

# LA ALIMENTACIÓN EN TÍJOLA

CARMEN MARÍA DE HARO GARCÍA, ENCARNACIÓN HERNÁNDEZ MARTÍNEZ

## 1. LOCALIZACIÓN Y POBLACIÓN

Tíjola es un pueblo de la provincia de Almería. Se encuentra situado en el valle del Río Almanzora y delimitada por la Sierra de las Estancias y Sierra de los Filabres. Es uno de los términos municipales del interior de la provincia, perteneciente a la comarca del Alto Almanzora. Linda al Norte con el termino Municipal de Lúcar, al Este con Armuña del Almanzora, al Sur con Bayarque y Sufli y al Oeste con Bacares y Serón. El término municipal de Tíjola tiene una extensión de 67'24 Km<sup>2</sup>. Se encuentra bien comunicado a través de la carretera Comarcal B23 que enlaza con la autovía del Mediterráneo. Según datos del último censo de población ( 01/05/2000 ) este municipio cuenta con 3911 habitantes, 1929 son hombres y 1982 son mujeres. Existe un gran porcentaje de personas sin alfabetizar y sin estudios ue componen el grueso de la población, normalmente se trata de personas de edades avanzadas. Por el contrario hay una minoría de personas con estudios medios y superiores, correspondiente a las nuevas generaciones de población.

## 2. SECTOR ECONÓMICO

Desde tiempos remotos, Tíjola ha sido un pueblo eminentemente agrícola, igual que todos los de su entorno. Sus habitantes han cultivado con esmero las tierras, como medio más apto para sobrevivir y prosperar. Dada la antigüedad de su historial como pueblo, la agricultura se ha ido desarrollando según la cultura imperante, empleado desde los procedimientos más arcaicos, como la trilla con mayal, el rodillo, el arado romano de madera que después será de hierro, la azada y el escardillo, entre otros; hasta los más modernos métodos mecanizados. Las cosechas típicas del pueblo de Tíjola han estado durante años dedicadas al cultivo de cebada, trigo, maíz y vino; seguidas de aceite, garbanzos y habichuelas. Posteriormente estas cosechas se ven acentuadas por la remolacha y la patata. Pero el producto cultivado que se había de convertir en el más importante es la uva de mesa. Ac-

tualmente existe un claro predominio de la ocupación en el sector agrario, destacando una agricultura de montaña, de baja rentabilidad, pero con existencia de monocultivo de alto interés: olivo y almendro, y cultivos de hortalizas en la temporada de verano.

Bajos índices de mecanización, reducido tamaño de las explotaciones, y deficiente comercialización de los productos agrarios, son los principales problemas de la agricultura existente. El empresario agrícola normalmente tiene explotaciones de pequeño tamaño y baja rentabilidad, donde la mano de obra es familiar. Normalmente son los grandes propietarios, los que contratan mano de obra temporal. El sector ganadero tiene escasa importancia con predominio del ganado ovino y caprino. Existen granjas de corderos y pollos.

### 3. GASTRONOMÍA DE TÍJOLA

Los platos que a continuación mencionamos están realizados esencialmente por productos naturales, bien sacados de cultivos o bien de la caza en cuanto a las carnes.

#### *PLATOS FUERTES Y VARIADOS.*

- Potajes “de Cuaresma”, con albóndigas de bacalao.
- Potaje de Semana Santa “rápido”.
- Rin – Ran de mi Abuela.
- Sopa de Tomillo
- Olla de hinojos, de calabaza o de trigo.
- Gachas, Tortasgachas y Maimones. ( Comidas para tomar con cucharas de hierro forjado)
- Fritada de conejo o costilla (bien conservada en aceite)
- Empedrao de habichuelas y arroz.
- Estofaos con carne de choto y de ternera.
- Gurullos con conejo, liebre o perdiz.
- Perdices y palomas estofadas o encebolladas.
- Patatas asadas al horno con tocino y pimienta.
- Pucheros de berza y cocidos clásicos.
- Caldos de pimentón o pescado.
- Soldaditos de Pavía.
- Gazpachos, Pipirranas y las “Ensalas”, a base de hortalizas frescas y sabrosas de la tierra.
- Tapas de cocina, en Bares y Tascas.
- Las migas de matanza. Este plato merece una mención especial, debido al motivo por el cual se comen y este es tan curioso que cabe decir que este delicioso plato es comido en los días del año en que llueve, siendo esta una tradición de siempre.

*BEBIDAS.*

Conseguidos con medios primitivos y caseros, ponemos en conocimiento el llamado “Vino del País”.

- Mostos y Mistelas.
- Aguardientes.
- Refrescos: “Cuerva” o más conocida y similar a la “Sangría”.

