban o comercio dos alimentos máis comúns, como o cereal, así que un ano de malas colleitas implicaba fame para moitos e restricións para unha minoría, e en todas as mesas reflectíase a conxuntura do momento.

A relixión provocou a emerxencia do peixe (fresco ou salgado/seco) como alimento habitual mesmo no interior e tamén facilitou o desenvolvemento de pratos sinxelos a partir de ovos e carnes magras, pois non todo o mundo podía servir na súa mesa peixe fresco na Coresma. Non obstante, a variedade, calidade e consistencia de cada mesa estiveron máis influídas polo sistema agrícola, a comercialización e a riqueza. De feito, o conxunto da sociedade compartía unha base alimentaria: o pan - sobre



todo de centeo - era base do sustento e acompañábase de carnes e vexetais ou froita. As diferenzas viñan máis pola diversidade e a cantidade; en efecto, mentres os ricos comían pan branco ou carnes con certa frecuencia, nas casas labregas a dependencia das colleitas era estreita e o pan era de centeo, e a calidade do compango dependía da época do ano e do tamaño da familia.

As cidades son un espazo diferenciado porque non producen todos os alimentos que necesitan, senón que viven do que o comercio de proximidade pode ofrecerlles. As ordenanzas amosan o ben fornecidos que están os seus mercados de



carnes, peixes, pans cocidos, viño e mesmo produtos exóticos como as especias; tamén se aprecia nelas unha preocupación constante pola calidade e a frescura dos alimentos, así como polos prezos de venda. Carnes de vacún e ovino, polos, polbos secos, lamprea (escabechada ou empanada), congro e pescada seca, pan cocido en diversos pesos, viño do país ou de fóra, trigo ou centeo, queixos e froita... estaban presentes nos mercados das cidades.

É o acceso sen trabas a esa oferta o elemento que marca a verdadeira diferenza e o que terá maior reflexo na mesa: a xente acomodada atopará na súa dieta e nos costumes arredor dela (banquetes, vaixelas, receitas) un elemento de distinción. De feito, o que comían as xentes ricas de Ga-

licia parecíase pouco ao do pobo e asemellábase ao das elites doutros lugares.

Nas casas labregas o pan, con algo de carne - sobre todo de porco - e verduras - na forma de caldo por exemplo -, o queixo, as froitas e o viño e a sidra constitúen a base dun sustento que se serve a carón da lareira en enxoval de madeira. Nas mesas cabaleirescas, sobre todo nos días de luxo, as carnes son finas (cabrito, caza, pichóns), os queixos e o viño de importación, as vaixelas finas (mesmo de cerámicas como a de Talavera), todo ben preparado e mesmo con amenidades. Esa separación entre a mesa de ricos e a do resto manterase ata o século XX.

Algunhas pezas de arte románica ou gótica amosan escenas de xantares, sobre todo ao fío das representacións da Última Cea: os comensais dispóñense arredor da mesa e comparten as viandas (pan, viño) que se presentan en fontes para compartir, aínda que hai pratos para cada quen. No gran salón do pazo arcebispal de Santiago os capiteis reflicten a suntuosidade dos banquetes alí celebrados; hai ademais músicos e vaixelas exquisitas e alí podemos apreciar a primeira representación do que parece ser unha empanada.

Na Idade Media documentamos por vez primeira preparaci3ns ben populares como as filloas, a empanada, a costrada, os xam3ns e lac3ns, queixos, a sidra ou os vi3os das actuais denominaci3ns de orixe.

As mesas da Galicia renacentista e barroca sup3nen un salto moi significativo na li3a da tradici3n. Para comezar temos m3is noticias sobre elas, o que nos permite ter unha visi3n m3is clara do panorama. Mant3nense alg3ns usos como o do pan como sustento b3sico ou a diferenciaci3n social a trav3s dos alimentos; permaneceron algunhas receitas antigas, pois chegaron aos nosos tempos, e desapareceron outras polos cambios nas modas e nos padais.



