



LA RIOJA

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



AGRICULTURA Y GANADERÍA

La Rioja tiene una superficie de unos 5.000 km², de los que un 35% está entre 200 y 600 metros de altura sobre el nivel del mar, el 33% entre 600 y 1.000 metros y otro tercio entre 1.000 y 2.000 metros.

La superficie cultivada de La Rioja asciende a unas 158.000 hectáreas, de las que el 43% del suelo se dedica a cultivos herbáceos y el 40% está ocupado por cultivos leñosos, incluida la viña.

En La Rioja hay unas 11.000 explotaciones agrarias, de las que el 40% se dedica a la viticultura, mientras que otro 14% es de frutales, el 9% de ovino y caprino, el 6% de hortalizas, otro 6% de cereales, oleaginosas y proteaginosas, y un 5% de frutos secos.

El gran cultivo de La Rioja es la viña, toda ella en denominación de origen. Hay más de 44.000 hectáreas de viñedo, de las que el 20% está en regadío. La producción de vino joven de la región asciende a más de 2 millones de hectolitros, la gran mayoría acogida a la DOC Rioja.

La producción de cereales tiene importancia en La Rioja, destacando 33.000 hectáreas de trigo y 22.000 de cebada. Cuenta también con unas 2.000 hectáreas de patata.

Uno de los principales cultivos son las hortalizas, de las que hay cultivadas más de 5.000 hectáreas, la mayor parte al aire libre. También tienen importancia los frutales, donde destacan 2.300 hectáreas de pera, 700 de melocotón y 400 de ciruelo.

Asimismo, en La Rioja hay unas 5.000 hectáreas de olivar, la mayoría de la variedad empeltre, que tienen una producción de 1.400 toneladas anuales.

PRODUCCIONES GANADERAS

Los censos ganaderos de La Rioja incluyen a 135.000 cabezas de ovino, 35.000 de vacuno y 112.000 de porcino, y hay también granjas de engorde de pollos.

INDUSTRIA ALIMENTARIA

La Rioja tiene unas 800 industrias alimentarias, de las que el 57% son de bebidas (principalmente bodegas), el 11% de industrias cárnicas y el 7,5% de conservas de frutas y hortalizas.

El gran cultivo de La Rioja es la viña, toda ella en denominación de origen. Hay más de 44.000 hectáreas de viñedo, de las que el 20% está en regadío.



[Viñedos en Haro.]



[Olivos y almendros en Amedo.]



[Santo Domingo de la Calzada.]



[Cerca del monasterio de Yuso.]



[Logroño.]

Uno de los principales cultivos son las hortalizas, de las que hay cultivadas más de 5.000 hectáreas, la mayor parte al aire libre.



[Viñedos en Navarre.]



[Pimiento riojano con indicación geográfica protegida.]



FINEA
EL BOSQUE

FINEA
EL BOSQUE

HERAS CORDON

HERAS

HERAS

HERAS

HERAS

HERAS

HERAS

DISTRIBUCIÓN COMERCIAL, HOSTELERÍA Y RESTAURACIÓN

La Rioja cuenta con más de 317.000 habitantes y dispone de una oferta comercial que incluye casi 7.700 actividades comerciales minoristas, que alcanzan una superficie de venta en torno a 818.000 m². El comercio de alimentación representa el 39% de las licencias y un 19% de la superficie de venta. Por su parte, el comercio especializado de alimentación registra 2.800 establecimientos con 63.700 m² (superficie media por establecimiento de 23 m²).

Por importancia relativa, en términos de superficie, destacan Eroski, Auchan, Carrefour, Mercadona y Lidl (otros grupos relevantes son El Árbol, Unide o Miquel). Por formatos, los pequeños supermercados (hasta 399 m²) suponen un 14,5% de la superficie; los medianos supermercados (400-999 m²) llegan al 21,6% de la superficie de venta; los grandes supermercados (más de 1.000 m²) alcanzan una superficie del 46,8%, y, por último, los hipermercados de la región suponen

cerca de 17,1% de la superficie en librespervicio. Asimismo, La Rioja concentra más de 40 licencias dedicadas al comercio ambulante y en mercadillos.

En la vertiente del comercio al por mayor destacan 5 autoservicios mayoristas instalados en la región riojana que alcanzan un total de 8.600 m². Hay 2 establecimientos de Miquel Alimentació (Gros Mercat).

La estructura comercial de La Rioja se vertebra en torno al área comercial de Logroño. Esta área comercial se subdivide, a su vez, en subáreas comerciales (Arnedo, Calahorra, Haro, Nájera y Santo Domingo de la Calzada).