*POSTRES DE FRUTAS.*

- Destacan la uva y los melocotones.
- Brevas ▪ Higos (coloraos, martos, blancos).
- Albaricoques, ciruelas, melones “de pan” y sandías.
- Cerezas, moras de árbol y zarzas, maribolanos.
- Fresquillas, chumbos, jínjoles, caquis.

*DULCES DE REPOSTERÍA.*

Caseros:

- Mantecados serenados, Alfajores, Polvorones y “Suspiros”.
- Tortas de chicharrones y de bizcocho. Pan de aceite.
- Roscos fritos de vino, aguardiente y huevo.
- Hornazos de San Marcos, con variedad de masas y adornos de huevos duros.
- Magdalenas, Empanadillas de cabello de Ángel,
- Tartas, principalmente de chocolate.
- Uvas y cerezas en aguardiente, Mermeladas, Frutas en almíbar.
- Arroz con leche y canela, Natillas de huevo, Flanes variados.
- Churros y Buñuelos de viento, leche frita, Torrijas.

Fabrica Local:

Bizcochos, Medias naranjas, Piononos, Teticas de merengue, Pastasfloras, Turrone, Magdalenas, Alfajores y Mantecados, Tartas heladas, Paulas, Frutas endulzadas, “Gitanitos”, Hojaldres, Riñones, Tortas de Manteca, Empanadillas, Frutas de coco y chocolate.

## RECETAS

### POTAJE DE SEMANA SANTA “RÁPIDO” LUGAR: TÍJOLA

#### INGREDIENTES:

- ¼ KG. GARBANZOS
- 3 HOJAS DE LAUREL
- 1 CABEZA DE AJOS
- 100 GRAMOS DE BACALAO HECHO ASTILLAS
- 2 PIMIENTOS VERDES
- 4 PATATAS MEDIANAS
- ¼ KG DE ALMENDRAS
- 1 MOLLA DE PAN
- 1 PELO DE AZAFRÁN
- 4 HUEVO

#### ELABORACIÓN:

Este potaje comienza con la cocción de los garbanzos acompañados de 1 hoja de laurel y la cabeza de ajos. Una vez cocidos estos se extrae la hoja de laurel y la cabeza de ajos. A continuación se añaden las astillas de bacalao (sin raspas), 2 pimientos verdes troceados y las patatas jajadas y no partidas.

Paralelamente en una sartén se frien las almendras, la molla de pan, el pelo de azafrán y las hojas de laurel que se dejan caer en el aceite y se retiran inmediatamente, seguidamente se pica todo esto y se le añade al potaje acompañado de los huevos que hemos cocido.

El secreto de esta comida radica en que las patatas sean jajadas porque así aumentan su sabor y el retirar pronto las hojas de laurel del aceite para que su sabor no ahogue al del potaje en sí.

## **SOPA DE TOMILLO**

### **LUGAR: TÍJOLA**

#### **INGREDIENTES:**

- 1 COLIFLOR
- SAL (AL GUSTO)
- 8 REBANADAS DE PAN
- 1 DIENTE DE AJO
- 1 RAMA DE TOMILLO

#### **ELABORACIÓN:**

Se cuece la coliflor con sal. Una vez cocida se retira y al caldo de cocerla se le añade la ramita de tomillo. A continuación se tuestan las rebanadas de pan y a cada una de ellas se les restriega un ajo y se le añade un poco de aceite. Por último, a la hora de servir las, el caldo anterior se vierte encima muy caliente.

## **MAIMONES**

### **LUGAR: TÍJOLA**

#### **INGREDIENTES:**

- 1 CEBOLLA GRANDE
- 2 TOMATES MADUROS Y GRANDES
- 2 DIENTES DE AJO
- ACEITE
- UN POCO DE PIMIENTO MOLIDO
- APROXIMADAMENTE 1.5L DE AGUA
- 1 CUENCO DE HABAS PELADAS
- 1 TROZO DE LONGANIZA
- 1 PIMIENTO VERDE ASADO
- AZAFRÁN
- 4 PATATAS
- 1 PIMIENTO ROJO SECO
- 5 CUCHARADAS SOPERAS DE HARINA

#### **ELABORACIÓN:**

En una sartén se fríe la cebolla cortada en trocitos muy pequeños, a continuación se fríen los tomates y los dientes de ajo a los que se le añade el pimiento molido. Seguidamente en la cacerola se echa todo y se le agrega el agua, las habas, la longaniza hecha rodajas, el pimiento verde asado, el azafrán y las patatas jajadas. Aparte se fríe el pimiento rojo seco y después de frito se pica en el mortero, se hecha un poco de agua y 4 ó 5 cucharadas soperas de harina y se bate. A continuación se vacían en la cacerola con el resto de los ingredientes y se dejan a fuego lento 5 ó 6 minutos, moviéndolo de vez en cuando.

