



COMUNIDAD DE MADRID

- AGRICULTURA Y GANADERÍA
- DISTRIBUCIÓN COMERCIAL,
HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN
- CONSUMO ALIMENTARIO
- DENOMINACIONES DE ORIGEN
Y DE CALIDAD DIFERENCIADA
- SABORES DE COMUNIDAD DE
MADRID
- RUTAS CON SABOR



[Explotación hortícola. Fuenlabrada.]

AGRICULTURA Y GANADERÍA

La Comunidad de Madrid tiene una superficie de 8.000 km², con un 62% entre 600 y 1.000 metros de altura, y un 18% entre 1.000 y 2.000 metros. Las tierras de cultivo ascienden a 234.000 hectáreas, de las que un 35% se dedica a cultivos herbáceos y un 17% a cultivos leñosos.

En la Comunidad de Madrid hay unas 8.700 explotaciones agrarias, de las cuales un 26% son ganaderas de hervíboros (un 11% de vacuno de carne y un 13% de ovino y caprino), otro 18% son de olivar y el 17% de viñedo.

Las superficies de cereales en la Comunidad de Madrid incluyen unas 14.400 hectáreas de trigo, 48.000 de cebada y 5.500 de maíz. Las hortalizas ocupan unas 1.500 hectáreas, la mayoría al aire libre; mientras que el viñedo para vinificación ocupa unas 13.000 hectáreas y produce 184.000 hectolitros, de los que 42.000 son con denominación de origen. Además hay unas 25.400 hectáreas de olivar de almazara.

PRODUCCIONES GANADERAS

En la Comunidad de Madrid hay más de 112.000 cabezas de ganado vacuno, entre las que destaca la presencia de 40.000 vacas nodrizas

que son la base del ganado extensivo de la Sierra de Guadarrama. Hay también casi 9.300 vacas de ordeño.

La cabaña de ovino asciende a 103.000 cabezas, entre las que hay 54.000 ovejas de ordeño. El censo de caprino es de 20.000 cabezas, con 12.000 cabras de ordeño.

La producción de carne es muy superior a la que corresponde a su cabaña ganadera, debido a la alta presencia de mataderos en la comunidad, atraídos por el gran centro de consumo que es Madrid. Las producciones son de 38.000 toneladas de vacuno, 2.400 de ovino, 85.000 de porcino y 54.000 de aves.

También se producen unas 64.000 toneladas de leche de vaca, 7.500 de leche de oveja y 4.400 toneladas de leche de cabra.

INDUSTRIA ALIMENTARIA

En la Comunidad de Madrid hay cerca de 1.600 industrias alimentarias, cuyas ventas corresponden en un 23% a pan y pastelería, más del 18% a la industria cárnica, el 15% a aguas y bebidas analcohólicas, el 13% a industrias lácteas y el 7% a productos de alimentación animal, entre otras.



[Montejo de la Sierra.]

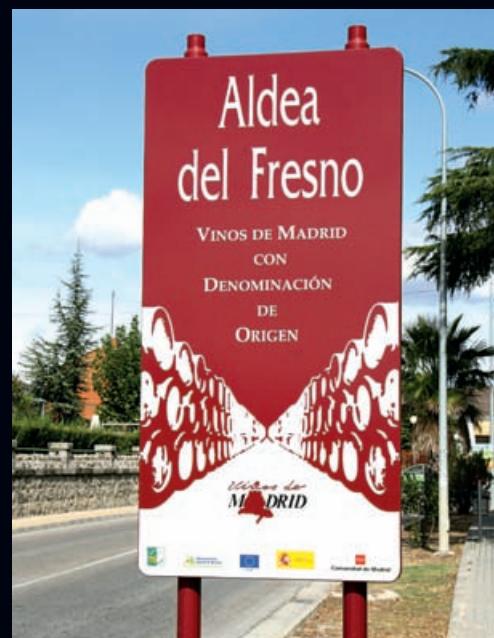


[Torrelaguna.]



[Colmenar Viejo.]

En la Comunidad de Madrid hay más de 112.000 cabezas de ganado vacuno, entre las que destaca la presencia de 40.000 vacas nodrizas que son la base del ganado extensivo de la Sierra de Guadarrama.





[Colmenar Viejo.]



[Explotación apícola en Navalafuente.]



[Manzanares el Real.]



[Guadalix de la Sierra.]



[Colmenar de Oreja.]





[Plaza de Santa Ana. Madrid.]

DISTRIBUCIÓN COMERCIAL, HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN

La Comunidad de Madrid tiene 6,5 millones de habitantes y dispone de una oferta comercial minorista que incluye más de 106.000 actividades comerciales, con una superficie de venta de 14,5 millones de m². El comercio de alimentación supone casi el 30% de las licencias y el 15% de la superficie de venta. Por su parte, el comercio especializado de alimentación registra casi 30.000 establecimientos y cerca de 1 millón de m², con una superficie media por establecimiento de 30 m².

Por importancia relativa, en términos de superficie, destacan el Grupo Carrefour, el Grupo Eroski, El Corte Inglés, Mercadona, AhorraMas y el Grupo Auchan. Por formatos, los pequeños supermercados (hasta 399 m²) suponen un 11,4% de la superficie; los medianos supermercados (400-999 m²) llegan al 32% de la superficie de venta; los grandes supermercados (más de 1.000 m²) alcanzan una superficie del 34%, y, por último, los hipermercados de la región suponen cerca del 23% de la superficie en libreservicio.

Asimismo, en la Comunidad de Madrid hay 176 mercadillos, de los que 26 se localizan en la ciudad de Madrid, con 9.400 puestos (el 40% se ubica en la capital).

En la vertiente del comercio mayorista destaca la oferta que concentra

Mercamadrid, con cerca de 1,8 millones de m², más de 500 empresas mayoristas que venden cerca de 2 millones de toneladas anuales de alimentos, en su mayoría frescos.

También destacan los 25 autoservicios mayoristas instalados en la comunidad madrileña, que alcanzan un total de 100.000 m²; entre las enseñas con más implantaciones hay que resaltar los ocho establecimientos de Hiper Usera, los cinco de Makro y los tres que tiene Miquel Alimentació.

La actividad comercial de Madrid se articula en torno a diez subáreas comerciales: Alcalá de Henares-Torrejón de Ardoz, Alcobendas-San Sebastián de los Reyes, Alcorcón-Móstoles-Arroyomolinos, Aranjuez-Ocaña, Arganda del Rey-Rivas-Vaciamadrid, Collado Villalba, Colmenar Viejo, Leganés-Getafe-Fuenlabrada, Majadahonda-Pozuelo de Alarcón-Las Rozas y San Lorenzo de El Escorial.

En la Comunidad de Madrid se contabilizan anualmente más de 17 millones de pernoctaciones en los cerca de 1.200 hoteles en funcionamiento.

