

Govert Westerveld

Alimentación histórica en el Valle de Ricote. Siglos VIII al XVII

Resumen: No hay estudios con respecto a las comidas musulmanas en Blanca (Valle de Ricote). Si observamos que en 1969 en Blanca se solía decir con regularidad “si Dios quiere” y que en el libro de Ibn Razin al-Tugibi (Murcia 1227 / Túnez 1293), escrito alrededor de 1243, se halla un término similar, que es “si Dios Altísimo quiere”, entonces se nota claramente que las palabras de aquellos años lejanos perduran en Blanca. Es lógico suponer que algo similar podía haber pasado con la alimentación culinaria. El objetivo de esta investigación es poder demostrar - desde la ocupación musulmana hasta nuestros días - que la influencia musulmana persiste en las comidas de Blanca (Valle de Ricote).

Palabras claves: Blanca, Valle de Ricote, Murcia, alimentación, recetas, comidas.

Abstract: There are no studies regarding Muslim foods and way of eating in Blanca (the Ricote Valley). If we observe that in 1969 the inhabitants of Blanca regularly said “si Dios quiere” (God willing) and that in the book of Ibn Razin al-Tugibi (Murcia 1227 / Tunis 1293) written around 1243 we find the similar term “si Dios Altísimo quiere” (God’s Highness willing), it is clear that the words of those distant years survive in Blanca. It is logical to assume that something similar could have happened with food. The aim of this research is to be able to demonstrate from the Muslim occupation to the present day that the Muslim influence persists in the food of Blanca (Ricote Valley).

Keywords: Blanca, Valle de Ricote, Murcia, way of eating, recipes, meals.

Siglo VIII

Durante el gobierno de ‘Abd Ar-Rahmān I (138-172 H/756-788 J.C) fue cuando se estableció y estructuró este sistema de control y defensa. Consistía en una tupida red de control de los caminos desde la altura formada por torres enlazadas visualmente entre sí, y todas ellas con una central (generalmente un hisn o fortaleza central). Se trataba de una red estatal de torres y fortalezas cuya finalidad inicial era controlar los caminos de al-Andalus. Así, a lo largo de la Vía Augusta musulmana se estableció un sistema de este tipo¹.

Cerca de la antigua aldea de Ricote en Tudmir (hoy Ulea) había un peaje en las proximidades de la calzada romana, la Vía Augusta. Allí, los viajeros tenían que pagar un peaje por sus mercancías.

De esta forma conocemos los productos alimenticios que eran comunes en aquellos años²: trigo, aceite, vino, cebada, centeno, carne y legumbres.

Siglo IX

Abu al Hassan Alí ibn Nafl, conocido popularmente como Ziryab (789-857), fue un personaje polifacético que vivió en Al-Andalus en la cofía de Abderramán II. Allí fue desplegando sus conocimientos enciclopédicos sobre el arte culinario. Isidro Sierra Alfranca nos introduce, en la obra de Ziryab, el consumo de arroz, trigo triturado, carne: (pollo, cabrito, cordero), berenjena, habas, yogur, azafrán, arroz, alubias, albaricoque, aceitunas, dátiles, calabaza, tortilla, higos, uva,

(1) Franco Sánchez, F. 2005. “La caminería en al-Andalus (ss. VIII – XV J.C): Consideraciones metodológicas, históricas y administrativas para su estudio”. En: *Transportes, Servicios y Telecomunicaciones*, Nº. 9, pp. 34-64.

(2) Franco Sánchez, F. 2008. “The Andalusian Economy in the Times of Almanzor” En: *Imago Temporis. Medium Aevum*, II, pp. 83-112. Citado en p. 91.

alcachofa, manzana, garbanzo, pistacho y pasta³.

Siglo X

Muchas de las plantas más comunes en la actualidad no fueron conocidas en Occidente hasta que los árabes las introdujeron por medio de la Península Ibérica⁴. Entre ellas están: sorgo, arroz, trigo duro, caña de azúcar, algodón, naranjos y limoneros o limas, plátanos y bananeros, cocoteros, sandías, espinacas, alcachofas, colocasia, berenjenas y mangos.