En La Rioja se contabilizan anualmente casi 900.000 pernoctaciones en los 137 hoteles de esta comunidad autónoma.

La Rioja cuenta con 2.140 actividades de restauración y bares, entre éstas: 340 restaurantes, 1.560 bares y 40 comedores colectivos.

CONSUMO ALIMENTARIO EN LA RIOJA

En términos medios, cada riojano consume anualmente 159 huevos, 51 kilos de carne, 26 kilos de pescado, 84 litros de leche, 29 kilos de quesos y otros derivados lácteos, 53 kilos de pan, 18 litros de aceite, 11 litros de cerveza, 54 kilos de hortalizas frescas, 100 kilos de frutas frescas, 11 kilos de platos preparados, 29 litros de aguas envasadas, 7 litros de vino y 32 litros de bebidas refrescantes y gaseosas.

La Rioja registra un gasto per cápita en alimentación ligeramente inferior a la media nacional. Por importancia, carne, pescado, frutas frescas, pan, derivados lácteos, hortalizas frescas y leche engloban las mayores participaciones sobre el gasto total. En comparación con la media nacio-

nal, los consumidores de La Rioja cuentan con un gasto superior en pan, aceite, huevos y carne; mientras que, por el contrario, gastan menos en frutos secos, vino, agua mineral y cerveza.

En términos de consumo per cápita, las tendencias son bastante parecidas al gasto y, tomando como referencia la media nacional, en La Rioja se consume una mayor cantidad de pan, aceite, leche, frutas frescas, platos preparados, huevos y carne; mientras que, por el contrario, el consumo es menor en bebidas refrescantes y gaseosas, frutas y hortalizas transformadas, derivados lácteos, hortalizas frescas y pescado.



[Carnicería Azofra. Nájera.]



[Coliflor de Calahorra con indicación geográfica protegida.]

DENOMINACIONES DE ORIGEN Y DE CALIDAD DIFERENCIADA

DENOMINACIONES DE ORIGEN

■ VINOS

- RIOJA (DOCa) **
- CAVA **

DENOMINACIONES DE ORIGEN PROTEGIDAS

■ FRUTAS

- PERAS DE RINCÓN DE SOTO ☼

■ ACEITES

- ACEITE DE LA RIOJA ☼

■ QUESOS

- QUESO CAMERANO

INDICACIONES GEOGRÁFICAS PROTEGIDAS

■ CARNES

- CARNE DE ÁVILA **/☼

■ HORTALIZAS

- COLIFLOR DE CALAHORRA ☼
- PIMIENTO RIOJANO ☼
- ESPÁRRAGO DE NAVARRA **/☼

■ EMBUTIDOS

- CHORIZO RIOJANO ☼

ESPECIALIDADES TRADICIONALES GARANTIZADAS

- JAMÓN SERRANO ☼

VINOS CON INDICACIÓN GEOGRÁFICA

■ VINOS DE LA TIERRA

- VALLES DE SADACIA

AGRICULTURA ECOLÓGICA

- CONSEJO DE LA PRODUCCIÓN
AGRARIA ECOLÓGICA DE LA RIOJA

MARCAS DE GARANTÍA

■ PRODUCCIÓN INTEGRADA DE LA RIOJA

- CHAMPIÑÓN Y SETAS DE LA RIOJA ☼

■ REGISTRADO Y CERTIFICADO

- FRUTAS Y HORTALIZAS FRESCAS
- CONSERVAS VEGETALES. PRODUCTOS
DESHIDRATADOS Y CONGELADOS
- PRODUCTOS CÁRNICOS ELABORADOS

- EMBUTIDOS DE PRODUCTOS DE
LA PESCA Y SEMICONSERVAS DE
ANCHOAS EN SALAZÓN O EN ACEITE
- QUESOS
- MAZAPÁN DE SOTO
- CAFÉ
- AGUA MINERAL

MARCAS COLECTIVAS

■ CARNES

- GRANJA LAS LLANAS
- TERNOJA
- TRECE VILLAS

■ FRUTAS

- CIRUELA CLAUDIA DE NALDA

■ FRUTOS SECOS

- NUEZ DE PEDROSO

** Denominación compartida con otras CCAA
DOCa: Denominación de Origen Calificada
☼ Inscrita en el Registro de la UE



[LA IMPERIAL. Logroño (La Rioja). Garrastachu [1940-1950]. Cartulina litografiada. 33 x 18,5.]