La Comunidad de Madrid cuenta con cerca de 36.000 actividades de restauración y bares, entre éstas: 6.600 restaurantes, 21.400 bares y 1.500 comedores colectivos.

CONSUMO ALIMENTARIO EN LA COMUNIDAD DE MADRID

En términos medios, cada madrileño consume anualmente 129 huevos, 49 kilos de carne, 28 kilos de pescado, 79 litros de leche, 30 kilos de quesos y otros derivados lácteos, 28 kilos de pan, 12 litros de aceite, 17 litros de cerveza, 57 kilos de hortalizas frescas, 105 kilos de frutas frescas, 13 kilos de platos preparados, 18 litros de aguas envasadas, 8 litros de vino y 47 litros de bebidas refrescantes y gaseosas.

La Comunidad de Madrid registra un gasto per cápita en alimentación bastante similar a la media nacional. Por importancia, carne, pescado, frutas frescas, derivados lácteos, hortalizas frescas, pan, bollería, pastelería, galletas y cereales y leche engloban las mayores participaciones sobre el gasto total.

En comparación con la media nacional, los consumidores de la Comunidad de Madrid cuentan con un gasto superior en platos preparados, bebidas refrescantes y gaseosas, frutas frescas y cerveza; mientras que, por el contrario, gastan menos en agua mineral, pan, frutos secos y patatas. En términos de consumo per cápita, las tendencias son bastante parecidas y, tomando como referencia la media nacional, se consume una mayor cantidad de platos preparados, bollería, pastelería, galletas y cereales, frutas frescas, bebidas refrescantes y gaseosas, y frutas y hortalizas transformadas; mientras que, por el contrario, el consumo es menor en pan, aceite, derivados lácteos, hortalizas frescas y carne.



[Mercado de Maravillas. Madrid.]



[Pasaje Doré. Mercado de Antón Martín. Madrid.]

DENOMINACIONES DE ORIGEN Y DE CALIDAD DIFERENCIADA

DENOMINACIONES DE ORIGEN

- VINOS
 - VINOS DE MADRID

INDICACIONES GEOGRÁFICAS PROTEGIDAS

- CARNES
 - CARNE DE LA SIERRA DE GUADARRAMA [•]

DENOMINACIONES GEOGRÁFICAS

- BEBIDAS ESPIRITUOSAS
 - CHINCHÓN

INDICACIÓN PROTEGIDA AGRICULTURA ECOLÓGICA

- COMITÉ DE AGRICULTURA ECOLÓGICA
DE LA COMUNIDAD DE MADRID

DENOMINACIÓN DE CALIDAD

- ACEITUNAS DE MESA
 - ACEITUNAS DE CAMPO REAL
- ALIMENTOS TRADICIONALES DE
LA COMUNIDAD DE MADRID
 - AJO BLANCO DE CHINCHÓN
 - ACEITE DE MADRID
 - ESPÁRRAGOS DE ARANJUEZ
 - HORTALIZAS DE MADRID
 - HUEVOS DE MADRID
 - LECHE PASTEURIZADA DE MADRID
 - LEGUMBRES SECAS: GARBANZOS
Y LENTEJAS DE MADRID
 - MIEL DE LA SIERRA DE MADRID
 - MELONES DE VILLAOCNEJOS
 - QUESO DE CABRA DE MADRID
 - QUESO PURO DE OVEJA DE MADRID



[•] Inscrita en el Registro de la UE



[LA MADRILEÑA. Madrid. POL. [1930]. Cartulina. 32,5 x 48.]

SABORES DE LA COMUNIDAD DE MADRID

Hay quien asegura que Madrid no tiene cocina propia y también quien cree, y entre ellos me encuentro yo, que la tiene y muy característica, aunque su principal propiedad sea, precisamente, la de ser la fusión de muchas cocinas nacionales y extranjeras, matizadas con algunas peculiaridades que la hacen muy particular. Tradicionalmente hubo en Madrid dos cocinas muy diferenciadas: la de la Corte y la del pueblo, que finalmente confluyeron para dar como resultado una cocina burguesa, clase que tardó mucho en aparecer, porque al principio tenía casi como único representante al clero rico, el que oficiaba en las mansiones de la oligarquía, pero poco a poco se ha ido consolidando y adoptando una cocina que compartieron la clase trabajadora y la nobleza. La población madrileña se movía entre dos extremos, uno rico minoritario y gastrónomicamente afrancesado y otro muy pobre, con recursos muy limitados, en el que se intentaba engañar al hambre, y a veces a los vecinos, saliendo a la calle, tras la siesta, con un palillo de dientes en la boca, porque eran muy pocas las casas en las que no faltase nada, a pesar de que casi todo el mundo presumía de ello. En medio había una franja muy ancha, pero casi completamente despoblada, y curiosamente coincidieron los dos extremos en el cocido como plato emblemático. El que se servía en la mesa de las infantas (La Chata fue una excelente difusora de esta especialidad) y el que se comía al pie del andamio, extrayéndolo cuidadosamente de la tartera, en la que se había depositado el alimento resultante de toda una mañana de cuidados. No eran iguales los cocidos porque, aunque en los dos la base

eran los garbanzos y la técnica elaboradora muy similar, cada uno se había enriquecido con las materias primas disponibles y, como siempre ha sido tradicional, las posibilidades de la nobleza, la burguesía y los obreros han sido diferentes.

EL COCIDO DIARIO

El cocido madrileño es la consecuencia de poner a cocer unos garbanzos acompañados de cualquier otro alimento disponible, lo que hace que no haya una única receta, ni siquiera en el mismo hogar y hecha por la misma cocinera, porque una de las características fundamentales era aprovechar los productos estacionales, que no eran siempre los mismos, ni siquiera en lo que se refiere a los productos de matanza, porque con el paso del tiempo el tocino cogía un punto rancio, la morcilla se secaba y el chorizo se ponía duro y en consecuencia cambiaban de sabor, además en primavera había cardillos y collejas, en verano tomates, que en salsa y con cominos hacían un excelente acompañamiento, y en otoño, cuando ya se había acabado la matanza y todavía no había nuevas chacinadas y salazones, un relleno o “bola”, hecha con migas de pan, perejil y un huevo para ligar la masa, conformaban un buen complemento para dotar al plato de los nutrientes necesarios. Las hortalizas de estación, las patatas, las cebolletas o cascós de cebolla e incluso las guindillas completaban la comida que en fiestas, u ocasiones especiales, podía hacerse añadiendo gallina, hueso con tuétano o un hueso de jamón. El

cocido de lujo, el de la nobleza, que hoy ya sólo conserva el restaurante Lhardy, era una reminiscencia de la “olla podrida”. En ella abundaban todo tipo de carnes, en algunas recetas hay hasta veintidós ingredientes distintos de diferentes especies, chacinas y salazones y para que nada faltase se incorporó la “bola”, convirtiendo, de esta forma, un recurso en un componente de lujo. En las épocas de Cuaresma, en los días en los que no se podía comer carne, ni siquiera con “bula”, los garbanzos seguían presentes en las mesas, pero se eliminaban los componentes cárnicos y se sustituían por bacalao y acelgas, dando lugar al denominado potaje. El cocido, al que Pepe Blanco ni siquiera admitía que se le comparase con los banquetes que hubo en Roma, ni con los “foigrases de paloma”, ni con los menús de los hoteles de Nueva York, fue comida diaria de casi todos los hogares madrileños porque, seguramente, no había posibilidad económica de alternarlo con otros platos y hoy, muchos años después, sigue siendo un plato especial, modelo de un régimen de comidas, muy modesto, pero muy sabroso y nutricionalmente muy aceptable.