Un tratado anónimo del siglo X muestra los siguientes productos⁵:

cidro, ciruelo, arroz, espinacas, mirto, berenjena, cebolla, armuelle, bledo, altramuz, manzano, higuera, ajo, oruga, zanahoria, avellano, nogal, cerezo, albahaca, alcaucil, lechuga, durazno, fresno, verdolaga, hinojo, granado, acerolo, olivo, ruda, membrillo, azucena, castaño, cebada, mimbre, pino lentisco, uva, tamarisco, rábano, marrubio, moral, pistacho, calabaza, caña de azúcar, cardo, coliflor, puerro, vid, col, cilantro, peral, nabo, almendro, mejorana, albaricoque, naranjo agrio, álamo negro, menta, endibia, rosal castellano y jazmín.

Siglo XI

Ibn Haÿyāy

La publicación de la versión jordana del al-Muqni de Ibn Haÿyāy y su traducción al español por Julia Carabaza⁶ ha permitido un mayor acercamiento a la obra original de Ibn Wāfid / al-Nahrāwī (1008-1075) sobre la agricultura, la cual fue escrita en el siglo XI. En dicha obra observamos los siguientes productos alimenticios:

lentejas, garbanzos, habas, altramuces, pan, harina, aceitunas, vinagre, miel, coles, lechugas,

acelgas, rábanos, nabos, cebollas, puerros, ajo, ruda, apio, albahaca, pepino, calabaza, melón, caña de azúcar, palomas, gallinas, pavos reales, perdices, uva, manzano, pasas, higuera, granados, almendro, nogales, avellano, pino, castaño, alfónsigo, peral, melocotonero, ciruelo, membrillo, cidro, palmera, morera, y cerezo⁷.

Siglo XII

Entonces, para aclarar el asunto sobre las comidas del siglo XII, es mejor tener en cuenta los datos del libro de Ibn Razīn al-Tuġībī⁸, el cual fue escrito entre 1238 y 1243. Lógicamente, todos estos productos y comidas no pueden ser usados solamente en estos 5 años, sino que están basados en una larga tradición de comidas musulmanas en Murcia y sirven perfectamente para el siglo XII.

Cereales: trigo, cebada, panizo.

Arroz.

Leguminosas: garbanzos, habas verdes y secas, lentejas.

Verduras: acelgas, ajetes, armuelle, bledo, colocasia, espinacas, lechuga, verdolaga (sustituto de espinacas).

Hortalizas: ajos, alcachofas, alholva, berenjenas, buglosa, calabaza vinatera, cardos, cebollas, col, coliflor, espárragos, habas verdes, nabos, rábanos, zanahorias.

Frutas: almendras, bellotas, castañas, cidro, ciruelas, dátiles, granada (jugo), higos, limas, manzanas, membrillos, nueces, pistacho, trufas y uva.

Frutos secos: alfóncigos (pistachos), almendras, dátiles, nueces, pasas y piñones.

Condimentos: cebollas, ajos, hojas de toronjil, hojas de cidro, hojas de hinojos y vinagre.

Espicias: ajenuz, alcaravea, almáciga, anís, azafrán, canela, cilantro, clavos, cominos, espicarudo, hinojo, menta, orégano y pimienta. Me-

(3) Sierra Alfranca, I. 2010. Recensión de: *La cocina de Ziryab*, escrita por Farouk Mardam-Bey. Editorial: Zendera Zariquiey.

(4) Watson, Andrew M. 1983. *Agricultural innovation in the early Islamic world. The diffusion of crops and farming techniques 700-1100*. Cambridge.

Aubaille-Sallenave, F. 1984. "L'agriculture musulmane aux premiers temps de la conquête: apports et emprunts, à propos de Agricultural innovation in the early Islamic world de Andrew M. Watson". En: *Journal d'Agriculture Traditionnelle et de Botanique Appliquée*. XXXI-3°-4°, pp. 245-256.

(5) Kitāb fi Tartīb awqāt al-girāsa wa-l-magrūsāt. *Un tratado agrícola andalusí anónimo* (1990), ed. y trad. por A. C. López y López. Granada: CSIC.

