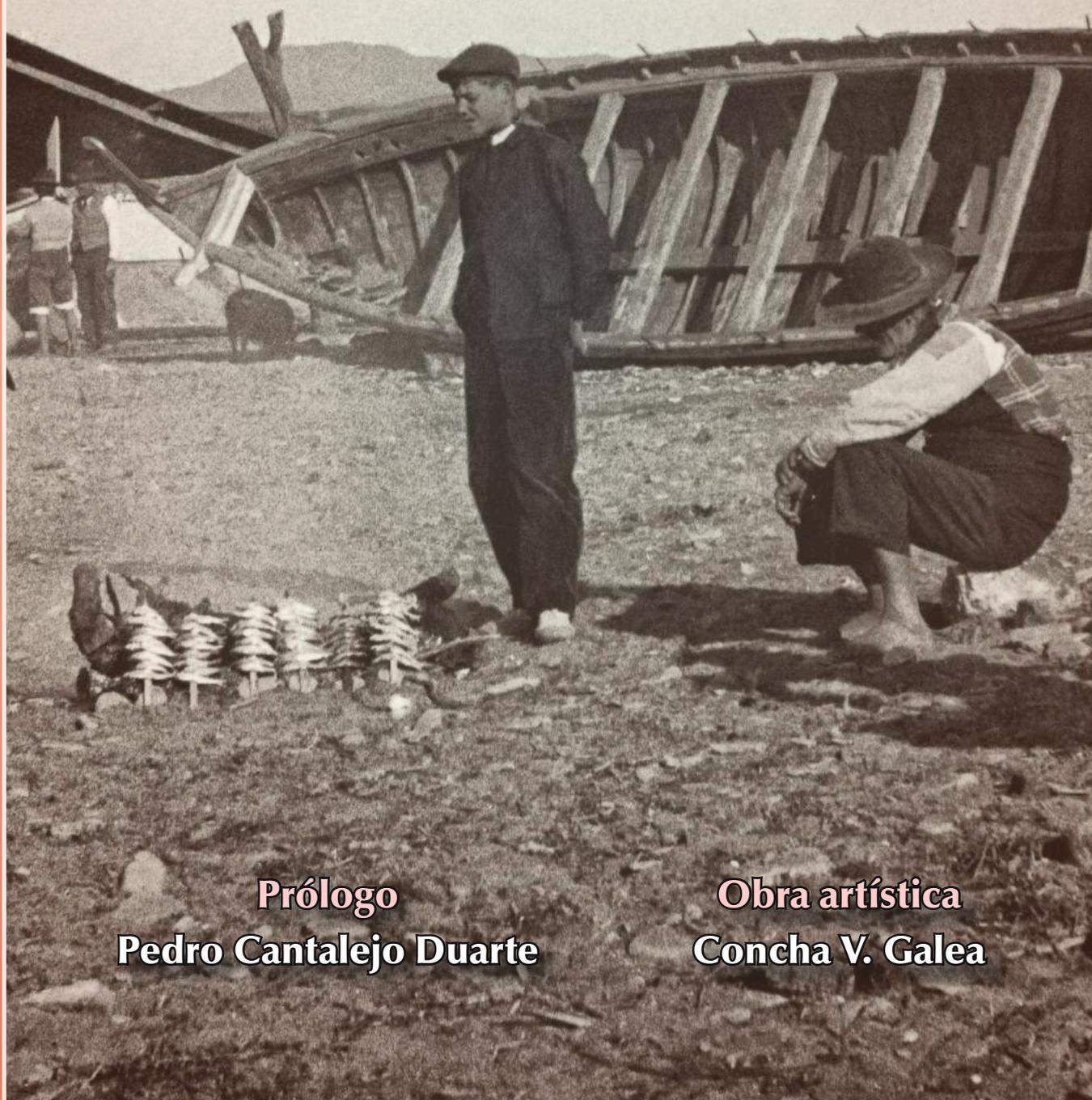


Cuadernos del Rebalaje

Nº 47 / Julio - septiembre de 2019 | DL: MA 702-2016 | Edita ABJ

Recetaria Marenga

Toñi Sánchez



Prólogo
Pedro Cantalejo Duarte

Obra artística
Concha V. Galea

Cuadernos del Rebalaje ®

DL : MA 702-2016 | ISSN (ed. impresa): 2530-6286 / (ed. digital): 2174-9868

Publicación monográfica sin ánimo de lucro, de periodicidad trimestral editada desde 2010 por la asociación cultural **Amigos de la Barca de Jábega**.

Dirección

Eulogia Gutiérrez Corral

Consejo de redacción

M^o Luisa Balbín Luque

María Jesús Campos

Antonio Clavero Barranquero

Juan A. Gimbel Espejo

Eulogia Gutiérrez Corral

Miguel A. Moreta-Lara

Pablo Portillo Stempel

Mariano Díaz Guzmán

Consejo asesor

Manuel Benítez Azuaga, Juan Carlos Cilveti Puche, Eva Cote Montes, Víctor M. Heredia Flores, Miguel López Castro, Pepe Ponce, Alejandro Salafranca Vázquez

Coordinación general

Antonio Clavero Barranquero, Juan A. Gimbel Espejo, Miguel A. Moreta-Lara

Diseño y maquetación

Estefanía González Hijano

Cuadernos del Rebalaje se difunde preferentemente en formato electrónico por Internet. Tiene como objetivo divulgar conocimientos relacionados con el mar Mediterráneo y su vinculación con la costa malagueña y andaluza, sus gentes, embarcaciones, tradiciones y costumbres desde el punto de vista antropológico, histórico, geográfico, científico-técnico, artístico o de creación literaria.

La revista no comparte necesariamente las opiniones expuestas en los trabajos publicados. Los autores de estos y de las imágenes originales se reservan los derechos protegidos por la ley, autorizándose su uso y difusión siempre que se cite procedencia y autoría.

Se imprime en ARS Impresores (Málaga).