OTROS PLATOS DE LEGUMBRES

En ocasiones el cocido se alternaba con judías, que aunque generalmente eran más caras que los garbanzos, en determinados momentos eran más asequibles y entonces se hacían especialidades muy sencillas con las leguminosas procedentes de la Sierra madrileña, del valle del Lozoya, con una variedad denominada “de las once”, hoy casi han desaparecido, porque eran tan tiernas que si se ponían a cocer a las once a mediodía ya estaban hechas. En alguna ocasión se podía optar a disfrutar de un plato de judías especiales, que se hacían en la Taberna del Tío Lucas, situada en las proximidades de lo que hoy es el teatro Alcázar. La receta que transcribe Ángel Muro en sus *Conferencias Culinarias* dice textualmente así: “Se mete en una oya de varro una livra de tocino muu partio, con Aceite pa que se reajogue bien i sechan cuatro livras daluvias con cevoyas, agos, perejil, comino, laurel, sal, pimenton i arrima la oya al fogón que cuesca cuatro oras”. La sencilla receta se divulgó y, en los hogares más pudientes, se enriqueció añadiendo un trozo de longaniza, pero cuando se consagró como un plato muy especial, fue en el momento que alguien dispuso, y se le ocurrió, añadir una perdiz, porque desde entonces esta preparación se ha convertido en un gran plato de la gastronomía madrileña.

Había más posibilidades, en las que siempre estaban presentes las legumbres y entre ellas citan las crónicas a las lentejas a la madrileña,

que se hacían con un sofrito de cebolla, ajo y pimentón, que se sazonaban con unas hojas de laurel y se adornaban con una rebanada de pan tostado o frito. También alcanzó fama el empedrado de judías pintas con arroz, que se aderezaba con una cabeza de ajos entera, con tomate, pimiento, laurel y pimentón y, si la situación era favorable, con chorizo y con panceta.

También tuvieron un papel protagonista las sopas. Además de la del cocido, consecuencia de cocer en el caldo fideos, arroz o pan, estaban las sopas de ajo, la denominada al cuarto de hora, que lleva muchos ingredientes, o la sopa trinchada o trinchante que, según Luis Antonio de Vega, es tan madrileña que exige que la cazuela en la que se hace sea de barro de Alcorcón. La particularidad es que el pan absorbe todo el caldo y queda sólida, lo que exige que para servirla se corte con un cuchillo. Por desgracia ni en Alcorcón se hacen ya cazuelas ni la sopa está presente en ninguna mesa, pero en alguna demostración reivindicativa de nuestra cocina he tenido la oportunidad de probarla y, aunque es cierto que en versión actualizada y de lujo, es una excelente preparación que recuerda a la que actualmente aún sigue presente en Baleares, con el nombre de sopa mallorquina.

El número de sopas madrileñas es grande y muchas veces tienen marcada su procedencia en los ingredientes utilizados. Las hay vegetales, de patata, de cebolla, de zanahoria, de puerros o de todo un poco, con las hortalizas cortadas finamente en “juliana”, que es la característica que le da nombre; de pescado, como las de mero, rape, chirlas, gambas o de varios elementos (tomados de dos en dos, de tres en tres o todos juntos); de carne, entre las que destacaba la de gallina, que hoy es de pollo, la de menudillos, la de hueso de jamón y las que utilizan varios de los ingredientes citados, dando lugar a la sopa de cría o de convaleciente a la que se le solía añadir además un huevo, o las yemas inmaduras de la poneda destinada a pepitoria. La sublimación de las sopas está representada por el consomé, de procedencia francesa aunque españolizado con un chorro de moriles o jerez.

ENSALADAS Y MENESTRAS

Alrededor de Madrid había huertas. Empezaban en las riberas del Manzanares y se extendían por todos los alrededores. Cada pueblo tenía alguna prestigiada hortaliza. Por ejemplo, Leganés estaba especializada en pepinos, Ciempozuelos en alcachofas, las lombardas de Villamanta estaban muy

bien valoradas y los ajos finos de Chinchón siguen siendo los mejores y más sabrosos que existen. Hoy el cultivo es residual, apenas unas huertas en Villa del Prado y unos cuantos enamorados de la huerta alrededor de Aranjuez, defendidos muy eficazmente por Fernando y Armando del Cerro, que están intentando, y con cierto éxito, prestigiar desde su restaurante los espárragos, los populares "pericos" que en otro tiempo fueron cena habitual de Lope de Vega, las alcachofas, las lechugas, etc. La ensalada fue plato obligado de verano, que podía ser muy sencilla, sólo con lechuga y tomate, o más sofisticada en la que se incluían los escabeche de atún, las aceitunas de Campo Real, el pimiento asado o

los huevos cocidos y las menestras, con la participación de espárragos, alcachofas y guisantes, eran un plato de celebración.

La tortilla a la francesa con taquitos de jamón, chorizo o gambas y las de patata con o sin pimientos, o en salsa junto con los filetes empanados fueron frecuentes protagonistas de cenas campestres, que se hacían en cualquier pradera, casi siempre próxima al domicilio y muy frecuentes durante toda la temporada cálida, que en Madrid es muy prolongada. De esta costumbre quedan reminiscencias en los merenderos que rodean a la capital, en los que estos platos, hoy bastante evolucionados, siguen estando presentes.



[AGUA DE COSLADA. Coslada [1950]. Papel. 24,5 x 36,5.]



[SAIZ DE CARLOS (STOMALIX). Madrid [1910].
Chapa en relieve. 35 x 50,5.]



[LA CIBELES. Madrid. Zsolt [1950].
Papel litografiado sobre cartulina. 24,2 x 34.]



[CLOT & CLEMENT. Madrid [1900]. Cartulina litografiada. 45 x 32,5.]



[LA REVOLTOSA. Madrid [1950]. Cartulina fotograbado. 40 x 34,5.]