SABORES DE LA RIOJA

Es la autonomía más pequeña, pero tiene territorio suficiente para presentar muchas facetas de cultivos, de paisajes, de ambientes y de climas. En muy poco territorio coexisten las pistas de esquí con las abruptas montañas, con las alamedas suaves de las márgenes de los ríos, con valles pastables, con manchas de olivar y con el cultivo rey: el viñedo, que es capaz de mostrarnos los más variados matices de color y de imagen, que analizados detenidamente llegan a obsesionarnos por su interesante ciclo evolutivo, que comienza cuando las secas cepas empiezan “a llorar” al principio de la primavera vertiendo gotas de savia, que salen de su tronco anunciando un desarrollo sorprendente para proporcionar, al final del ciclo, las excelentes uvas que permiten hacer grandes vinos.

Con La Rioja lindan el País Vasco, Navarra, Castilla y León y, aunque mínimamente, Aragón, y todas estas regiones han influido en su cocina, pero manteniendo siempre algunas características que la hacen diferente, que le dan personalidad y que consagran a su gastronomía como una de las más interesantes, naturales y, seguramente, en la que más se tiene en cuenta la mejor estación para cada plato, debido a la valoración del momento de recolección de los productos.

LA IMPORTANCIA DEL VINO

La Denominación de Origen Calificada de Rioja es distinta por muchas razones y los buenos resultados de su gestión son patentes. Por ello deben ser respetadas las decisiones que en el seno del Consejo Regu-

lador se toman aunque, como es lógico, su política no puede ni debe extrapolarse a otras denominaciones. Los vinos de La Rioja son el motor del prestigio de nuestros vinos en el mundo y el ejemplo de lo que se puede conseguir haciendo las cosas bien.

Una parte importante de la gastronomía de la región se mueve en torno al vino. Muchos de los platos más típicos nacieron en las pequeñas bodegas, en las que casi siempre hay sitio para vigilar la evolución del vino de cada barrica y acompañar su cata con una “merienda” que con frecuencia no es una comida menor, sino una cena sabrosa y a veces copiosa. Hay también una variada cocina festiva, que en casi todos los pueblos está representada por unas especialidades, con motivo del día del patrón o la patrona, que muchas veces coincide con un determinado momento de la evolución de la uva, que puede ser la floración, la formación de los racimos, la vendimia o el “pisado” que, aunque se ha convertido en una práctica excepcional, sigue teniendo un especial significado.

LOS PLATOS DE HORTALIZAS

El clima privilegiado de la ribera del Ebro y un suelo especialmente rico en nutrientes son muy buenos para que la huerta sea generosa y nos ofrezca una gran variedad de hortalizas, a las que los riojanos saben sacar mucho partido. El plato estrella es la menestra, de composición variable porque se pueden aprovechar todo tipo de verduras, aunque eligiendo siempre aquellas que están en su mejor momento. En una buena menestra hay dos protagonistas destacados y por eso cuando



[RIOJA SANTIAGO. Haro (La Rioja) [1950]. Cartulina litografiada. 25 x 34,8.]



[ULECIA. Logroño (La Rioja) [1960].
Cartulina offset barnizada. 21,2 x 31.]

están presentes alcanza un excelente nivel. Son los espárragos y las alcachofas, a los que pueden acompañar guisantes, habas, borrajas, cardos, acelgas y algunas otras. Para hacer una buena menestra hay que tener en cuenta que cada componente tiene un punto de cocción diferente, lo que exige un tratamiento especial para cada uno. Conjuntar a todos ellos es complicado, pero cuando se consigue el resultado es muy satisfactorio. Hay una especialidad que, aunque cada vez es menos frecuente, sigue haciéndose de cuando en cuando, que consiste en rebozar todas las hortalizas una vez cocidas, una por una, incluso los guisantes cuando los hay, pasarlos por la sartén y terminar dándoles un punto final, juntándolas a todas en una breve cocción.

Los espárragos son excelentes, sobre todo si son frescos y se sirven recién cocidos, todavía tibios, acompañados con unas gotas de aceite, especialmente si es riojano, hecho con la autóctona aceituna redondilla y la aromática arbequina. Las alcachofas son la base de preparaciones interesantes, entre las que son muy recomendables los corazones tiernos rebozados y fritos, las cocidas con huevos y las guisadas con cordero. Hay muchas variedades de pimiento (morrones, choriceros, dulces, picantes, etc.) y cada uno tiene unas características diferentes en cuanto a color, textura, sabor y por tanto utilización culinaria. Son muy buenos los del piquillo, pero una de las estrellas de esta cocina son los llamados de “pico grande” o los de “cristal”, rellenos de carne y asados al horno. Cardo y borrajas son

especialidades ribereñas, que simplemente cocidas y con un chorro de aceite ya son un lujo, pero además admiten muy variados acompañantes como las almejas, las almendras o la carne de cordero. Coliflor (La Rioja es la primera productora de España), berenjenas, tomates, judías verdes, escarola, calabacín, puerros, champiñones de cultivo, etc., completan una variadísima oferta, que obligatoriamente se tiene que probar si se quiere conocer bien la gastronomía de La Rioja.