Más información, acceso libre a todos los números y normas de estilo de publicación en

<http://www.amigosjabega.org/cuadernos-del-rebalaje/>

✉ cuadernosdelrebalaje@gmail.com

Amigos de la Barca de Jábega está inscrita en el Reg. de Asociaciones de Andalucía con el n° 9210 de la Sección 1.

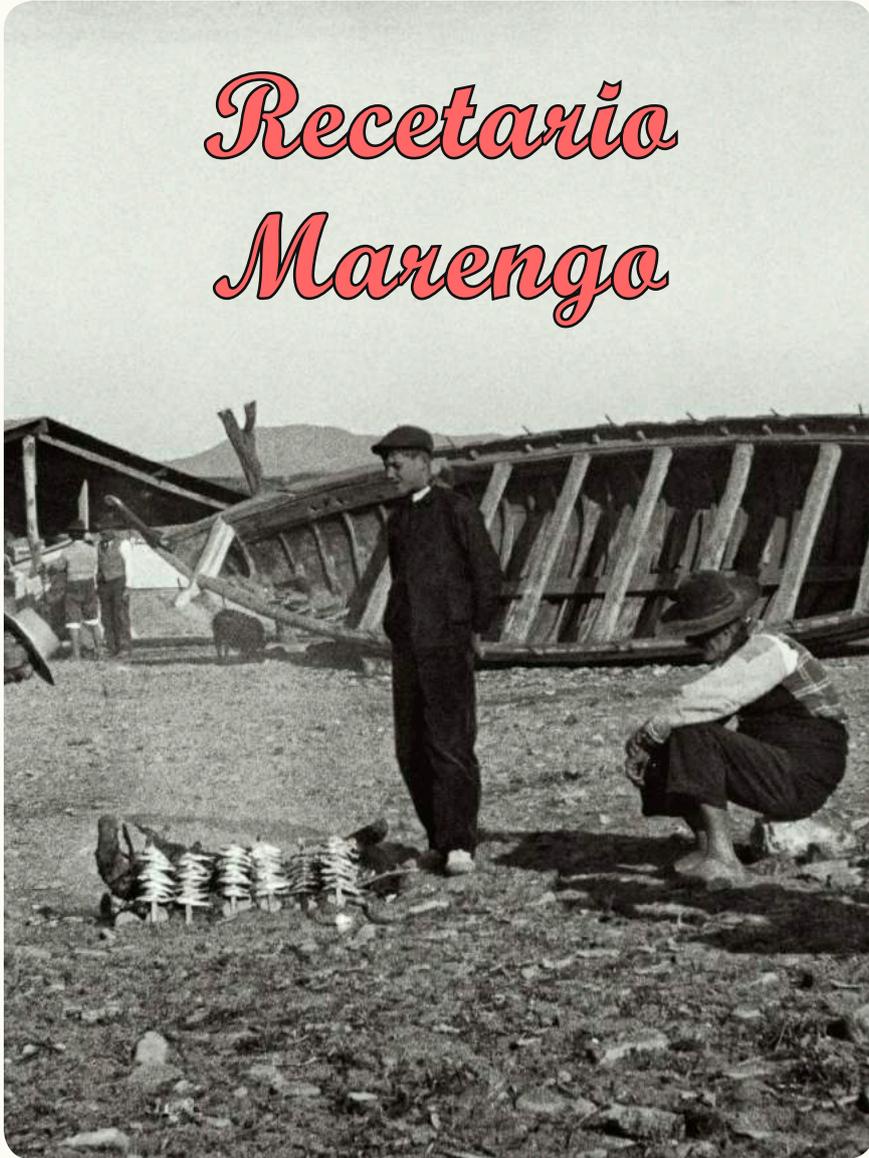
(Resolución de 29/07/2010) y en el Reg. Municipal de Málaga de Asociaciones y Entidades con el n° 2372. (Resolución de 27/09/2010). Domicilio social en el IES "El Palo". Camino Viejo de Vélez, s/n°. 29018-MÁLAGA.

Presidente de Honor: Fernando Dols García

Presidente: Antonio Clavero Barranquero, Vicepresidente: Miguel López Castro, Secretario: Juan A. Gimbel Espejo, Tesorero: Mariano Díaz Guzmán. Vocales: Pablo Portillo Stempel (Documentación), Eulogia Gutiérrez Corral (Publicaciones) y M^o Luisa Balbín Luque (Actividades sociales y Comunicación).

✉ abjcontacto@gmail.com

Recetario Marengo



Toñi Sánchez

Prólogo: Pedro Cantalejo Duarte

Obra artística: Concha V. Galea



Cuadernos del Rebalaje n° 47



Sin título. Carbón sobre papel. 100 x 70 cm.



Sin título. Carbón sobre papel. 100 x 70 cm.

*Yo amo tus barrios,
tan populares,
en donde lucen
de mis cantares
las andaluzas musas morenas;
yo amo sus bellas típicas dotes;
yo amo tus playas, donde sus penas
dan al olvido tus jabegotes
cuando sus redes en las arenas
fulgen de plata viviente llenas [...]*

(Del poema "A Málaga" de D. Arturo Reyes, *Del Crepúsculo. Poesías póstumas* 1914)

Cuántos de nuestros recuerdos podemos asociar con un sabor, un aroma, una textura o el cálido ambiente de una cocina familiar. La cocina, las exquisiteces que allí nos preparaban y preparamos para los nuestros nos embriagan los sentidos y llenan el alma.

Toñi Sánchez

SUMARIO

- **Prólogo**
- **Introducción**
- **Recetas de cocina marenga**
 - Platos de cuchara**
 - Platos principales**
 - Técnicas culinarias marengas. Un breve epílogo**

PRÓLOGO

La niña del rebalaje

Pedro Cantalejo Duarte

Tengo guardada en mi memoria, pero también en mi retina, la imagen, muchas veces repetida, de cuando los marengos sacaban el copo con sus pantalones remangados, descalzos, con la tralla al hombro y el corcho “reliao” en una de las dos líneas del arte. Esa escena culminaba con una reunión junto a la red abierta, ofreciendo todo tipo de pescados frescos que el más viejo (o a mí me lo parecía) se encargaba de repartir en cubos y cenachos. Había que tener cuidado, siempre había una voz que avisaba a los niños y otros personajes incautos de la existencia de arañas, esos peces provistos de unas espinas ponzoñosas que podían ser muy peligrosas. Así lo viví de niño y por eso nunca meto la mano en ningún copo.