LOS PESCADOS

Siempre ha habido una gran afición al pescado, aunque no siempre se dispuso de la cantidad, calidad y variedad de que hoy disfrutamos y que han hecho posible la popular frase de que Madrid es el principal puerto de mar. No existía todavía Mercamadrid, que es un modelo de comercialización de todos los productos comestibles, pero se hacían verdaderos esfuerzos para traer a Madrid los mejores pescados, porque aunque lo que estaba más presente en las mesas madrileñas eran el bacalao y las sardinas en salazón, impropiamente denominadas arenques, eran frecuentes los besugos, de los que textualmente decía Camba "yo sospecho que no se encuentra a gusto hasta que no llega a Madrid y lo ponen al horno", la merluza, desde la grande del Cantábrico hasta las medianas y pequeñas casi siempre procedentes del Mediterráneo, lenguados y gallos, atún y algunas especies menores como la caballa. Algunos de los arrieros, con frecuencia maragatos, que hacían verdaderos esfuerzos para que el pescado llegara en condiciones, se transformaron en entradores de pescado en el hoy desaparecido mercado de la Puerta de Toledo y más tarde en

restauradores prestigiados, en cuyos establecimientos se pueden comer los mejores pescados y mariscos. Hoy la oferta es amplísima y prácticamente se pueden encontrar todos los pescados, procedentes de nuestras costas o de alejados caladeros, que llegan a nuestras pescaderías en excelentes condiciones y que han prestigiado a nuestros restaurantes especializados y marisquerías.

Hay algunas preparaciones que conservan la denominación de "a la madrileña", como es el caso del bacalao y del besugo, aunque las últimas tendencias son a hacerlo menos y desde luego prescindir de las incisiones que se les hacían en los lomos para introducir una rodaja de limón, que muchas veces tenía la función de ocultar algún aroma o sabor no excesivamente indicador de frescura.

LAS CARNES

En la cocina madrileña las carnes estaban divididas en dos grandes grupos. Uno incluía los cortes fileteables de vacuno, las canales jóvenes de

ovino y porcino y las aves, y el segundo estaba especializado en el consumo de las carnes de inferior categoría y en los despojos. Lo curioso es que la cocina madrileña de las carnes que se ha consagrado, ha sido esta última y aunque algunos platos se han convertido en residuales, como las gallinejas o las asaduras y sangrecilla, otros se han conservado como excelencias apreciadas por todos y entre ellos están la ternera a la jardinera, el morcillo, el pecho de ternera, el rabo de toro, la falda de ternera guisada, los riñones al jerez, los sesos huecos, las mollejas, manitas de cerdo o de cordero, hígado encebollado, la lengua escarlate y sobre todo los callos. En los alrededores del matadero municipal de Madrid, desaparecido no hace mucho y sustituido por el mercado de carnes de Mercamadrid, se desarrolló una red de restaurantes especializados, que alcanzaron un gran prestigio en el último tercio del siglo pasado, a lo que se unió una amplia muestra de asadores, casi siempre castellanos, que ofrecen el cochinillo y el cordero lechal en magníficas elaboraciones.

No es muy amplia la oferta, pero merece conocerse la calidad de las carnes de vacuno de la Sierra de Guadarrama, procede de animales especialmente cuidados, que han desarrollado la mayor parte de su crianza en régimen extensivo y que se han terminado con piensos muy naturales, lo que unido a la calidad tradicional de la raza avileña hace posible la disponibilidad de excelentes carnes.

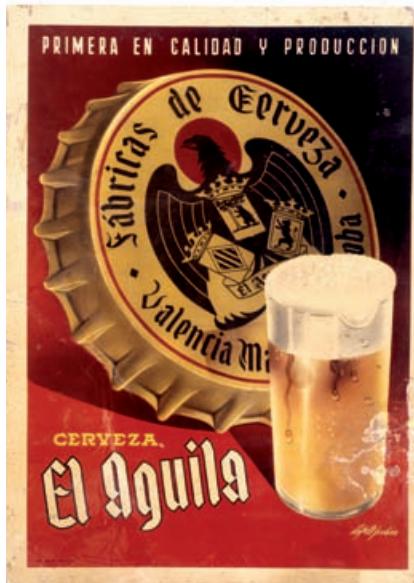
De la cocina de lujo merecen destacarse los solomillos mechados o trufados, los guisos y asados de ternera con puré de manzanas, los solomillos con tuétano, los villagodios que, aunque de origen vasco, encontraron en Madrid sus más fervientes admiradores, el entrecot, los chuletones, los afrancesados turnedó, chateaubriand y solomillos Maître d'hotel y los rostbeef de influencia inglesa, que aunque se distribuyeron por toda España entraron por Madrid a través de la Corte, en los primeros años del siglo XX. Hay que añadir la gallina en pepitoria, el pavo asado y las pechugas villeroy. La cocina de la clase media, emergente y cada vez más numerosa, aprovechó el legado de ambas e incluso hizo una aportación con el pepito, que fue plato frecuente aunque hoy casi ha desaparecido.

LA INDUSTRIA ALIMENTARIA MADRILEÑA

La Comunidad de Madrid es pequeña y el territorio dedicado a la producción de alimentos escaso y cada vez más limitado, pero en cambio



[LA PAJARITA. Madrid. Cervelló [1940].
Cartulina offset. 24 x 34.]



[EL ÁGUILA. Valencia-Madrid-Córdoba. López Pabón [1960]. Cartulina offset barnizada. 25,4 x 35.]

y como consecuencia de la numerosa población se ha desarrollado una importante industria alimentaria, que hace que sea la segunda comunidad, tras Cataluña, y la primera provincia productora de alimentos transformados. Están presentes todos los sectores que han venido buscando la proximidad al mercado de destino. Hay una importante industria, moderna y bien equipada de chocolates, repostería industrial, aperitivos, platos preparados, de congelados, ahumados, salazones, láctea, cárnicia, de envasado de frutas y hortalizas de cuarta y quinta gama, y en general de todos los grupos de alimentos.

Esto hace que el abastecimiento de la capital y de bastantes provincias aledañas esté muy bien cubierto y, al mismo tiempo, que muchos de los productos típicos de otras autonomías se produzcan en Madrid.

Hay también algunas entidades que elaboran productos típicamente madrileños, que incluso están aumentando producciones y, lo que es más importante, de calidad creciente. Es el caso de los vinos, que en los últimos años están ganando posiciones en el mercado, con algunos indicadores importantes de aceptación internacional, porque las exportaciones son cada vez mayores y a precios interesantes. Hay muy buenos blancos en los que las variedades malvar y airén se reparten protagonismo y excelentes tintos en los que la variedad tinto fino (tempranillo) es la más importante, pero que se deja acompañar muy bien en cuidadas elaboraciones por la cabernet, la shiraz, la merlot y otras bien ensambladas, en acertados "coupages" que dicen los cada vez más numerosos aficionados, que además son capaces de apreciar los más curiosos sabores, superado ya el de las frutas rojas del bosque. La mejora está haciendo posible que los vinos de Madrid figuren entre los premiados de casi todos los concursos.