O gran cambio na mesa da xente com3n v3n coa introduci3n dos produtos americanos, nomeadamente o millo. Como cereal entrou rapidamente na dieta a trav3s do pan; como cultivo foi o alicerce dun novo sistema agrario que levou 3s explo-





tacións familiares maior produtividade, maior diversidade de colleitas e maior conexión entre gandaría e agricultura. De feito, as comunidades campesiñas desenvolveron en cada comarca unha agrogandaría que é unha sorte de economía circular onde uns froitos apoian o desenvolvemento doutros. E así nas mesas labregas houbo máis carne (fresca ou salgada), máis e máis diversos vexetais e froita, viño e augardente; desenvolvéronse neste tempo as industrias rurais nas que cada casa era un obradoiro e así popularizáronse os panos de mesa, os queixos, o pan cocido, as vaixelas das olerías do país, mesmo o azucre e algúns outros produtos sofisticados aterraron nos mercados rurais...

Eses alimentos caros son os que identifican as despensas da xente acomodada. Alí hai queixos, viños de importación e carnes selectas, azu-

cre, especias exóticas como o pemento ou o azafrán, pasta e viandas que se compran xa elaboradas, como é o caso dalgúns doces; todo se serve en mesas e moblaxe á moda, con vaixelas traídas de Castela ou do Mediterráneo (e incluso de Oriente nas comarcas fronteirizas con Portugal) e ás veces con pezas de cristal e elementos sofisticados como froiteiros ou saleiros. Os pratos saen de cocinas máis complexas onde aparecen novos instrumentos como as chocolateiras.

As xentes comúns teñen unha dieta cotiá que é máis ben monótona e vai mudando ao fio do cambio das estacións e do nivel da despensa; interrómpese esa tónica nos días da festa, que é cando aparecen nas mesas a carne e os doces. A predilección da nosa docería tradicional polas sobremesas a base de ingredientes básicos (fariña, ovos, leite ou azucre)

conecta sen dúbida con esta tradición, así como a forte presenza dos vexetais na dieta, incluso hoxe en día.

Aínda que nas casas de moitos fidalgos a rutina era bastante semellante á das casas de labregos abastados, polo xeral a mesa dos ricos era máis variada, non só porque tiñan máis recursos, senón porque na súa sociabilidade entraban visitas, agasallos e convites nos que irremediamente estaba presente a comida.

Ofrecer o mellor e o máis axeitado á persoa e á ocasión era un elemento de diferenciación social, de xeito que convidar ou ofrecer alimentos nobres honraba a casa e a mesa que os servía.

Se as privacións da dieta labrega se compensaban coa fartura nos días de festa, as elites preferían a sofisticación e a exclusividade. Nas conmemoracións familiares, nas visitas sociais ou mesmo nos convites pú-



blicos predominan as receitas que denotan riqueza: carnes con prebes complicados e especiados, produtos singulares (olivas, sorbetes, pasta, viños doces), verduras recheas, importacións... É singular o caso dos doces deste tempo, pois fusionan dous elementos de distinción: son de elaboración moi complexa e levan ingredientes caros; amendoados, ovos moles, biscoitos, confeitu- ras de froitas, froitas confeitadas etc, son típicos deste tempo e non era raro mandalos traer dos lugares onde eran sonados, como é o caso dos biscoitos de Monforte ou os limonciños de Vigo. A torta hoxe coñecida como de Mondoñedo é un fósil da cociña dese tempo coa súa laboriosa elaboración e a mestura de ingredientes exclusivos; tamén a Tarta de Santiago - que se pode rastrexar ata o XVI - as confeitu- ras de froitas ou o viño tostado.

Aguardiente puro de orujo

de la Sociedad de Cosecheros de la Rúa de Valdeorras:
Precio: cántara de 16 litros 15 pesetas con guía para su circulación.
Para pedidos y demás detalles diríjase al Gerente de dicha Sociedad.

As dúas liñas culinarias desta época deixarán unha parte do seu legado no noso tempo, pois hoxe podemos rastrexar alí a orixe de preparacións

como as receitas con lingua de vacún, os fritos (de peixe, vísceras ou vexetais), os froitos de tixola (as chulas), o pan de millo, o bacallau desalgado ou variedades hoxe tan galegas como os pementos, sen esquecer que é o momento en que se cimenta a sona das carnes de boi e vaca, de moitos queixos e doutros produtos tradicionais que comezaron a comercializarse neste tempo.