Cuando todo aquello iba terminando, grandes y chicos se alejaban de la escena y casi todos volvíamos a nuestros quehaceres, en mi caso a seguir construyendo castillos de arena, no sin mirar de reojo a todo lo que ocurría a mí alrededor. Veía a los hombres recoger las redes, ponerlas a secar, recoger y remontar la barca, subirla a través de unas traviesas que se colocaban en su ascenso, posible gracias a un gran tornillo que se movía muy lentamente y a lo largo de la mañana, aquellos mismos hombres, con un cigarro en la boca y unas manos súper ágiles, coser los desperfectos de esas

redes desplegadas en la arena de la playa. Ellos, siempre, con sus piernas abiertas y descalzos, porque en las playas se andaba descalzos.

Todas estas escenas se me quedaron grabadas hace casi sesenta años y me sigue gustando recordarlas, porque van unidas a olores y a sabores. Recuerdo cómo sabía la morralla frita, los chanquetes (no sé si es políticamente correcto), pero los recuerdo; también retengo el sabor de las herreras y los sargos. Por supuesto, el olor y el sabor, compartido con millones de turistas desde entonces, de los espetos de sardinas.

Me gustaban los merenderos de El Palo, de La Araña y de La Cala. Íbamos en la Cochinita y nos bajábamos en sus estaciones, mi madre se sentaba bajo el cañizo y vigilaba a mi hermano chico y mi padre, con una caña de bambú de tres piezas y su cubo, procedía al extraordinario misterio de la pesca de rebalaje. Yo me iba siempre con él, me enseñó a empatillar un anzuelo, a cambio de que le pelara los pequeños camarones que servían de carnada, a calcular el fondo mirando el corcho, a saber cuándo era la picadura de la morralla o, cómo a veces, los sargos se acercan a la orilla y comen sin los tirones de aviso. Un arte que yo no he sabido aprovechar, salvo en su parte más nutritiva.

Porque todo este ritual mágico de pescar tenía una recompensa. El testigo pasaba a mi madre y era ella la que convertía el resultado de un día de playa en una fuente de pescado frito que sabía a gloria. Solo una vez en toda mi vida me clavé una espina en la garganta. Siempre supe aprovechar

las partes más recónditas de las duras mandíbulas y quitar las espinas con la paciencia del que espera un gran premio: el sabor de lo auténticamente mediterráneo. Cuando mi prima me dijo que quería que yo prologase su “Recetario Marengo”, comprendí que todo estos años había ido atesorando estas sensaciones con la esperanza de que no se perdiesen conmigo. La satisfacción de poder compartir algo tan íntimo me hace escribir rápido estas líneas y aprovecharlas como un homenaje a una forma de vivir ya completamente perdida.

Toñi fue una niña enraizada durante muchas generaciones a ese maravilloso mundo de la playa, de la gastronomía de las madres, de los sabores auténticos y además, tiene el valor personal de saberlo transmitir con sus recetas y comentarios. Porque Toñi, con su pedagogía innata, heredada de su abuela y su madre, nos permite seguir adentrándonos en los mercados buscando ese producto, sea pescado, carne, verdura o fruta, que todavía ha crecido salvaje para nosotros.

Ese es el gran sentido de la gastronomía local, que todavía se sigue haciendo para nosotros, los que sabemos disfrutarla en las distancias cortas. Porque a veces es solo eso, hacer de comer con cariño, sí, pero también con originalidad, este vocablo que muchos usan en sus recetas cuando de verdad tendrían que escribir experimentación. La originalidad significa volver a las raíces, no innovar. Ser original es ser respetuoso con el fondo y las formas de las cosas heredadas, en este caso la alimentación de una zona concreta... Málaga.

No necesito hablar de Toñi, sino de lo que representa. Ella ha sabido condensar su curiosidad innata en la difícil tarea de la recopilación y puesta en orden de todo un legado familiar y social que, en el fondo, forma parte de un patrimonio, la Cocina Mediterránea, cuyo valor universal ha sido reconocido por la UNESCO, y lo ha hecho sin caer en la trampa de sentirse más importante que su propio trabajo. Una cosa es hacer historia y otra, mucho más difícil, trabajar en ella.

La siempre dura tarea de editar un libro necesita de un valor añadido a las complicadas recopilaciones del recetario y la puesta en escena de cada uno de los platos. Pero Toñi estaba predestinada, ella no lo sabe, pero parte de su vida ha tenido sentido cuando decidió dar este paso, porque su cariño y su tenacidad en la recuperación de cada uno de estos recuerdos, que guardará toda su vida, han sido los que han forjado estas páginas. Su misión, volver a llenar de sabores auténticos y originales las casas y, por qué no, algunos restaurantes de nuestra bahía de Málaga, quizás uno de los mejores paraísos entre lo terrenal y lo marino... La playa y la Niña del Rebalaje. La figura imperecedera de una de las Rosillas viendo a su familia junto a la jábega que todavía conserva y expone el Museo Marítimo de Barcelona. La gran clase de Toñi en su trato personal hará el resto, no se pierdan, por tanto, ni este Cuaderno ni a su autora.

Gracias por devolvernos a los malagueños una razón más por la que sentirnos orgullosos de nuestra tierra, nuestro mar y nuestra forma de hacer de comer.

INTRODUCCIÓN

Andalucía, puente de unión entre dos continentes, África y Europa, punto de encuentro entre el Atlántico y el Mediterráneo cuya milenaria historia ha dejado en herencia un inmenso legado cultural, en el que la gastronomía juega un importante papel. Y dentro de esta comunidad autónoma, la cocina tradicional malagueña tiene rango de arte culinario propio. Platos heredados dejados por los pueblos que habitaron sus valles, sus serranías, sus montes y sus costas bañadas por el mar Mediterráneo y el mar de Alborán. El mar, no solo es mar en la provincia malagueña, es también un estilo de vida.