(6) Carabaza Bravo, J. M. 1988. *Aḥmad b. Moḥammed b. Ḥajjāj al-Ishbīlī: Al-Muqni' fi 'l-filāḥa*, Tesis doctoral. Universidad de Granada.

(7) Guzmán Álvarez, José Ramón. 2005. "El compendio de agricultura atribuido a Ibn Wāfid". En: *Anaquele de Estudios Árabes*, vol. 16, pp. 83-124.

(8) Ibn Razīn al-Tuġībī. 1243. *Relieves de las mesas, acerca de las delicias de la comida y los diferentes platos*. Estudio, traducción y notas por Manuela Marín. Ediciones Trea S.L. 2007.

nos usadas: ajedrea, alcanfor, almizcle, áloe indio, ámbar, cardamomo, casia de China, galanga, laurel, mostaza, nuez moscada, ruda y zumaque.

Carnes: (carne de vacuno y ovino): cabritos, carneros, corderos, terneros, vacas. **Aves:** capones, gallinas, pollos, ocas, perdices, pájaros, palomas, pichones, zorzales y de caza.

Pescado: anchoa, anguila, esturión, mújol, negrilla, sábalo, salmonete y mojama de atún.

Alimentos de origen animal: camarones, caracoles y langostas.

Para endulzar: Azúcar, miel y arrope de uvas.

Grasas: aceite de oliva.

Huevos y lácteos: huevos de gallinas. Con respecto a la leche, en primer lugar se utilizaba la leche de oveja, seguida de la de vaca o, en su defecto, la de cabra.

Siglo XIII

Posteriormente, pequeños cambios en la alimentación debido a las influencias cristianas y judías, así como a la introducción de nuevos productos, desembocaron en la alimentación actual en Blanca⁹ y en Murcia¹⁰. Por lo tanto, se puede considerar la alimentación en el siglo XII como el punto clave. Los demás capítulos de los otros siglos nos proporcionan los cambios en la alimentación y la introducción de nuevos alimentos.

La Andalucía, o Al-Andalus, del siglo XII no era la actual región meridional de España. Era el nombre utilizado para todo el territorio controlado en España por los musulmanes árabes, originarios del norte de África. La mayor parte de España, entre ella el territorio de Murcia (Tudmir), estuvo bajo dominio árabe; pero esto iba a cambiar, como vemos en el siguiente mapa.



<https://ccss2eso.blogspot.com/2018/02/analisis-de-un-mapa-sobre-la-expansion.html>

Murcia, un importante centro de poder en el sureste, se rindió el 2 de abril de 1243 al infante Alfonso, posterior Alfonso X de Castilla. A finales de julio o agosto de 1264, la población musulmana inició una rebelión en Murcia, por lo cual Castilla pidió la ayuda de Jaime I de Aragón para recuperar a Murcia. La conquista de Murcia tuvo lugar en 1266, cuando Jaime I de Aragón con-

quistó la taifa de Murcia en nombre de su aliado Alfonso X de Castilla. Tras la conquista, Murcia fue puesta bajo el control de Castilla y perdió su semi-independencia. Posteriormente, su población musulmana se trasladó a los suburbios mientras Castilla desplazaba nuevos pobladores cristianos para la región. A partir de este momento la comida comenzó a cambiar poco a poco

(9) Sánchez Molina, Eduardo. 2003. *El buen saque: recetario tradicional*. Blanca (Murcia). Trama Entorno Gráfico.

Sánchez Molina, Eduardo. 2022. *Hearty Appetite. Traditional recipe book*. ISBN: 978-1-4710-0610-4. Blanca. Traducción en inglés: Govert Westerveld, 300 páginas.

Westerveld, Govert. 2022. *Tapas of yesteryear from Blanca (Murcia); belonging to the Morish Ricote region that Cervantes described in Don Quijote II in 1615*. ISBN 978-1-4710-3976-8 Blanca. 174 páginas.

(10) Díaz Parraga, María Adela. 2000. *Cocina regional. Cocina murciana*. Evarest. Murcia.

en Murcia. Los cristianos solían comer cerdo, seguido en importancia por la oveja y la vaca¹¹.