Las patatas son buenísimas y la base, junto con un chorizo autóctono que tiene una excelente calidad, del plato más característico. Las patatas a la riojana asombraron a Bocusse, tanto que llegó a decir que de haberlas conocido antes las habría incorporado al succulento menú que preparó con motivo de la celebración del centenario de una gran bodega. Además de esta preparación se hacen unas estupendas patatas con bacalao, con congrio, con costillas, simplemente con puerros o “a la importancia”, que tienen en La Rioja un sabor extraordinario.

Hay gran variedad de setas que crecen en los campos y en los montes de la región, además de unos muy buenos champiñones de cultivo. Con ellas se hacen unas preparaciones muy variadas y casi siempre muy simples, como es el caso de las “setas de ermitaño”, asadas a la plancha, la ensalada de boletus, la crema de níscalos o las setas de cardo asadas, con pequeños taquitos de punta de jamón.

Con hortalizas desecadas se preparan muchas de las sopas típicas, que en algunos casos son especialidades interesantísimas como sucede con el “caldo refrotao”, en el que se cuecen pimientos secos y orejones de tomate y se condimentan con sal, aceite y pimienta molida. Cuando el plato está terminado se sirve acompañado de una emulsión que se hace con ajo y aceite, similar al alioli, aunque menos densa, que da un sabor muy característico. En Navidad se hacen las “sopas bajas”, que son unas tradicionales sopas de pan, a las que se les añaden carnes de gallina y cordero y, como es habitual en este tipo de preparaciones, el tradicional chorizo riojano. En la sierra de Cameros y sobre todo en Soto se hace el “caldo soteño”, para lo que se cuecen hortalizas y todos los productos de la matanza del cerdo, incluidos jamón y lomo, se deja consumir todo el caldo y cuando está casi seco se escalfan huevos. Es un plato festivo y casi siempre base de reuniones familiares.

Aunque cada vez menos también se hacen migas, gachas, hormigos y farinetas, que son consecuencia de una cocina pastoril, que tuvo su importancia como recurso y hoy, cuando se hacen, son una especie de recuerdo y homenaje del pasado, que no conviene olvidar.

COCIDOS, POCHAS Y CAPARRONES

El cocido riojano es muy similar al castellano y en general a todos los cocidos españoles que utilizan al garbanzo como ingrediente esencial, pero también tienen algunas especialidades, como por ejemplo el potaje de carnero, que se hace todos los años en Santo Domingo de la Calzada, coincidiendo con la fiesta del patrón. Para celebrarla bien, durante todo el año se ha criado un cordero que ha tenido el privilegio de poder comer lo que le ha apetecido en cualquiera de los cultivos del término municipal. Antes de su sacrificio se le pasea por todo el pueblo y después se elabora con él un plato que se distribuye gratuitamente entre los vecinos y los visitantes.

Los caparrones son una variedad de alubia roja típica de la región y como todas las alubias admite muchas preparaciones, desde las vegetarianas, que sólo llevan berza y pimiento choricero, hasta las ilustradas que incorporan casi todos los productos de la matanza. Hay una variante que consiste en deshacer el tocino, que se ha cocido, sobre unas rebanadas de pan tostado y frotado con ajos que acompañan a los caparrones.

Hay alubia, blanca y arriñonada, que se recolecta temprana, cuando el grano aún no se ha endurecido, cuando todavía tiene un grado de humedad alto. Con ellas, que se comercializan en vaina y hay que desgranarlas, se hace uno de los platos más sabrosos de legumbres de nuestro amplísimo catálogo nacional. Son las pochas con cordero, del que se utilizan las piezas cárnicas de segunda calidad, como son la falda o el pescuezo, que son más grasas y gelatinosas y queda un plato de un aroma y un sabor excelentes. También se pueden hacer con chorizo que, como en el caso de las patatas a la riojana, debe ser de la región, o con codornices, que si están recién cazadas, cuando se acaba de abrir la “media veda”, lo que coincide con el momento óptimo de las pochas, nos ofrecen un excelente plato.