En franca ascensión está el aceite, que también tiene denominación de origen. Han pasado los tiempos en los que el aceite madrileño era un subproducto de unos olivos mal cultivados, que sólo esperaban a ser convertidos en solares, que se recolectaban tarde y mal y se llevaban a unas almazaras en las que se atrojaban las aceitunas, que cuando se molían daban aceites de muy alta acidez, lampante, que necesariamente había que refinar para venderlo después en garrafas o botellas siempre de plástico, que lo mismo servían para aceite o para lejía. Hoy se cuida el olivar y se recogen la aceitunas en su momento, se procesan inmediatamente, se vigila la calidad y se envasan en botellas diseñadas especialmente. La mayoría del aceite proviene de la cornicabra, pero se

admiten otras variedades como la arbequina, la picual o la manzanilla, que bien dosificadas mejoran la calidad y la imagen de los aceites tradicionales.

Las aceitunas de verdeo siempre se cuidaron y las de Campo Real se ganaron un merecido prestigio, por sus características gustativas, consecuencia de una elaboración muy particular, en las que el aderezo juega un papel importante. Cada vez se comercializan más aceitunas envasadas y menos graneles.

Los quesos madrileños tuvieron fama y seguramente el que más fue el requesón de Miraflores, que hoy ha desaparecido. Permanece el queso de Campo Real, que se elabora con la misma leche y la misma tecnología que el manchego, y además se han creado nuevas elaboraciones como el queso de cabra de Fresnedillas de la Oliva, el de Colmenar Viejo y los de tipo italiano, que incluso con leche de algunas búfalas, que pastan en las riberas del Jarama, hace una industria moderna y dotada de todos los medios avanzados de producción.

Hay una industria cárnicia muy potente, representada por las primeras empresas del sector que elaboran todo tipo de salazones y de chacinas, y unas cuantas medianas que hacen productos casi artesanos, de una excelente calidad como la cabeza de jabalí, los callos o unas deliciosas salchichas blancas y rojas.

En la sierra madrileña, aprovechando la calidad medioambiental, se produce miel, sobre todo de plantas aromáticas, que florecen en primavera y mantienen distintas floraciones en verano. Son mieles de gran calidad, muy bien presentadas.

LOS POSTRES

Muchas frutas que alcanzaron fama han desaparecido o casi, como las peras blanquillas de Aranjuez o el pero de La Hiruela o los melocotones y abrideras de Villamanta, las uvas albillo de Cenicientos y Cadalso de los Vidrios, que son excelente para mesa, aunque su tamaño reducido ha hecho que se posterguen por otras variedades, menos sabrosas pero más grandes. Otras continúan, como las fresas de Aranjuez, aunque es cierto que la producción es escasa y además casi toda está vendida a restaurantes de lujo antes de recolectarse, pero todavía hay alguna probabilidad de catarlas y recordar un sabor casi olvidado. El melón de Villaconejos se ha convertido en una fruta que casi ha ocupado el lugar



de la aspirina, cuando hablamos del ácido acetil salicílico, porque la realidad es que se produce en lugares muy diversos, casi siempre cultivados por gente de Villaconejos que tienen una mano y unas técnicas especiales para esta actividad, pero también siguen existiendo los que se producen en el término municipal, del que se dice que en agosto no hay nadie, salvo el cura para abrir las puertas de la iglesia, porque todos los vecinos están recolectando. Escritos, mochuelo, de piel de sapo y sobre todo el negro gigante, que se comercializa mal por su gran tamaño, pero que cada agricultor pone un surco para él, para su familia y para amigos o clientes muy especiales, son de calidad excepcional.

Las pastelerías madrileñas siempre estuvieron muy prestigiadas y todavía quedan algunas tradicionales que se mantienen en primera fila, como el Horno de San Onofre, el Horno de la calle del Pozo, el Riojano o la Mallorquina, por ejemplo. Tienen su propio obrador, en los que se elaboran todo tipo de golosinas como las reinas, los mojicones, las milhojas, los merengues de fresa o de café, los bartolillos, los azucarillos y algunas otras especialidades que hoy casi han desaparecido, pero hay otras muchas que han sobrevivido, como las almendras garapiñadas de Alcalá de Henares, los huesos de santo, otras que han aumentado en producción como los roscones de Reyes, las rosquillas del santo (listas, tontas y de la Tía Javiera) y algunas que han aparecido nuevas como la corona de la Almudena, las chatitas y la excelente repostería de altísima calidad de Paco Torreblanca, seguramente el mejor repostero español, recientemente instalado en la capital, y algunas cadenas especializadas en chocolate que presentan un surtido amplísimo que ofrece muy variadas especialidades, como el chocolate con gin-tonic o la pipas de girasol saladas y recubiertas de chocolate, además de todo tipo de elaboraciones con cantidades crecientes de cacao, terminando en uno muy amargo que sólo lleva cacao y nada de azúcar.

Finalmente hay un licor de una calidad extraordinaria, que además tiene unas excelentes cualidades digestivas. Es el anís de Chinchón, de sabor intenso y aroma muy penetrante, que se tomaba como postre o como aperitivo, mezclado con agua fresca, formando las clásicas "palomitas", e incluso como eupéptico, añadiendo unas gotas a la infusión de manzanilla o de té. De las tres formas es muy agradable y merece la pena que de cuando en cuando recurramos a unos sabores casi olvidados.



[AGUA DE LOECHES (LA MARGARITA).
Madrid [1910]. Chapa en relieve. 11,5 x 34.]



Sierra de Navacerrada.



〔 Hoyo de Manzanares. 〕



Colmenar de Oreja.



[Chinchón.]



[Aranjuez.]



Guadarrama.



El Escorial.



Manzanares el Real.



Plaza Mayor. Madrid.



Morata de Tajuña.