## RIN-RAN DE MI ABUELA LUGAR: TÍJOLA

### INGREDIENTES:

- PATAS
- 1 PIMIENTO VERDE
- AZAFRÁN
- SAL
- 1 TOMATE SECO
- 2 PIMIENTOS SECOS Y VERDES
- 1 TRIPA DE LONGANIZA PEQUEÑA
- ¼ KG DE TOCINO MAGROSO
- 6 PIMIENTOS ROJOS SECOS
- 1 CEBOLLA PEQUEÑA
- 4 DIENTES DE AJO
- 2 TOMATES GRANDES
- PEREJIL
- COMINO
- 1 HUEVO COCIDO
- 1 CUCHARADA SOPERA DE ACEITE

### ELABORACIÓN:

Se ponen a cocer con la menor agua posible las patatas con el azafrán, la sal, el tomate seco, y los 2 pimientos secos verdes. Una vez cocidos se hace un puré con las patatas y el tomate; los pimientos se le agregan en trozos.

Aparte se cuece la longaniza y los tacos de tocino, añadiéndoselos más tarde en trozos al puré de las patatas. En el agua de cocer las patatas se ponen los 6 pimientos rojos secos, la cebolla en 4 cascotes, los 2 dientes de ajo, los tomates maduros y el perejil y se pone a cocer. Cuando ha terminado la cocción se le retira un poco de agua para que no quede caldoso y se majan en el mortero otros 2 dientes de ajo, cominos y una cucharada sopera de aceite.

Al puré de patatas se le añade este picadillo y se hace una pasta (parecida a la “ensaladilla rusa”). Para presentarlo se adorna con un huevo duro y rajillas de pimiento verde, sirviéndolo templado.

## **SOLDADITOS DE PAVÍA**

### LUGAR: TÍJOLA

#### INGREDIENTES:

- BACALAO
- 1 VASO DE AGUA
- 1 CUCHARADITA DE ACEITE
- 1 CUCHARADITA DE VINAGRE
- SAL AL GUSTO
- UNA PIZCA DE BICARBONATO
- 1 CLARA DE HUEVO
- HARINA HASTA QUE LA MASA SEA CONSISTENTE
- ACEITE

#### ELABORACIÓN:

Para la elaboración de esta comida debemos desazonar el bacalao metiéndolo en agua, tras esto lo desmenuzamos, quitándole la raspa y la piel.

A continuación se hace una masa con el agua, la cucharada de aceite, la sal, el bicarbonato, la clara de huevo y la harina, mezclándolo todo hasta que la masa quede blanda.

Se llena con una cucharada sopera, se le introducen trozos de bacalao y se frie en aceite caliente.

## **YEMAS DE BONIATO**

### LUGAR: TÍJOLA

#### INGREDIENTES:

- 1 KG DE ALMENDRAS LIMPIAS Y TRITURADAS
- 1 KG DE AZÚCAR
- 1 KG DE BONIATOS COCIDOS Y TRITURADOS
- CANELA
- ALMENDRA MOLIDA

#### ELABORACIÓN:

Las almendras, azúcar y boniatos se mezclan bien en la cazuela y se ponen a fuego lento sin dejar de mover poco a poco.

Una vez fría esta masa se hacen con ella bolas que son pasadas por la canela, azúcar y almendras molidas. Por último se dejan a temperatura ambiente, bien aireadas hasta que secan.

## PAPARAJOTES

### LUGAR: TÍJOLA

INGREDIENTES: (para 4 personas)

- 16 HOJAS DE LIMONERO (TERMINO MEDIO DE TAMAÑO Y DUREZA)
- 1 LITRO DE LECHE
- 2 HUEVOS
- RASPADURA DE LIMÓN
- 1 SOBRE DE LEVADURA
- HARINA (LA QUE PERMITA LA MASA)
- ACEITE DE OLIVA REFINADO
- AZÚCAR Y CANELA

ELABORACIÓN:

Las hojas del limonero han de ser lavadas y posteriormente secadas con una servilleta de papel. En cuanto a la elaboración de la masa se vierte en un cuenco el litro de leche y a ésta se le añaden 2 huevos batidos, la raspadura de un limón y el sobre de levadura; y se mezcla a la vez que se va añadiendo la harina hasta que la masa quede con una consistencia ni blanda ni dura. Un método infalible para saber si la masa es adecuada, es hacer una prueba, que consiste en meter la hoja del limonero en la masa, si esta queda adherida a la hoja, esta masa estará en su punto. El reposo de la masa sería de  $\frac{1}{4}$  de hora.

A continuación se rebozaran las hojas, que más tarde serán fritas en aceite. Al sacarlas después de fritas se bañan en azúcar y canela.