LOS PESCADOS “A LA RIOJANA”

Llegan casi vivos del próximo Cantábrico y, aunque se pueden degustar en todas las presentaciones culinarias, hay una preparación específica, que consiste en acompañarlo con una especie de pisto autóctono hecho con tomates y pimientos, en los que sobresalen éstos, que previamente se han asado lentamente. Con este acompañamiento se preparan muchos pescados frescos, como el besugo o la merluza, o con bacalao,

con el que se produce un feliz encuentro de ingredientes que recibe el nombre de “a la riojana”.

Cuando las dificultades de abastecerse de pescado fresco eran mayores, el bacalao ocupó un puesto especial en las mesas riojanas y por eso es muy variada su oferta en esta cocina. Está buenísimo “en tartera”, con hortalizas de temporada y vino blanco, rebozado y frito, en ensalada, con tomates frescos, con pimientos asados, al ajoarriero, etc. También es frecuente utilizar sus lascas, sin desalar, como acompañante para catar los vinos.

No hay muchas truchas de río, ni se pueden comercializar, pero si tiene la suerte de visitar Las Viniegras, lo que merece la pena en todas las estaciones, pero especialmente en verano, puede probar, si un pescador se las regala, las más sabrosas truchas de España.

LAS CARNES

Como en casi toda España, los productos de la matanza del cerdo están presentes en esta cocina, aunque es cierto que algunos ya sólo lo están de forma testimonial como es el caso de los jamones, que tenían fama por las particularidades de su corte y su maduración, que hoy han sido casi totalmente sustituidos por los procedentes de otras regiones, o el lomo de orza, que era la joya gastronómica de la familia, la que se reservaba para cuando llegaba un invitado muy importante, pero sigue quedando el chorizo, uno de los mejores de España y sin duda el más apropiado para los guisos típicos de la región. Como particularidad merecen un recuerdo las morcillas dulces, que se hacen con piñones y azúcar, que al freírse se carameliza y se consigue un punto crujiente muy original.

El solomillo de ternera “a la riojana” es una especialidad que se obtiene macerando los filetes en vino tinto, laurel y tomillo, para a continuación saltearlos en sartén y flambearlos con brandy. Es muy típico que las carnes de vacuno asadas, independientemente de la pieza de la que procedan, se aderecen con ajos, perejil y pimienta y se presenten con una guarnición de pimientos asados.

La carne más emblemática, la de más prestigio es la de cordero. Con ella se hacen gran variedad de preparaciones, que en algunos casos tienen un sabor especial como es el caso de las chuletillas de lechal, que asadas a la brasa de los sarmientos adquieren un toque de humo inconfundible. Es el

plato rey de las meriendas en la bodega, el que se elige para degustar los mejores vinos con los que el bodeguero quiere agasajar a los invitados. El lechal asado, pierna y paletilla, tiene la particularidad de estar muy sazonado con hierbas aromáticas. También es típico el “frite”, que se tiene que hacer muy lentamente, en su propia grasa, para que alcance el oportuno punto de crujiente y quede muy brillante.

Con corderos más hechos se elaboran unos extraordinarios guisos, como el “carderete”, que admite incluso oveja o carnero, con la condición de que se guise muy pausadamente, para que desaparezca el sabor a sebo, pero si esto se consigue, se obtiene un excelente plato. Con el nombre de “rancho” se conoce a una versión local de la caldereta, que se enriquece con alcachofas, puerros y espárragos.

Es de destacar la cocina de los despojos de cordero y especialmente las “cabecillas”, las “asadurillas” encebolladas, las patitas de cordero, las “lecherillas”, que son las mollejas asadas, las “gordillas”, que son los intestinos bien limpios de cordero lechal, que se hacen a la plancha o en cazuela, sobre una base de cebolla y aderezadas con ajo y perejil, y los “patorrillos”, que son las mismas tripas anteriores enrolladas en manitas de cordero y cocidas con cebolla y laurel.

Hay muchas especies venatorias. Algunas son estables como la liebre, el conejo, el jabalí y la perdiz, y otras migratorias entre las que se encuentran las codornices, las palomas, que pasan bajas por Peñacerrada, en el límite con Álava, en los soleados días de viento sur, desde mediados a final de octubre, algunas becadas que se alojan en el sotobosque y patos de distintas variedades, atraídos por el caudal del Ebro. Aunque muchas de las preparaciones culinarias son bastante similares a las del resto de España, hay algunas típicas, como el conejo guisado con patatas, pimientos y chorizo, la liebre macerada en vino tinto, las codornices albardadas con finas lonchas de panceta y asadas, el jabalí cocido en vino, con hierbas aromáticas y acompañado con compota, no excesivamente dulce para que resalte la acidez, lo que se puede hacer con maguillas, que son pequeñas manzanas salvajes o, en su defecto, con reinetas.