RUTAS CON SABOR

LA COCINA MADRILEÑA EXISTE

Madrid es comunidad cuyos límites se han definido en tiempo relativamente reciente y muchos pueblos que ahora se enmarcan en su ámbito antes y durante siglos pertenecieron a Segovia, a Toledo o a Ávila, pero hoy es un territorio con sentido. Aunque, todo hay que decirlo, si existen reticencias respecto a su singularidad político-administrativa, muchas más son las que se derivan de su gastronomía. Claro que desde el aperitivo hasta el postre, y a pesar de las muchas dudas expresadas al respecto por pretendidos expertos, ignorantes reconocidos y críticos ganapanes, Madrid cuenta con una culinaria identitaria y reconocible en preparaciones y platos que a lo largo de la historia fueron dejando su sello, gusto y aroma en las mesas que ahora se encuadran entre las altas montañas del Guadarrama y los suaves valles del Tajo, Tajuña y Jarama. Néstor Luján y Juan Perucho, en El libro de la cocina española, concluyen que la cocina madrileña es una cocina: "...de meseta, más pastoril que agrícola, muy sugestiva por su misma depuradísima pobreza", mientras que Lorenzo Díaz, en Diez siglos de cocina en Madrid y tras preguntarse si existe una cocina madrileña, apunta: "La pitanza del Foro ha estado oculta, tapada por innumerables tópicos y por lecturas de viajeros 'cagaprisas', como los románticos que se dieron un garbeo por el Foro que les dio para elaborar 'sesudos' manuales sobre nuestros usos y costumbres".

A LA MADRILEÑA

El sello o vitola de "a la madrileña" se extiende a varias preparaciones, entre las que destacan el cocido, coci o piri, que se sirve en tres vuelcos

(sota, caballo y rey), y acompañado de piparras y una salsa de tomate con cominos que previenen los riesgos de flatulencia; los callos, que pueden incluir o no los morros que tradicionalmente han dividido al personal del Foro entre morristas y antimorristas, pero siempre con su chorizo, su morcilla, su buena punta de jamón, tomate, cebolla, pimiento y pimienta blanca; el bacalao, a base de ajo, cebolla, pimiento y perejil; las lentejas, con sofrito de cebolla, ajo y pimentón; los caracoles, en salsa ligera de textura, pero riquísima en sabores y aromas por lo mucho que a ella se le añade, y el besugo, pez que vive triste en los mares hasta que presiente que va a ser pescado para convertirse en el rey de una mesa navideña y madrileña, que no en vano sostén Julio Camba: "Yo sospecho que no se encuentra a gusto hasta que llega a Madrid y lo ponen al horno".

En sopas y caldos, lo madrileño transita por el típico consomé o caldo madrileño; las sopas de ajo, con su plus de agua de Lozoya, y la sopa al cuarto de hora, en supremo mayestático porque lleva almejas, gamba pelada, pimiento morrón picadito, huevo duro, jamón serrano, puerro, zanahoria, vino de Jerez seco y otro sinfín de productos.

Capítulo aparte en cuanto a identidad culinaria es la casquería, sobre la que gobernan las gallinejas, tripas de cordero fritas en su propio sebo, y los entresijos, hechos con el repliegue que une el estómago y el intestino con las paredes abdominales de los corderos, que se sirven igualmente churruscaditos y que por ende son platos de exclusivo consumo capitalino; las criadillas, testículos de corderito lechal rebozados en huevo y fritos; las mollejas, también de cordero y salpimentadas a la plancha, y los sesos a la romana y casi ya olvidados, entre otras cosas por su gran

aporte de fosfatidilserina, sustancia que interviene directamente en el proceso de ordenación y conservación de la memoria.

En dulcería, Madrid aporta barquillos de oblea dulce, tostada y crujiente en forma de canutillo hueco; bartolillos, que son empanadillas rellenas de crema; panecillos de San Antón; rosquillas tontas y listas; huesos del santo, de forma cilíndrica, recubiertos de mazapán o crema de chocolate, y las muy alcalañas almendras garrapiñadas.

Por último, y dentro de una categoría que José del Corral nomina “platos que no son platos”, figuran el escabeche de taberna, la media tostada y los soldaditos de Pavía, tajadillas de bacalao rebozadas y engalanadas con una tira de pimiento morrón.

TRES PLATOS CASI OLVIDADOS

Cuando Madrid era la árabe Mayrit, sus moradores se deleitaban con un plato, la alboronía madrileña, que básicamente se ha conservado, con el nombre de alburuna madhdidia, en el norte de África (Marruecos, Argelia y Túnez), donde fueron a refugiarse los moriscos madrileños tras la orden de expulsión del territorio español promulgada hace cuatrocientos años, y que felizmente han recuperado algunos restaurantes madrileños, como Navacerrada Jardín y Bellalola. La alboronía, nombre derivado de la voz árabe al-baraniyya, que significa “cierto manjar” y que hace referencia a la princesa Al-Buran (esposa del califa Almanúm, suponiendo que tal plato empezó a hacerse famoso porque se preparó por primera vez el día de su boda), se hace casi siempre a base de verduras, pero en el caso de la especialidad madrileña se prepara cociendo morcillo de ternera con zanahorias, cebolla y una hoja de laurel, hasta que esté tierna. Entonces, tras reservar el caldo, se deja enfriar y se corta en dados. Luego, en una sartén con aceite de oliva caliente, se rehogan los dados con cebolla, piñones y berenjena, se añade una cucharadita de harina, un chorro de vino blanco y algo del caldo, dejando reducir. Aparte se prepara el arroz con el caldo que se reservó, un poco de manteca y otro chorrito de vino blanco. Cuando esté hecho y meloso, se mezcla todo y se sirve.

Otra especialidad madrileña que reposa en los arcanos de la memoria es la sopa trinchada, muy popular en la transición entre la Edad Media y el Renacimiento. En cada plato sopero, previamente untado con el tocino fundido, se disponen unas cinco rebanadas de pan del día anterior. Aparte y en aceite de oliva se doran los ajos con su piel y partidos a la mitad y los pimientos rojos, cortados en rodajas, hasta que queden pochados. Después se espolvorea con pimentón y se moja con caldo de ave, se sal-

pimienta y se deja cocer durante unos cinco minutos. A continuación se vierte el caldo sobre las rebanadas de pan, y se colocan por encima las rodajas de pimiento y los ajos. Finalmente se meten los platos en el horno hasta que el pan quede con una textura de flan.

El último de los platos elegidos para recordar aquí el pasado culinario madrileño es el festivo gigote de San Isidro. Los gigotes, guisos fríos de carne de cordero, de liebre o de conejo, a base de carne asada, muy picada y sazonada con una salsa llamada prebada, fueron muy populares en Madrid durante los siglos XVII, XVIII y XIX. No solían ser platos de casa, sino condumio para incluir en el fardel a las meriendas, fiestas campesinas y romerías, que en Madrid dieron lugar al condumio que se llevaba a la pradera en la fiesta del patrón de la Villa. Así lo corrobora una copla popular madrileña que dice: “A San Isidro he ido/ y he merenda/ más de cuatro quisieran/ lo que sobrao./ Ha sobrao gigote y empanadillas/ un capón, cuatro huevos/ y tres tortillas”.