Una cocina viva, legada de generación en generación, llena de sabores y aromas que conservan esas influencias fenicias, romanas, árabes y de todos aquellos pueblos de la antigüedad que transportaban sus mercancías de puerto en puerto, que fueron dejando parte de su cultura, de sus costumbres y de su gastronomía. En Málaga quedaron sus técnicas de cocinado y conservación de alimentos: adobos, marinados, salazones, conservas y guisos.

Y en Málaga, un lugar único, con su propia historia, con su propia idiosincrasia y por ende su propia gastronomía: El Palo.

Protegido y rodeado por los montes de Málaga, son las dos cumbres, las llamadas “las tetas de Málaga” las que dan cobijo al Palo, y es en una de ellas, en El Monte o cerro de San Antón donde los iberos (2000 a. de C.) adoraban al Dios Lug.

De las montañas bajaban los arroyos Jabonero y Gálica, fronteras de un valle formado por lagunas, aluviones y torrenteras donde se asentaron colonias fenicias, grandes navegadores que en sus naves, a ambos lados de las amuras pintaban los ojos del dios egipcio Horus; esos ojos que los paleños seguían dibujando durante siglos posteriores en sus barcas, en sus jábegas.

Ya desde la época romana se desarrolla una floreciente industria de viñas, olivos, salazones de pescado y tras la conquista de Málaga por los Reyes Católicos, se reconocen su rica vega, sus huertas, incluso dando lugar a su nombre valle de las Viñas de Miraflores de El Palo.

Foto: Cortesía de la A.A.V.V. El Palo



La población paleña evoluciona rápidamente en los comienzos del siglo XIX, pasando de 85 vecinos, 325 almas en 1800, a 306 vecinos, 1341 almas en 1830, según los datos presentados por el arcipreste D. Juan Cholvis.

En 1860 crece la población y ya en los censos municipales de 1866 aparecen 439 personas, 225 varones y 214 mujeres, trabajando en su parte norte como agricultores en su mayoría; otros pastoreando y criando cabras. Y en su parte sur, mayoritariamente eran pescadores, sobre todo de sardinas. Pese a la gran abundancia y variedad pesquera, la vida de la gente de la mar era dura, difícil y sacrificada; entre ellos la de mi familia.

Formaba parte de esa población mi bisabuela Clementa quien dio a luz a mi abuela María del Carmen Rosa, la Rosilla, en el año 1889; mi bisabuelo José, el Rosilla el viejo era jabegote; mi abuelo, su marido, Juan Antonio Rodríguez, el Bichucho, nació en 1888.

Él, como todos los hombres de mi familia materna eran gente de la mar, pescadores, marengos de El Palo que salían a faenar cada día, que se daban cita “alarboreá” (al amanecer) o al atardecer, para ir durante la noche con los sardinales.

Hombres y mujeres de la mar, quienes me inculcaron por su relación vital con esta, aquellas recetas antiguas que a través de los *Cuadernos del Rebalaje* intento que la memoria gastronómica de El Palo perdure, no se pierda, no se olvide y se recupere la cocina marenga, aquella cocina tradicional, legado y herencia de marengos antiguos.

Las playas de Málaga, de El Palo, su mar, el salitre, las olas, su sol y su luz, también sus noches inspiraron al malagueño Arturo Reyes, escritor y poeta, esa misma mar, ese rebalaje donde siguen rompiendo las olas, donde el agua resbala sobre la negra arena y los grises chinorros para regresar una y otra vez a la mar, hogar de hombres y mujeres cuyas vidas giraban en torno a la pesca, a las conservas de pescado, a redes y barcas, aferrados al salitre, a la brisa, a las olas y a aquella tierra que los vio nacer. Gente de la mar, marengos, paleños, jabegotes, sotarraeces, gardones, malleras, cenacheros, calafateadores, niñas del “frido” ...



Foto: Cortesía de la A.A.V.V. El Palo

¿Cómo no llevar en mi corazón esa mar y ese lugar en el que nací, donde nació, vivió gran parte de mi familia, generación tras generación, perdiéndose su propio origen en el tiempo? Es el suave rumor de las olas el que me recuerda siempre de dónde vengo, quién soy; esas que me susurran sus nombres.

Es allí, en la orilla donde dejo acunar mis sentimientos dormidos en cada paso, en cada roca, en cada huella que deja sus aguas en la arena, arañando los roqueos, en la bruma con sabor a sal.

Siempre querré permanecer como el recuerdo de los viejos marengos en la mar, a veces blanca y brumosa, otras azul, celeste e incluso pintada con los grises, arañada a su paso por el leve oleaje, efímeros caminos de leve espuma dibujados por la quilla de algún barco; rayas pintadas que serpentean rotas por el chapoteo de los pesados remos de madera que mueven al unísono los jabegotes al compás de sus viejas canciones, perdidas en el aire; en la última ola con aroma a salitre que acaricia la orilla; en el rebalaje malagueño contemplando las aguas cristalinas, azules, a veces gris manchadas con la blanca espuma que nos da la vida, que nos aporta energía, alegría y a la vez añoranza.



Toñi de niña. Archivo de Toñi Sánchez

Soy de mar más que de campo, estoy convencida de que llevo en mi ser el yodo, el salitre, los vientos y las mareas, el sonido de las olas de las playas del Palo, de mi Málaga. Esas playas que huelen a sal, a algas y a espetos de sardinas hincadas en cañas dorándose al calor de la lumbre de un tronco de olivo. Playas de chinorros, de arena negra, de roqueos cubiertos de “morcillones”, de rebalaje donde la mar

acaricia suavemente los días de calma de levante la arena y las piedras, o las mueve con fuerza cuando rugen los temporales.