A modernidade vén da man da industrialización, do crecemento das cidades e da mellora das comunicacións e o comercio. Aos comercios urbanos e rurais chegará cada vez en maior medida unha oferta estable tanto de produtos de primeira necesidade como daqueles máis reservados. O importante será outra vez a riqueza, pero haberá cada vez máis xente con capacidade para comprar nas tendas, uns pouco, outros todo o que precisan. Ao tempo, o sistema agrario experimentará tempos de fonda crise que alterarán con outros de bonanza; a diferenza é que estes cambios dependen cada vez menos de factores casuais como a meteoroloxía e máis con decisións políticas ou conxunturas internacionais.

E houbo momentos de grandes pasos cara adiante: o mundo do mar creou a partir da implementación das conservas herméticas todo un

sector económico que foi o primeiro de Galicia; os labregos emerxeron como suxeito político e como a xente emprendedora que sempre foran nos primeiros anos do século XX, e foron capitais na renovación do noso agro e da súa primeira modernización. O marisqueo profesional, os grandes barcos conxeladores ou as cooperativas agrogandeiras supuxeron unha posta ao día do sistema de produción de alimentos despois da guerra civil.

A novidade mais interesante é a mellora substancial na dieta, pois se durante boa parte do século XIX nas casas modestas o caldo era case o único sustento, esta situación foi mudando, sobre todo na centuria seguinte; en todo caso, pasadas as penurias da posguerra, as pautas serán totalmente diferentes. Serán tamén máis dependentes da subministración de comercios e tendas, aínda que, como sucede aínda hoxe en día, mantéñense as liñas xerais da tradición a respecto do perfil dos alimentos, formas de cocción etc. Emerxerá un pouso común a todos os grupos sociais de xeito que a dieta e as preferencias son máis semellantes e a diferenza estará agora no matiz (de calidade, frescura, procedencia ou complexidade de preparación); e así, non será o mesmo o chocolate saboroso, doce e con corpo que toman os burgueses que a



cascarilla máis líquida dos xornaleiros. E así, con todo.

Esas dúas pautas de consumo que ata entón se desenvolveran por separado comezarán a integrarse no século XX; ata daquela as persoas acomodadas preferían seguir as tendencias de clase e apostaban pola cocíña francesa, que era a predominante. A culinaria da xente modesta emerxerá da man das tabernas e



casas de comida que foron tan populares nas vilas e cidades desde finais do século XIX.

Ángel Muro, Camilo de Cela, Picadillo, Álvaro Cunqueiro, José María Castroviejo... Os expertos e a literatura gastronómica irán dando forma e proxección exterior e interior aos saberes e sabores de Galicia. Comezará a recollida e a reflexión, a sistematización das receitas e as técnicas... Pouco a pouco vaise conformando iso que agora chamamos cociña tradicional galega, que nace da fusión da cociña dos pazos e das casas fidalgas coa das casas modestas.

Esa é a tradición que chega ao século XXI e que é recoñecida como xenuína e auténtica. Suma preparacións nadas nas casas labregas e de antigüidade remota como o caldo, as papas ou as filloas con outras de innegable raíz fidalga, como os doces de améndoa ou os capóns asados.

Nese proceso de fusión, que non se fixo dun día para outro, houbo tempo e espazo para a innovación. Incorporáronse novos alimentos como as novas froitas e verduras (cada día eran máis comúns nos mercados urbanos), os alimentos preparados (conservas de peixe, por exemplo), os de procedencia industrial (pas-

ta, galletas, bebidas), preparacións como as cremas dos doces; mesmo se modificou a base da cociña, que xa non é a manteiga, senón o aceite.

Nesta transición á actualidade perdéronse moitos sabores, pois mudaron tamén os padais, conserváronse outros e desenvolvéronse outros novos, vinculados aos novos costumes. A base é sempre a conexión co territorio e a aplicación da creatividade e da habilidade do pobo para elaborar os alimentos. Foron mudando as tecnoloxías, as receitas e, pouco, o xeito de consumilas, pero permanece un pouso que é ese que se mantén nas cociñas, nas granxas produtoras ou nos establecementos de hostalaría.

O obxectivo é sempre o mesmo: equilibrar a tradición herdada cos medios e gustos actuais. Ese é o segredo e telo acadado é o sinal de ter superado o desafío con éxito.

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