Para preparar este plato se asa cordero y se pica en dados pequeños, se remueve con cebolla pochada y se reserva. Aparte se hace la prebada reduciendo vino tinto y vinagre, con azúcar, pimienta negra, clavo y jengibre. Cuando esté reducido se añade caldo de carne y se deja cocer unos cinco minutos, rectificando, finalmente y al gusto, de sal, pimienta y azúcar. Por último, se echa la salsa sobre la carne picada, se remueve y se deja enfriar. En el siglo XX, bajo la influencia y extensión de la moda de la cocina europea, aquellos festivos gigotes se sustituyeron poco a poco por los “filetes rusos”, que durante un tiempo, y por orden de un régimen pintado de autocracias y anticomunismo, pasaron a llamarse filetes “a la vienesa”.

A LOS PALACIOS SUBÍ Y A LAS CABAÑAS BAJÉ

Como en el *Don Juan Tenorio* de José Zorrilla, la gastronomía madrileña histórica tiene recorridos que, aunque en perfecta convivencia, a veces van de extremo a extremo, como fuera el caso del apabullante y acaudillado bistec de Fornos y las casi estériles judías del Tío Lucas.

El Café de Fornos fue todo un símbolo gastronómico durante la época de la Restauración monárquica, protagonizada por Alfonso XII, aunque su historia venía de algo más lejos, ya que había sido el preferido de su antecesor en el trono, Amadeo I. Fornos, que primero estuvo en un callejón situado en lo que hoy es la calle de Arlabán y posteriormente se ubicó en la esquina de Alcalá y Peligros, contaba en su salón principal con un fabuloso reloj de dos esferas y ofrecía a sus clientes un servicio con vajilla de plata, aunque pronto tuvieron que retirar de ésta las cucharillas de café, porque

llevárselas a casa se había convertido en un deporte para la nobleza y alta burguesía que constituyan el grueso de su clientela.

El bocado estrella de Fornos fue siempre su bistec asado a la parrilla, montado sobre una rebanada de pan frito y cubierto por una loncha de jamón a la plancha y otra de lengua escarlata, acompañado todo de patatas soufflés y de salsa Colbert; una salsa que se prepara calentando la mantequilla al punto de pomada, añadiéndole luego zumo de limón, sal, pimienta blanca molida y perejil picado, y terminando fundiendo con una glasa de carne.

En su casi antípoda, un plato de raigambre humilde y popular que según la historia o la leyenda pergeñó el Tío Lucas, un gaditano apellidado González de Caso que fue propietario de una taberna y casa de comidas en lo que ahora son los alrededores de la calle de Arlabán y la plaza de Sevilla, zona que en el siglo XIX, cuando el personaje ideó su fórmula culinaria, estaba poblada por gitanos y quincalleros. Urgido en el local es probable que don Diego repitiera aquello de: “¡Que un hombre de mi linaje descienda a tan ruin mansión!”, pero seguro que don Juan no le hubiera hecho asco alguno.

Ángel Muro, autor de *El Practicón* y otras obras clave de la literatura gastronómica española, nos legó la receta de supuesto puño y letra del famoso Tío Lucas, en un estilo que recuerda mucho a las petitorias escritas en cartón de algunos avisados mendicantes: “Se mete en una oya de varro, una livra de tozino, mu partio, con Aceyte paque se reajogue bien y sechan cuatro livras daluvias con cevoyas, agos, perrejil, comino, laurel, sal, pimentón i arrima la oya al fogon qe cuescuatro oras”.

Dicho en lenguaje más contemporáneo, hay que poner en remojo las alubias el día anterior en abundante agua fría. Al día siguiente, con unas hojas de laurel y con una cabeza de ajos, se ponen a cocer, “asustándolas” al menos tres veces (cuando empieza la cocción se corta con el agua fría justa para parar la cocción), y así durante una hora, aproximadamente. Aparte, y mientras se cuecen las alubias, se prepara un sofrito con ajo, cebolla y tocino a fuego muy suave, luego se añade una cuchara de pimentón, las alubias semicocidas y el agua fría suficiente para que terminen la cocción tapadas. Cuando están tiernas se les agrega un chorrito de vinagre, se las deja reposar un rato..., ¡y a por ellas!

POR VALLES Y QUEBRADAS

La ruta empieza en Madrid capital, con paseo inicial por la Plaza Mayor, tras la cata de un consomé en la barra del mítico restaurante Lhardy

y bajada deambulatoria por el mal llamado “Madrid de los Austrias”, en realidad judería, y posterior subida a la morería por el acueducto de estilo racionalista republicano, para admirar la torre mudéjar de San Pedro el Viejo, adentrarse después en las turísticas Cava y así allegarse a la Plaza de Cascorro, cabecera del Rastro, para meterse entre pecho y espalda unos caracoles a la madrileña en Casa Amadeo. Allí se puede seguir el periplo hasta Atocha y su ilustrada fuente de La Alcachofa, para recalcar, un poco más allá, en la taberna Bodegas Casas, donde ponen vermu de grifo y berberechos en precio y calidad. Concluido el precepto, visita al Panteón de Hombres Ilustres, vacío de restos pero rebosante de escultura y de un raro sosiego, que falta hará para seguir la marcha por Recoletos, el Jardín Botánico, el Prado y la fuente de Cibeles, que encamina hacia la Plaza de la Independencia, donde, además de la magnífica puerta que ordenó construir Carlos III, quedan dos mojones de cañada que evidencian una ciudad diseñada por pacíficas ovejas, en lugar de por estrategas militares, que es el caso del resto de las capitales europeas. Un poco más arriba, la estatua de Espartero, cabalgando un equino famoso por sus atributos, y un bareto, Los Lagos, donde ponen croquetas de un solo bocado, que invitan al refugio y yantar en el restaurante de enfrente, El Chiscón de Castelló, que es pródigo en cosas tales como ensalada verde con bacalao y cítricos, lentejas estofadas con chorizo asturiano ahumado y panceta, alubias pintas con torreznos y teja de morcilla, bacalao confitado con sus callos y potaje de garbanzos, risotto de boletus o rabo de buey deshuesado con tirabeques y batata.

Hay otros recorridos, claro, pero para pergeñarlos, al menos en lo coquinerío, resulta de todo punto imprescindible consultar el libro *Madrid a la carta*, del sapientísimo crítico gastronómico Luis Cepeda, que ofrece 101 crónicas de otros tantos restaurantes capitalinos, entre los que sobresale Sacha, bistró de íntimas pompa y circunstancia que se hace fluido de perrito pavloviano en cosas como ostras escabechadas, tortilla de boquerones frescos, San Martín con verduras asadas, zamburiñas al horno, milhojas de berberechos, raya templada, villagodio al tuétano o riñones a la ciboulette.