Aquellas playas, las de El Palo, luminosas, de gruesas piedras y chinorros aportadas por la fuerza de las aguas de ríos, arroyos y torrenteras desde los montes que abrazan y protegen las costas, las de mi niñez, llenas de barcas varadas en su orilla, redes remendándose sobre la gruesa y oscura arena ardiente por el sol, de sandías refrescándose enterradas en la misma orilla, de olor a moras maduras que vendían en canastos de caña tapadas con hojas de higueras; las playas de mi infancia, de negros, grises y blancos chinorros donde me gustaba sentarme mirando a la mar, hacia el sur de un maravilloso horizonte azul que oculta para la mayoría de la población uno de los mares con mayor biodiversidad del planeta, nuestro mar de Alborán.

En aquel rebalaje de cuando era niña, con mi gente, aquellos que se conocían por apodos acuñados por anécdotas, particularidades físicas, procedencia, trabajo e incluso el diminutivo de nombres o apellidos. Como los de mi familia materna: los Rosillas, hombres y mujeres orgullosos, humildes, honrados que aprendían la gran lección de sus vidas a golpe de remos, de luchar con las olas, las marejales y los temporales, a los miedos a adentrarse en la mar, a bogar, a remendar las redes, a sacar el copo, a tirar de la tralla, a subsistir, a vivir con y de sus barcas. Sus tres jábegas, “La Rosilla”; eran tres, “La grande”, “La mediana” y “La chica” aunque no recuerdo el nombre de los sardinales, el boliche y mucho menos la de aquella barquilla de arrastre.

Sí que no se me puede olvidar aquella a la que mi abuelo Juan Antonio Rodríguez, el Bichucho, llamó la María del Carmen apodada “la Rosilla” por mi abuela, María del Carmen Rosa, por quien en su honor puse nombre a un blog de recetas de cocina, recetas tradicionales malagueñas, paleñas, en definitiva, marengas.



El Bichucho y la Rosilla. Archivo de Toñi Sánchez

Jábegas cuyos ojos mágicos lloran porque no ven la mar, no salen a faenar, están varadas en mi recuerdo, en mi memoria donde sueñan con volver a surcar las olas.

Ya no vive ningún marengo de mi familia, sus jábegas no están proa a la mar, no descansan en la arena, no hay tornos de madera en la orilla, ni paraleles para deslizar las barcas por la arena, no hay que adelantar los maderos que van quedando atrás, sus ojos avizores no otean al horizonte, renunciaron al viento, ya no soportan en su interior ninguna red, sus remos no “chapotean” en la mar; ya no bogan en ella, no tiran de la tralla ni jalean tirando del copo aquellos marengos de El Palo...

Allí, aquellas vidas quedaron entre sus aguas y las olas, me cuentan al oído sus leyendas, sus historias. En El Palo miro a la misma mar, los veo pescar, tirar de la tralla y del copo, están y viven; y sueño que mi

madre sigue limpiando, cocinando, asando el “pescao”.

Y es en “Mi Cocina” donde la recuerdo, cocinando tal y como ella lo hacía, la que ella me inculcó; es la cocina de mi madre, de la mar, como ella: marenga, de El Palo.

Recetas nacidas de mujeres de la mar, madres, abuelas, de la necesidad, de la penuria y de la humildad, de subsistencia, platos marengos, paleños, recetas de sabias manos que perduran en la memoria, que son joyas y tesoros de la gastronomía malagueña.



Mi madre. Archivo de Toñi Sánchez



En el espigón. Archivo de Toñi Sánchez



Sin título. Carbón sobre papel. 100 x 70 cm.



Sin título. Carbón sobre papel. 100 x 70 cm.

Recetario Marengo

Platos de cuchara

- En blanco
- En blanco de pijotas, “Bulli”
- Pimentón
- Sopa “poncima”
- Cazuela de fideos
- Cazuela de patatas y caldillo de pintarroja
- Gazpachuelo malagueño
- Cazuela de arroz caldoso
- Sopa de mariscos
- Potaje de garbanzos

Platos principales

- Fideos fritos a banda o a la parte
- Arroz con boquerones
- Moraga de sardinas
- Rape a la malagueña en salsa de almendras
- Jibia en salsa de melsa
- Chopitos al limón
- Jibia en salsa o en amarillo
- Cazuela de sardinas y almejas
- Encebollao



Varada y llegada de Sardinales. Foto: Roisin

Las fotografías que acompañan a cada plato pertenecen a micocinacarmenrosa.blogspot.com

En blanco



Ingredientes para dos personas

- Dos litros de agua
- Un vaso pequeño de aceite de oliva virgen extra
- Un tomate
- Un pimiento verde (tipo italiano)
- Media cebolla
- Una hoja de laurel
- Medio vaso de arroz redondo (dos puñados por comensal)
- Dos jureles grandes
- Una patata mediana
- Un limón
- Sal

“Dicen que no es malagueña la noche sin el olor a la mar, ni malagueña puede ser sin la fragancia de las biznagas”. A biznagas, a jazmines, a salitre, a mar... así es el olor malagueño.

Tan malagueña como una biznaga ensartada de blancos jazmines, es este plato, el “en blanco” habitual en las casas de los marineros, sobre todo en la época de la posguerra (periodo de la mitad del siglo XX tras la Guerra Civil y que se caracterizó por una enorme falta de materias primas), la base generalmente patatas y cebollas, el pescado el jurel lo que más se pescaba junto con sardinas y boquerones en la casa de los pescadores, pescados que abundaban en nuestras costas.

Un lujo encontrar el resto de los ingredientes, así que el comensal se quedaba “esmallao” (con hambre) o en blanco. Un “en blanquito”, receta fiel al estilo de mi familia, marengos y marineros, un plato quizás centenario que se pierde en la memoria de los tiempos, de la gente de las playas de El Palo y que por cierto era el que más le gustaba a mi madre.