Son muy típicos los guisos de caracoles, que generalmente se hacen en cazuelas muy grandes para ser ingeridos en comidas de peñas de amigos. La diferencia más importante es que generalmente se ponen bastante picantes.

En Cameros se hace un queso fresco, de leche de cabra, muy artesano y en el que los cestos de mimbre en el que se prensan dejan notar su impronta. Se puede tomar de muchas formas, pero si es posible, debe acompañarse con unas gotas de miel de la región, que es sabrosísima porque está hecha con el polen de hierbas aromáticas de montaña.

FRUTAS Y DULCES

Las frutas son generalmente tardías, de maduración lenta y de una calidad muy buena. Las ciruelas claudias son más dulces que en cualquier otro sitio, los melocotones un lujo, que tanto al natural, en almíbar o

cocidos en vino sorprenden por su calidad, los higos son succulentos y las peras del Rincón de Soto tienen denominación de origen protegida, que garantiza su calidad.

Entre los dulces, que se venden en golmajerías, término castellano casi en desuso que sólo se mantiene en La Rioja, son muy típicos el mazapán de Cameros, más ligero que el de Toledo pero igualmente sabroso, los “fardelejos” de Arnedo, que envuelven una pasta de almendra y huevo, las “juanguillas” de Quel, que recuerdan a las torrijas y que, como éstas, se toman en las proximidades de la Semana Santa y otros muchos productos pasteleros que con frecuencia se han adaptado, y por lo tanto perdido contundencia, a las modernas exigencias de la repostería moderna.



[VDA. DE SOLANO. Logroño (La Rioja) 1961.
Papel barnizado offset sobre cartón. 19,6 x 29,4.]



[MORENO. Calahorra (La Rioja) [1920]. Chapa en relieve. 24 x 19,5.]



[Nájera.]



[Haro.]



[Plaza del Espolón. Logroño.]



[Arnedo.]



[San Millán de la Cogolla.]



[Ezcaray.]



[Santo Domingo de la Calzada.]



[Anguiano.]



RUTAS CON SABOR

La Rioja es comunidad uniprovincial que suena, sabe y huele a vino, aunque tal denominación y aliento salgan de sus límites y fronteras para adentrarse en Álava, Navarra, Aragón e incluso en tierras de Burgos, por la Sierra de la Demanda.

El ámbito geográfico riojano estricto se dibuja en torno al río Ebro que cruza y riega de norte a sur y de este a oeste, creando tres espacios naturales definidos en altura: La Rioja Alta, húmeda y montañosa; La Rioja Baja, planicie de clima mediterráneo, y La Rioja Central o Media, cuyo epicentro es Logroño. La cocina, sobre una base de magnífico producto, está marcada por esas diferencias orográficas y climáticas. Así, y a grandes rasgos, podrían considerarse dos grandes zonas: la serrana y la de la ribera del Ebro.

La cocina tradicional de la sierra, contundente y abastecida de carnes de vacuno, cordero y cerdo, queso camerano de cabra y caza menor, sienta sus reales en platos de sello autóctono como la sopa serrana, el caldo soteño, la garbanzada (que es como un cocido con berza y coliflor), pastoriles migas, caldereta a la riojana, patatas con chorizo a la riojana, bacalao con pimientos rojos, estofados de caparrones (pequeña y redondeada alubia roja) y escabeches de perdices y codornices. A ello se añade un buen surtido de embutidos y chacinas, entre los que se incluye una variante local de jamón serrano adobado con ajo, especias y perejil; las delgadillas, que son morcillas de arroz embutidas en tripas de cordero, y que se suelen tomar con salsa de tomate, y una suerte de zarajo, el patorrillo, de tripas de cordero enrolladas en las manitas

y formando una especie de madejas, en salsa de cebolla, ajo, tocino y chorizo.

En cuanto a la coquinaria del valle y riberas del Ebro, su seña de identidad es la menestra a la riojana, que es un exquisito maremagno donde entran acelgas, judías verdes, alcachofas, guisantes, espárragos, puerros, cardo y borraja. Solas o como acompañamiento de carnes asadas o guisadas, las deliciosas verduras riojanas se preparan sólo hervidas en la zona alta y rebozadas en harina y huevo en las tierras bajas. Por lo que se refiere a las muchas y jugosas frutas, algunas, especialmente melocotón y peras, se aderezan con el afamado vino local y un toque dulce y aromático. En esta misma línea y para los rigores caniculares, los riojanos preparan el zurracapote, sangría autóctona a base de vino tinto o clarete, azúcar, zumo de limón, canela en rama y frutas varias en trocitos.