En la mesa de los ricos disminuye mucho el consumo de cereales, legumbres y demás productos agrícolas. Este cambio alimenticio fue más rápido y notable en la ciudad de Murcia, en comparación con los pueblos mudéjares del Valle de Ricote, donde al menos un 95% de la población era musulmana. Durante algunos siglos, en estos pueblos se siguió con la tradicional comida musulmana, hasta que la Inquisición hizo su entrada en los pueblos musulmanes de Murcia. En el caso del Valle de Ricote, el pueblo de Blanca fue seriamente castigado¹² en 1562, y fue solamente a partir de esta fecha que cambió drásticamente sus costumbres religiosas y alimentarias.

El dominio visigodo había ya traído diversas hortalizas, tales como las alcachofas, espinacas y rábanos. En el siglo XIII, los principales alimentos en Murcia eran: cereales (trigo y cebada), vino, higos y miel. Con respecto a las frutas, se mencionan: almendras, granados, membrillos, ciruelos, nogales, perales, manzanos y albaricoqueros¹³. En ese entonces Murcia producía varias materias alimenticias: cereales, vino, vinagre, carnes, legumbres, queso, miel, aceite, higos, cebollas, ajos, pasas, almendras y otros. En aquellos años, los vegetales, hortalizas y legumbres eran considerados alimentos de las clases inferiores; mientras que los ajos y cebollas, dos productos sucios y de mal olor, eran el sello de la población campesina. En algunos textos de finales del XII y principios del XIII se habla de este tipo de alimentación, compuesta de panes mixtos y oscuros, cebolla cruda, habichuelas, ajo, habas, rábanos, calabazas, berzas y nabos¹⁴.

Siglo XIV

Para saber las costumbres alimenticias por parte de los nuevos pobladores de Aragón, en Murcia, podemos consultar las obras y artículos que tratan sobre la comida en Aragón para los pobres, es

decir, para el pueblo en general¹⁵. De esta forma observamos que el pan era redondo y que su elaboración se llevaba a cabo con cereales mixtos: trigo, avena o cebada. Otros productos alimenticios eran vino, carne de carnero, de vaca, de cerdo (sólo tocino) y huevos. Del pescado solo aparece el congrio. De las verduras, se consumían legumbres frescas o secas (habas, guisantes, lentejas, garbanzos, coles, nabos y arvejas), ajos, cebollas y caldo vegetal. Con respecto a las hortalizas: se consumían las espinacas. Además, el queso (de cabra, vaca u oveja) aparece acompañado de salsa, cebolla y vino. Los condimentos forman parte habitual de la alimentación servida: aceite, queso, pimienta, azafrán, salsas, cilantro y sal.

Siglo XV

Parte del régimen alimenticio de los grupos poderosos ha quedado conservado en las fuentes contables de Murcia¹⁶. No observamos la carne de cerdo de crianza doméstica, ya que no se registra en la contabilidad municipal. A continuación, se presenta el resumen de este régimen alimenticio del siglo XV:

Año	Alimentos
1441	Aceite de oliva: solamente para frituras de pescado
1441	Adobo: especias, azúcar, mostaza, miel
1468	Agrios: (limones, naranjas, toronjas, limas)
1441	"Ajosquesos" (maceración del queso con ajos)
1456	Almojábanas: (tortas de queso y harina fritas con aceite cubiertas de miel)
1471	Aperitivo: pasas, higos blancos
1471	Arroz
1456	Arroz con leche de almendras
1456	Carne: Arreldes de vaca
1441	Carne: carnero, cabrito, lechones
1456	Carne: Espaldas de carnero, Gallinas, piernas de carnero
1468	Carne: oveja

(11) Moreno Bejar, María Cecilia. 2003. *Historia de la alimentación de la Región de Murcia. Los siglos XVIII y XIX*. Facultad de Medicina de la Universidad de Murcia, p. 20.

(12) Westerveld, Govert. 2015. *La Inquisición en el Valle de Ricote (Blanca, 1562)*. Lulu Editors.