Pasos a seguir

- Limpiar los jureles, destripándolos y quitándoles la piel (pueden pedirlo al pescadero), cortarlo en trozos y reservar.
- En una cacerola plana poner el agua (debe cubrir todos los ingredientes). Lavar el tomate y el pimiento, partílos por la mitad y retirarles las semillas, pelar la cebolla e introducir la verdura en la olla incorporando el aceite de oliva virgen extra.
- Llevar a ebullición a fuego medio dejándolo cocer hasta que la verdura esté bien hecha (unos quince minutos aproximadamente).
- Mientras pelar las patatas y cortarlas en rodajas (no en cascós) y agregarlas a la cacerola junto con el arroz. Pasado unos diez minutos incorporar los trozos de pescado y el laurel. Salar al gusto y dejar cocer unos cinco minutos aproximadamente. Apartar del fuego y dejar reposar unos minutos. A un buen en blanco no puede faltarle un chorreón de limón a la hora de consumirlo.
- Se hace el en blanco con pescada, con pijotas, con rosada e incluso el más añorado: con chanquetes. Aunque el más habitual debido a la abundancia de sus capturas en El Palo, es el en blanco de jureles.

En blanco de pijotas, también llamado “Bulli”

Los hombres atados al mar y al salitre, buscaron embarcarse en las bacas, en la pesca de altura.

Patrón de uno de esos barcos que surcaban los mares, luchando con tempestades hasta las costas africanas, bacas donde se enrolaban aquellos marinos que incluso no sabían nadar, pero que toda su vida estaba unida al mar, mi tío Antonio y con él su hermano, mi tío Pepe (enrolados como marineros), hijos del Bichucho y de la Rosilla de El Palo.

La mayor parte de los armadores de las bacas eran de Levante, principalmente valencianos y en los largos periodos de travesía eran como familia... contaba uno de aquellos marineros llamado “Gorrión” en un reportaje publicado en esta misma revista, en su nº 30, página 29.

“Yo me embarqué en un barco, estuve tres años, el María León (aquel cuyo patrón era mi tío Antonio y que los marineros llamaban “el submarino”), comía fideos o arroz, lo hacían “mú” bien ¿en? “mú” sabroso (solía cocinar mi tío Antonio...), eso por la mañana. Por la tarde comíamos *bulli*, el *bulli* es emblanco de pijotas”.

Intentando y ante no encontrar nada al respecto llego a la conclusión de que seguramente proviene de la palabra del catalán y valenciano: *bullit* que viene a significar hervido.

Pienso que igual algún marinero valenciano o de las costas levantinas, quién sabe igual el armador probaría el en blanco de pijotas y diría: es un *bullit de peix* (hervido de pez). La costumbre o la forma de hablar de los malagueños, “comiéndonos” la mayoría de las terminaciones de las palabras, daría lugar a *bulli*. Y ahí quedó el nombre en boca de los marineros para hablar sobre un hervido de pescado o emblanco como diríamos los malagueños, gente de la mar: *bulli* de pijotas.

Este delicioso pez, mejor dicho pescado (ya está fuera del mar) de la familia de los gádidos, de cuerpo alargado, casi cilíndrico, este pescado blanco, tan malagueño, tan estimado, de poca grasa, de color gris plata como la mar, de aspecto serio, con mirada penetrante y cara de pocos amigos, cuyo nombre científico es *Merluccius merluccius*, se le conoce como pijota cuando es pequeña, pescadilla cuando es mediana y pescada o merluza cuando es de grandes proporciones, pasando los dos kilos de peso.



Pimentón



Ingredientes para dos personas

- Dos litros de agua
- Un tomate grande maduro
- Un pimiento rojo y uno verde (de los de asar)
- Cuatro dientes de ajo
- Dos cucharadas de comino en grano
- Dos patatas medianas
- Medio vaso de aceite de oliva virgen extra
- Una cucharada de pimentón dulce (pimiento molido)
- Sal
- Un cuarto de kilo de boquerones "vitorianos"

Decían los hombres de la mar, los antiguos marengos de El Palo, que el "pescao" tiene sus días, en enero y febrero viene arribando la jibia y pulpo a desovar; en enero, febrero y marzo, también llegan a nuestra bahía las crías de las sardinillas y en agosto el boquerón. "Tó tiene su tiempo".

Antaño este plato se hacía siempre con chanquetes e incluso con "morralla". Debido a las prohibiciones de este tipo de capturas, en "Mi Cocina" los preparo con los boquerones vitorianos, el tamaño más pequeño permitido de comercializar. Pero no sin añoranza de prepararlo con chanquetes de El Palo...

Pasos a seguir

- Asar los pimientos y el tomate directamente al fuego (si no es posible, pueden hacerlo en el horno). Una vez asados, pelarlos cuidadosamente. Cortar los pimientos en tiras alargadas desechando lógicamente las semillas. Pelar igualmente el tomate y quitarles las semillas. Reservar por separado.
- Limpiar los boquerones, quitándoles las cabezas y las tripas. Enjuagarlos y reservarlos en un colador a fin de que escurran bien. Pelar las patatas, cortarlas en rodajas y reservarlas.
- Mientras en un mortero majar los dientes de ajo pelados junto con el comino; una vez bien ligados, añadir el tomate, el pimentón y el aceite "labrando" todos los ingredientes hasta conseguir una pasta uniforme.
- En una cacerola plana echar el agua, incorporar el "majaillo" y las tiras de pimientos, llevando a ebullición y dejando cocer a fuego medio durante unos veinte minutos aproximadamente; a media cocción añadir los trozos de patatas. Salar al gusto.
- Cuando las patatas al pincharlas estén blandas, incorporar los boquerones e inmediatamente retirar del fuego y dejar reposar unos minutos con la cacerola tapada (los boquerones se harán con el calor de la sopa).

Sopa “poncima”

Ingredientes para dos personas

- Un cuarto kilo de almejas
- Un tomate maduro
- Un pimiento verde
- Media cebolla blanca dulce
- Tres dientes de ajo
- Medio vaso pequeño de aceite de oliva virgen extra (a ser posible malagueño)
- Dos rebanadas de pan
- Dos ramitas de hierbabuena
- Un cuarto de kilo de habas y otro de chícharos (guisantes)
- Sal
- Una cucharada pequeña de pimentón dulce (pimiento molido)
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Un litro y medio de agua aproximadamente



La misma cazuela de fideos, los mismos pasos, añadiéndole semillas de habas, chícharos (siempre de temporada), dejando en el fondo del plato unas rebanadas de pan asentado, pan cateto, da lugar a la malagueña sopa “poncima”.