CAMINO DE MILAGROS EN ROMÁN PALADINO

La ruta, que penetra en los misterios de los primeros balbuceos de la lengua castellana, comienza en uno de los más primorosos enclaves del Camino de Santiago, Santo Domingo de la Calzada, en cuya hermosa catedral de trazas gótico-renacentistas y exenta torre dieciochesca, además del sepulcro del santo varón, se hallan enjaulados un gallo y gallina blancos, que rememoran el milagro del ave que cantó después de asada. Tras la visita al templo y otra no menos interesante a la abadía cisterciense, uno

de los conventos más antiguos de la cristiandad, procede rigurosa pitanza a base de sopa de cebolla, pimientos rellenos, pochas con chorizo y leche frita. De la villa del santo a Ezcaray, a orillas del río que da nombre al vino, el Oja, y al pie del punto más alto de la comunidad, el monte San Lorenzo. La villa, pródiga en bares para el tapeo y el chateo con el rioja bueno, cuenta con una iglesia parroquial de puerta estilo Reyes Católicos y con el restaurante más afamado de La Rioja, Echaurren, donde conviene no pasar por alto el lomo de cordero con su costilla sobre perigord de patata. Otras sugerencias y tipismos gastronómicos de Ezcaray pueden ser los caparrones con chorizo, el milhojas de bacalao o el pichón asado con patatas. En temporada de setas, el revuelto de carretilla, los níscalos rebozados y la crema de boletus.

Siguiente alto en San Millán de la Cogolla, donde la pluma de Gonzalo de Berceo comenzó a construir el edificio de la lengua castellana, a base de román paladino y generosos tragos de bon vino. Visita a los monasterios de Suso, arriba, y Yuso, abajo, que son Patrimonio de la Humanidad, y luego pitanza ponderada de espárragos a la plancha, asadurilla de cordero y unos melocotones al vino.

De San Millán a Anguiano, a orillas del río Najerilla y a pocos kilómetros del monasterio de Valvanera, donde sabios monjes benedictinos, además de custodiar la imagen de la patrona de La Rioja, preparan un licor que llaman, como a su virgen, valvanera. En Anguiano hay que darse sin reservas al caparrón local, estofado y con tropiezos, que puede servir de prólogo a una cazuela de cordero y postre de cuajada casera.

La meta del recorrido está en Nájera, etapa del Camino de Santiago y antigua capital del Reino de Navarra, que puede presumir de contar con el único templo paleocristiano, Santa María de los Arcos, que continúa en uso desde el lejano siglo V. Aquí es obligado regalarse con la genuina cocina serrana riojana, que puede sincerarse en una sustanciosa sopa serrana, un potente cabrito asado, un bacalao a la riojana o unas chuleti-llas de cordero asadas al sarmiento.

RUTA DEL VINO Y DEL SEÑOR SANTIAGO

El camino parte de Haro, capital del vino de rioja y sede de sus más populares bodegas. Conviene empezar por un chateo largo y encalmado tapeo (pimientos al ajillo, morcilla y chorizo asados, patorrillo) por la Herradura, para reposarse al rato en su casco antiguo y decidir restaurante. De sobra acreditado es La Vieja Bodega, con un reposadero de vinos de por allá el siglo XVII y un muy buen menú degustación, ajustado en precio. Como platos señeros y en general baste citar la menestra de verduras, los caracoles a la riojana, el cardo con almejas, el cordero asado, la lengua rellena de setas o el bacalao con verduritas tiernas. Para el camino, unos dulces que llaman iturbes.

De Haro a Navarrete, antiguo alto en el camino francés a la tumba del apóstol y en las laderas del Cerro Tedeón, cuenta con un admirable retablo barroco en la iglesia de Nuestra Señora de la Asunción y una magnífica puerta en el antiguo hospital de peregrinos de San Juan de Arce. A la mesa, un pastel de puerros y unas chuleti-llas de cordero al sarmiento.

Siguiente recalada al fin en la capital de la comunidad, Logroño, con un agradable casco viejo y la oportunidad de paseo por la ribera del Ebro. Casi obligada iniciación en el tapeo que brindan la zona Laurel (también conocida como “la senda de los elefantes” por la trompas que por allí se ven) y la zona San Juan, donde, entre otros pinchos con solera, todavía queda sangrecilla encebollada. Por condumio posterior sigue valiendo la menestra de verduras, las patatas a la riojana, los pimientos rellenos de manitas de cordero, el cabrito asado y la leche frita. Para el zurrón, abundante provisión de pastillas de café con leche.