(13) Torres Fontes, Juan. 1971. "Los cultivos murcianos en el siglo XV". En: *Murgetano*, 37, pp. 91-92.

(14) Jurado Gómez, Bernardo. 1998. "Gastronomía medieval. La cocina en la frontera: cocina arábigo-andalusí y cocina cristiana". En: *II Estudios de Frontera. Actividad y vida en la frontera. En memoria de Claudio Sánchez-Albornoz*. Jaén, Diputación Provincial de Jaén, pp. 425-438. Cita en p. 437

(15) Bertrán Roigé, Prim. 2012. "La alimentación de pobres y peregrinos en la Cataluña medieval". En: *La alimentación en la Corona de Aragón (siglos XIV-XV)*. Zaragoza, pp. 43-64.

(16) Martínez Martínez, María. 1995-1996. "Comer en Murcia (S.XV): Imagen y realidad del régimen alimentario". En: *Miscelánea Medieval Murciana*. Vol. XIX-XX, pp. 189-220. Cita en p. 194-196.

1429	Carne: perdigón, perdíz, conejo
1471	Carne: pollos, perdigones, palominos, vaca, ternera
1441	Cereales: harina para elaborar tortillas Cebada para las bestias
1441	Condimentos: ajo (para salsas), perejil, vinagre, cebolla, orégano, limón y agraz, alegría, matalahúva y oruga.
1456	Confitería: turrónes blancos, turrónes de almendras, turrónes de sésamo
1431	Dulces: Diacitrón (cidra confitada para elaborar esa bebida)
1471	Dulces: Pan de higos, letuario (especie de mermelada)
1441	Endulzantes: miel
1471	Espicias: de tradición musulmana, en primer lugar, la pimienta
1471	Espicias: para aromatizar el vino
1441	Espicias: azafrán, mostaza, canela, jengibre, clavillos, alcaravea, cilantro, nuez de jarque, "castan"
1471	Espicias: Piñones
1444	Fruta: palmito
1429	Fruta: priscos de San Juan
1468	Frutas. Brevas, cerezas, membrillos, duraznos, ciruelas, cermeñas
1471	Frutas: Melones, alcaboras, albudecas
1468	Frutas: peras y peras de invierno, higos verdes
1468	Frutas: peretas, duraznos, sandías, uvas, albaricoques de damasco
1471	Frutos secos, avellanas, almendras, pasas
1441	Hortaliza: cardos
1471	Huevos
1471	Legumbre: Garbanzos
1468	Pescado: albacoreta, pescada cecial
1468	Pescado: albur fresco
1429	Pescado: bonito, pajel, pescado salado, pescado desecado
1471	Pescado: dorada, albacoreta, congrio, pagel, bisol, salmonete, caramel
1441	Pescados: sardinas, arenadas, pescada azul, dentol, lecha
1471	Postre: arroz con leche de almendras, miel y azúcar
1471	Queso
1471	Sal blanca (de Molina)
1471	Sobremesa: piñones
1471	Tocino (para guisar la carne)
1471	Trigo: pan, tortillas de alegría (sésamo)
1471	Trigo: Tortillas de harina con matalahúva (anís)
1441	Verduras: cebollas
1429	Verduras: rábanos
1471	Vino blanco, vino tinto, vino dulce con canela

Siglo XVI

1528

Tras la caída de Granada, los moriscos y mudéjares murcianos perpetuaron todas estas especialidades gastronómicas, incluso hasta el punto de llegarlas a popularizar entre los cristianos viejos. Uno de estos productos, aparte de fideos, es la col murciana con alcaravea como vemos en la novela *La Lozana Andaluza*¹⁷.

[TÍA.-] Sobrina, más ha de los años treinta que yo no vi a vuestro padre, porque se fue niño, y después me dijeron que se casó por amores con vuestra madre, y en vos veo yo que vuestra madre era hermosa.