Pasos a seguir

- Echar las almejas en un plato con agua y sal a fin de que suelten la posible arena que puedan traer en su interior.
- Lavar el tomate y el pimiento. Pelar los dientes de ajo y la cebolla. Picar el tomate, el pimiento los ajos y la cebolla en trozos pequeñitos.
- En una sartén echar el aceite y sofreír la verdura a fuego lento. Una vez hecha, retirar del fuego y añadir el pimiento molido.
- Desgranar las habas y los chícharos (guisantes)
- En una cacerola echar el agua, agregar el refrito, el colorante alimentario, las habas y salar al gusto, dejando cocer aproximadamente unos quince minutos. Pasado este tiempo añadir los guisantes y dejar cocer unos cinco minutos más.
- Echar las almejas y dejar que se abran, retirando la cacerola del fuego. Colocar las rebanadas de pan y la hierbabuena en el plato.
- Sacar de la cacerola la verdura junto con las almejas con un colador y echarlas en el plato.
- A continuación servir el caldo “poncima” bien caliente, bien “hervío” como diríamos los malagueños.

Cazuela de fideos

Ingredientes para dos personas

- 150 gramos de almejas
- Un tomate maduro
- Un pimiento verde
- Una cebolla pequeña
- Cuatro dientes de ajo
- Una patata mediana
- Un "puñaíto" de fideos gordos (del nº 4)
- Una cucharada pequeña de pimentón dulce (pimiento molido)
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Litro y medio de agua
- Medio vaso de aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Una alcachofa (también se le puede echar si es su temporada unas semillas de habas tiernas, incluso parte de la piel cortada en trocitos pequeños)
- Una ramita de hierbabuena por comensal
- (Se puede incluir boquerones una vez limpios de cabeza y tripas)



Aquellos sardinales malagueños también se adaptaron como almejeros, en vez de utilizar el arte de red, pescaban con rastrillo; en la cubierta de la parte de popa se adaptaba un cilindro con cuatro manerales en los extremos que se accionaba entre dos marineros utilizando piernas y brazos.

Se denominaba molinete y con él, a través de una beta, se recogía un rastrillo que había sido calado en el fondo. Era preciso fondear con anterioridad el barco por proa.

Este tipo de pesca se utilizaba sobre bancos de arena y su objetivo era la pesca de bivalvos: cañaíllas, coquinas, búsanos, conchas finas y sobre todo almejas... Esas almejas de Málaga que nunca faltaban en la cocina de los marengos...

Una cazuela que solía hacerse con almejas, con coquinas e incluso con boquerones. Se le añadía verdura de temporada, de las huertas paleñas como alcachofas, chícharos (guisantes) o las semillas más pequeñas de las habas frescas e incluso la piel de las habas cortada en trozos pequeños. Siempre se servía con una ramita de hierbabuena.

Pasos a seguir

- Dejar los moluscos sumergidos en agua con sal a fin de que suelten la posible arena que puedan tener en su interior, durante una hora aproximadamente.
- Cortar las alcachofas quitando las hojas más duras y cortando las puntas; restregar con limón para que no ennegrezcan y reservarlas metidas en un cuenco con agua. Pelar la patata, cortarla en rodajas y reservar.
- En una cacerola echar el aceite de oliva virgen extra y pochar a fuego lento la cebolla, los ajos y el pimiento cortado en trocitos pequeños, removiendo continuamente cuidando de que no se lleguen a quemar. Pasado unos minutos agregar al sofrito el tomate y dejar que se fría con el resto de las verduras. Una vez hecho el refrito, retirar del fuego, añadir el pimentón y remover.
- En una cacerola plana echar el agua, ponerla al fuego; una vez caliente añadir el sofrito y antes de que comience a hervir agregar las almejas, la patata, la alcachofa (si se añaden habas añadirlas igualmente a la cacerola), el colorante alimentario y salar al gusto. Llevar a ebullición a fuego medio durante diez minutos aproximadamente. Pasado este tiempo añadir los fideos, dejando cocer otros diez minutos más (irá en función de la cochura que necesite la pasta)
- Apartar del fuego (si se añaden boquerones vitorianos, echarlos en la cacerola en este momento, se harán con el calor residual de la cazuela).

Cazuela de patatas y caldillo de pintarroja

Ingredientes para dos personas

- 4 rodajas de rape
(las cantidades de aguja *palá*, pintarroja, jibia, raya irá en función de los comensales)
- Un tomate grande maduro
- Medio vaso de aceite de oliva virgen extra
- Una rebanada de pan cateto
- Tres dientes de ajo
- Una docena de almendras crudas (sin pelar)
- Dos litros de agua
- Sal
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Dos hojas de laurel
- Dos patatas medianas
- Seis granos de pimienta negra
- Un vaso de vino blanco (fino amontillado)
- (Si es en la temporada de chícharos frescos, se puede añadir unos cuantos guisantes a la cazuela)

¡Es más feo que un rape! Así decían los antiguos de El Palo cuando querían decir que una persona no era muy agraciada. Pobre animal que daba lugar a tan deliciosos platos de la gastronomía malagueña.

Costumbre marenga de hacer la cazuela de papas con la cabeza del rape (en esta ocasión hecha con trozos del cuerpo), se hacía también con raya, con pintarroja, con jibia, con aguja *palá* y si en las redes caía algunas gambas o cigalitas también se añadían en la cazuela.