Del Foro al Real Sitio de Aranjuez, encaje bordado con reflejos del Tajo en el Palacio Real, la Casita del Labrador, el Jardín del Príncipe y el museo de falúas reales. A la mesa, espárragos y fresas de su huerta, en temporada clara, y cualesquiera de las preparaciones con las que se honra al faisán. Las ofertas restauratorias son abundantes en el Sitio, pero sigue primando el clásico entre clásicos, Casa Pablo, taberna taurófila y de mucha/buena casta, con seis largas décadas de andadura y



[Pastelería La Santiago. Madrid.]

En dulcería, Madrid aporta barquillos de oblea dulce, tostada y crujiente en forma de canutillo hueco; bartolillos, que son empanadillas rellenas de crema; panecillos de San Antón; rosquillas tontas y listas; huesos del santo y las muy alcaláneas almendras garrapinadas.



[Mercado de Ventas. Madrid.]



[Restaurante El Chiscón. Madrid.]



[Casa Paco. Madrid.]



[Casa Amadeo. Plaza de Cascorro. Madrid.]



[Restaurante Sala. Guadarrama. Madrid.]

Madrid cuenta con una culinaria identitaria y reconocible en preparaciones y platos que a lo largo de la historia fueron dejando su sello, gusto y aroma en las mesas que ahora se encuadran entre las altas montañas del Guadarrama y los suaves valles del Tajo, Tajuña y Jarama.



[Casa María. Plaza Mayor. Madrid.]



[Bar Luga. Madrid.]

unos caracoles y unas ancas de rana, un faisán al labrador y unas fresas que, cuando toca y como dijo Alejandro Dumas padre, las que entran en un cestillo servirían para perfumar un palacio.

Siguiente alto en Chinchón, y su anís, plaza y mesón, además de villa afamada por sus ajos finos morados y por tener una torre sin iglesia y una iglesia sin torre. Recorrido por sus porticadas, visita a un antiguo lavadero y una de las casas que se disputan el mérito de haber sido morada del hermano de Goya, una pitanza a base de sopas de ajo si es tiempo, asadillo de pimientos, judías chinchorreras, choricillos a la brasa, un buen asado de cordero o cochinillo, con riego generoso de los vinos locales, los de Arganda o los de la vecinísima Colmenar de Oreja. A los postres, leche frita flameada con anís, y bombón de Chinchón. Para el zurrón, una o varias ristras de ajos y pan del horno que hay en la plaza.

De Chinchón a Colmenar de Oreja, pueblo que dicen tiene tres cosas que no tiene Madrid: las canteras de piedra blanca con las que se hizo La Cibeles y el Palacio Real; los hornos de tinajas para antaño guardar el vino y el aceite, y el Puente de Zacatín, que es pórtico del túnel que cruza bajo la Plaza Mayor y bajo el que discurre una conducción de aguas que fue pionera en su tiempo. Paseo por la Plaza Mayor, hermoso ejemplo de plaza porticada castellana, y visita al Museo de Ulpiano Checa, pintor orientalista y “pom-pier”, que en el siglo gozó de fama mundial. A la mesa, varias originalidades autóctonas: las patatas chulas, fritas en abundante aceite de oliva y aliñadas con vinagrillo, ajo y perejil; carne al desarreglo, a base de ternera en trozos, cebolla, ajo, tomate y vino blanco, y pisto vaquero, también con pedacitos de ternera, tomate y pimientos verdes. A los postres, un limoncillo local.

Y fin de trayecto en Morata de Tajuña, donde hay que empezar visitando el Museo Etnográfico y de la Batalla del Jarama, iniciativa particular, como no podía ser menos en país tan sin memoria, y luego sentarse en el Mesón El Cid, que forma parte del mismo recinto y sirve comida casera y verdadera, en preparaciones tales como olla gitana, asado de cordero, judías con liebre o rabo de toro, conejo al ajillo, natillas de la casa y el postre del Cid. Luego, saliendo hacia Madrid, en el cruce de la carretera de Chinchón, parar un poco ante el monumento diseñado por el gran escultor Martín Chirino en homenaje a las Brigadas Internacionales, que Madrid con su nombre se agranda y se ilumina, Rafael Alberti dixit.

POR SIERRAS Y BARRANCOS

La excursión comienza en San Lorenzo de El Escorial y con una visita larga al Monasterio para, posteriormente y si se quiere, caminar hasta la silla donde supuesta y falsamente se sentaba Felipe II para seguir el desarrollo de las obras. A la mesa, poca originalidad, pero sin más melindres se puede acometer la tarea con unas humildes gachas, unos callos, un cocido o asados de cordero o cabrito. A la hora del conendumio, en San Lorenzo de El Escorial es casi obligado dejarse caer por el restaurante “El Charolés”, clásico y referente en cosas como ensalada de espinacas, queso de cabra y carabineros, charolés de buey con piquillos o cebón al tuétano. Primer alto de la ruta en Guadarrama, pueblo serrano y bien oreado que da cobijo al restaurante Sala, probable líder mundial en venta de gambas (lo que no deja de tener su gracia para un pueblo situado en el epicentro de la península) y otras apetitosas fruslerías, como calamares a la romana, croquetas o pinchos de merluza.

De Guadarrama a la pinariega Navacerrada que, a pesar de la formidable presión turística derivada de su famosa estación de esquí, ha logrado conservar una iglesia renacentista, Nuestra Señora de las Nieves, que no podía ser otra la advocación, con pila bautismal esculpida en un solo bloque granítico. Para el inevitable refrigerio, una muy madrileña gallina en pepitoria, solomillos con salsa de trufas, corzo al ajillo o corderito asado, tan rico.

Para el final Manzanares el Real, en la imponente sierra de La Pedriza y junto al embalse de Santillana, donde hay que comenzar visitando el castillo que perteneció a Diego Hurtado de Mendoza, hijo de Íñigo, marqués de Santillana, mientras se recita de memoria lo tan archimandado de: “*Moza tan fermosa non vi en la frontera, como una vaquera de la Hinojosa. Faciendo la vía del Calatraveño a Santa María, vencido del sueño, por tierra fragosa perdí la carrera, do vi la vaquera de la Hinojosa*”, o lo más enjundioso de: “*Ya se pasava el verano, al tiempo que onbre se apaña con la ropa á la tajaña, encima de Oxmediano ví serrana sin argayo andar al pie del otero, más clara que sale en Mayo, ell alva, nin su luzero*”.

Después una vueltecita por el pueblo que se conserva entre urbanizaciones mil y recalcar en lugar apropiado para embaullarse unas sopitas de ajo, unas patatas guisadas con calamares o un buen solomillo de novillo.



[Quesería en Los Ibores. Cáceres.]



[Restaurante Barbacana. Zafra. Badajoz.]



[Restaurante La Tahona. Cáceres.]

La pitanza puede incluir un frite de cordero y unas tencas fritas o en escabeche, culminando con una tabla de quesos a base de un cabra de Los Ibores.