LOZANA.- ¿Yo, señora? Pues más parezco a mi abuela que a mi señora madre, y por amor de mi abuela me llamaron a mí Aldonza, y si esta mi abuela vivía, sabía yo más que no sé, que ella me mostró guisar, que en su poder aprendí hacer fideos, empanadillas, alcuzcuz con garbanzos, arroz entero, seco, graso, albondiguillas redondas y apretadas con culantro verde, que se conocían las que yo hacía entre ciento. Mirá, señora tía, que su padre de mi padre decía: «¡Éstas son de mano de mi hija Aldonza!» Pues, ¿adobado no hacía? Sobre que cuantos traperos había en la cal de la Heria querían probarlo, y máxime cuando era un buen pecho de carnero. Y ¡qué miel!

Pensá, señora, que la teníamos de Adamuz, y zafrán de Peñafiel, y lo mejor del Andalucía venía en casa de esta mi abuela. Sabía hacer hojuelas, prestiños, rosquillas de alfajor, testones de cañamones y de ajonjolí, nuégados, sopaipas, hojaldres, hormigos torcidos con aceite, talvinas, zahínas y nabos sin tocino y con comino; col murciana con alcaravea, y «olla reposada no la comía tal ninguna barba». Pues boronía ¿no sabía hacer?: ¡por maravilla! Y cazuela de berenjenas mojies en perfección; cazuela con su ajico y cominico, y saborcico de vinagre, esta hacía yo sin que me la vezasen. Rellenos, cuajarejos de cabritos, pepitorias y cabrito apedreado con limón ceutí. Y cazuelas de pescado cecial con oruga, y cazuelas moriscas por maravilla, y de otros pescados que serían luengo de contar. Letuarios de arrope para en casa, y con miel para presentar,

(17) Delicado, Francisco. 1528. *La Lozana Andaluza*.

como eran de membrillos, de cantueso, de uvas, de berenjenas, de nueces y de la flor del nogal, para tiempo de peste; de orégano y de hierbabuena, para quien pierde el apetito.

Siglo XVII

Durante la expulsión de los moriscos en 1613, el matrimonio ricoteño formado por Gonzalo Saurín y Mencía Torrano llevaron hasta Nápoles varios productos alimenticios: bizcocho, bacalao, sardinas, aceite, vino, vinagre, queso, ajos, verduras, atún, aguardiente, azafrán, pasas, higos y manteca de vaca¹⁸. Durante nuestro estudio de la expulsión de los habitantes de Blanca hemos detectado las siguientes frutas y cultivos¹⁹ en dicha localidad: albaricoqueros, cebada, cedros, ciruelas, granados, higueros, limeras, limoneros, manzanas, moreras, naranjas, oliveros, perales, trigo y viñas.

Siglo XVIII

En este siglo vemos aparecer poco a poco nuevos cultivos²⁰ de fresas, patatas, tomates, guindas, cerezas, centeno, avena, melocotones, chirivías, remolachas, criadillas de tierra, alfalfa, repollos, bretones, lombardos, pimiento, tomate, cohombros, duraznos, nisperos y serbales.

Conclusiones

Aunque en la actualidad muchas de las recetas del Ibn Razin tienen sabores o elaboraciones diferentes, por la influencia de la cocina cristiana, en su recetario podemos encontrar platos que hoy en día se siguen aplicando a la comida murciana: panecillos rellenos con carne, albóndigas, salchichas, morcón, gachas de harina, arroz con leche y miel (azúcar), aletría, habas secas (michirones), almojábanas, rosquillas, hojaldre, buñuelos, cogollos de lechuga, alcaparras, tallos de alcaparras y alcaparrones. Por otra parte, hemos observado que se usaron las hojas de cidro en la elaboración de comidas, algo que con el tiempo fue sustituido por las hojas de limón que hoy en día se usan en la preparación de paparajotes.

(18) Escritura en Cartagena el 3-1-1614 ante Juan de Torres. A.H.P.M. Protocolo 5.450.

(19) Westerveld, Govert. 2002. *Blanca el Ricote de Don Quijote. Expulsión y regreso de los Moriscos del último Enclave Islámico más grande de España Años 1613 – 1654*. Blanca (Murcia).

(20) Correo de Murcia, 5-2-1793, 9-2-1793, pp. 3-4; p. 4; 21-6-1794, p. 7.