Fin de trayecto en Arnedo, donde hace muchos pero que muchos años vivieron importantes manadas de dinosaurios, y cuyo recuerdo son hoy huellas en piedra. En Arnedo hay que visitar la iglesia de San Cosme y San Damián, pioneros del transplante (milagroso) de órganos, y el Museo de Ciencias Naturales. Hecho el apetito, unos callos a la riojana, una fritada de cordero y los populares fardelejos al postre.



[Fardalejos.]

GOLMAJEANDO, QUE ES GERUNDIO GOLOSÓN

Golmajear es verbo intransitivo antiguo, que en La Rioja significa comer golosinas. De origen árabe, su etimología deriva del bajo latín *gola*, corrupción del latín *gula*, garganta. De golmajear viene golmajería, golosinas o lugar donde se venden, y golmajo, por goloso. Los riojanos, golmajos a mucha honra y aficionados al dulce como pocos, tienen, en lógica consecuencia, mucho y muy dulce donde elegir, al punto de que raro es el enclave que carece de especialidad propia: fardalejos de Arrendó, mazapán de Soto en Cameros, cañas de Cervera, juanquillas de Quel, rollos y manguitos en Cervera del Río, barrila de Calahorra, molletes de Santo Domingo de la Calzada, bodigo o harinosa de Aguilar del Río..., el listado podría seguir, pero en La Rioja lo que al caso siempre viene es golmajear.



[Mazapán de Soto.]

DE LA PASIÓN POR EL CARACOL

En España, la tradición de comer caracoles terrestres se remonta a los tiempos del hombre de las cavernas, como se evidencia en los muchos restos encontrados en grutas prehistóricas. Sin embargo, pocas comunidades han mantenido hasta nuestros días un nivel de consumo tan alto como el de La Rioja.

Aunque, al no ser un producto regulado ni contemplado en la legislación, se desconocen con exactitud las cifras reales de consumo general de caracoles, los expertos calculan que en España comemos cada año unas 14.000 toneladas de estos moluscos gasterópodos, de las que 5.000 provienen de la importación, situando al país en el segundo lugar mundial en este requerimiento, tras Francia, que demanda al exterior la mitad de su consumo, establecido éste en unas 65.000 toneladas. En ese contexto, La Rioja no sólo lidera el consumo nacional de caracoles, sino que, además, se ha situado en cabeza de su cría y comercialización, especialmente en la zona que limita con Navarra; una actividad productiva que se conoce como helicicultura.

Los caracoles a la riojana se preparan sobre una base de sofrito de cebolla, jamón, chorizo y tocino, y otro de pimientos rojos en tiras, tomates, guindillas y vino tinto, y son sin duda la estrella del recetario regional, pero no le van a la zaga en calidad de oferta la ensalada de alubias con caracoles o el conejo con caracoles. La afición de los riojanos por los caracoles en algunos momentos trasciende lo meramente culinario y cada año, en agosto y en la villa de Tricio, se celebra un rally en el que los caracoles que compiten deben arrastrar una lata de conserva de pimientos de 250 gramos, a lo largo de un tablero de 265 milímetros, durante cinco minutos. La carrera, que parece fue inventada por un albañil de Portugalete durante su veraneo en Tricio (tras contemplar cómo un aguerrido caracol riojano arrastraba una alpargata), concluye con una festiva degustación en la que se ofrecen más de un millar de raciones de caracoles.

Los caracoles, además de exquisito bocado para ciertos paladares, ostentan una calidad nutricional más que estimable. Su carne es rica en minerales y pobre en grasa y colesterol. Además, en ella están presentes nueve de los diez aminoácidos esenciales. En la antigua farmacopea se usaron para combatir el paludismo, la gota, la tuberculosis y el asma, y actualmente se les considera un producto muy interesante y saludable para los pacientes que presentan altos niveles de colesterol y triglicéridos.



[Restaurante Echaurren. Ezcaray.]



[Mercado de Logroño.]



[Mercadillo de Nájera.]



La menestra a la riojana, que es un exquisito maremagno donde entran acelgas, judías verdes, alcachofas, guisantes, espárragos, puerros, cardo y borraja.



[Borrajas.]



[Frutas Pedro. Logroño.]



[Mercadillo de Nájera.]

Las muchas y jugosas frutas, algunas, especialmente melocotón y peras, se aderezan con el afamado vino local y un toque dulce y aromático.



[Bacalao a la riojana.]