Pasos a seguir

- Poner la cazuela con el agua al fuego, introducir el tomate entero y llevar a ebullición dejándolo cocer unos minutos. Apartar la cacerola del fuego, sacar el tomate, pelarlo y reservarlo. Pelar los ajos. Pelar la patata y cortarla a cascós.
- En una sartén echar el aceite de oliva virgen extra y a fuego medio poner a freír las almejas y los ajos, con sumo cuidado de que no se lleguen a quemar, solo que se doren (si se queman, amargan). Una vez fritos, retirarlos de la sartén con una espumadera y en el mismo aceite dorar la rebanada de pan por ambas caras.
- El siguiente paso antaño se hacía en un mortero, majando y labrando con paciencia todos los ingredientes; hoy en día lo hago en una batidora. En el vaso de la batidora echar las almendras, los ajos, el pan, el tomate previamente pelado y sin pepitas, el vino blanco y a la máxima potencia pasar todos los ingredientes de forma que quede la masa lo más fina posible.
- Volver a poner la cacerola al fuego y echar la masa del refrito, añadir el colorante alimentario y llevar a ebullición sin tapar la cacerola. Incorporar las patatas, la pimienta negra, salar al gusto y cocer a fuego medio durante diez minutos; pasado ese tiempo añadir los trozos de pescado y las hojas de laurel. Dejar cocer unos minutos (hasta comprobar que el pescado está hecho), apartar del fuego y dejar reposar.
- De esta misma receta (sin patatas, con unas almejas y por supuesto pintarroja, añadiendo unas guindillas) tendremos el famoso y tradicional **caldillo de pintarroja**.



Gazpachuelo malagueño

Ingredientes para dos personas

- 200 gramos de rosada cortada en tacos pequeños y su espina (también se puede realizar con rape, pescada o merluza)
- 250 gramos de gamba blanca de Málaga
- Seis mejillones
- 120 gramos de almejas
- Una patata pequeña
- 50 gramos de chícharos (guisantes)
- Dos huevos
- Medio vaso de arroz redondo (dos puñaditos)
- Dos litros de agua, medio vaso de aceite de oliva virgen extra
- Sal



No, no era una sopa humilde que se hacía solo con una patata y una rebanada de pan como cuentan una y otra vez; también era una sopa que antaño se preparaba con los productos que daba la mar, a la que siempre mis mayores enriquecían con arroz y en su época, unos cuantos chícharos. Así la hacían, así la preparo.

Aunque no hay que olvidar aquel dicho: “Gazpachuelo: comía de duelo”. Bien es cierto, que antaño con una patata, un huevo y aceite se preparaba esta deliciosa sopa, añadiéndole para más consistencia una rebanada de pan.

Pasos a seguir

- Pelar las patatas y cortarlas en rodajas no muy gruesas. Desgranar los guisantes y pelar las gambas reservando la carne por un lado y las cabezas junto con la piel por otro. Limpiar bien los mejillones.
- Preparar la mayonesa: Antaño se hacía a mano, añadiendo a la yema de huevo, lentamente el aceite. Hoy uso la batidora, para ello, poner las dos yemas de huevo en el vaso de la batidora con un poco de clara, el resto de las claras reservarlas en otro recipiente (se cuajarán en la sopa). Incorporar el aceite de oliva virgen extra a las yemas y salar al gusto; dar máxima potencia y mantener unos segundos para con el brazo de la batidora hacer movimientos de abajo hacia arriba durante un minuto y estará lista. Reservar tapada en el frigorífico.
- En una cacerola plana que tenga más diámetro de anchura que de altura, echar el agua y en ella la espina del pescado, las cabezas y la piel de las gambas, llevar a ebullición y *espumear* las veces que sea necesario, dejándolo cocer unos cinco minutos.
- Retirar del fuego, colar bien el caldo y volverlo a la cacerola. Salar al gusto.
- Añadir las almejas y los mejillones volviendo a llevar a ebullición durante dos minutos, *espumear* bien el caldo y retirar los bivalvos con una espumadera. Sacar la carne de las cáscaras y reservar.
- Agregar al caldo las patatas y el arroz y dejarlo cocer a fuego medio unos diez minutos aproximadamente (las patatas estarán hechas y el arroz en su punto, enterito, no pasado). Pasado ese tiempo añadir los chícharos, los trozos de rosada y con cuidado volver a *espumear* quitando con un cucharón la "espuma" cuidadosamente. En ese momento añadir las gambas, pasado dos o tres minutos agregar las claras de los huevos en el centro de la cacerola dejándolas cuajar un minuto.
- Volver a incorporar la carne de las almejas y de los mejillones y apartar del fuego.
- Es ahora la parte más delicada: Hay quien echa la mayonesa directamente en la cacerola, removiendo con cuidado a fin de que no se corte o bien (como yo suelo hacer), echar el caldo del gazpachuelo en el vaso donde tenemos reservada la mayonesa.
- De una manera u otra, siempre hay que sacar el caldo con un cucharón y poco a poco ir diluyendo con unas varillas la mayonesa, hasta conseguir mezclarla de forma que no queden grumos. Una vez diluida, ir volcándola en la cacerola poco a poco, sin dejar de remover y con la precaución de que no llegue a hervir ya que se cortaría.
- **Consejo:** apartar los ingredientes en el plato e ir añadiendo el caldo directamente de un recipiente, así es más fácil calcular la consistencia del gazpachuelo (más clara o más consistente).
- De esta magnífica sopa marenga nace la "**SOPA VIÑA AB**" uno de los platos más emblemáticos del añorado restaurante Casa Pedro. Para realizarla únicamente deben añadir vino Viña AB o en su defecto un buen vino fino amontillado (medio vaso) en la cacerola, antes de incorporar la mayonesa.

Cazuela de arroz caldoso y sopa de mariscos

Ingredientes para dos personas

- Una docena de boquerones si son medianos (si son vitorianos la cantidad al gusto)
- Un tomate mediano maduro
- Un pimiento verde, media cebolla blanca
- Cuatro dientes de ajo
- Medio vaso de aceite de oliva virgen extra
- Un "puñadito" de arroz por comensal
- 50 gramos de chícharos (guisantes, siempre que sean de temporada, si no omitir)
- Dos ramas de hierbabuena
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Una cucharada pequeña de pimiento molido (pimentón dulce)
- Una patata mediana
- Dos litros de agua y sal.
- A la misma sopa se le puede añadir almejas o coquinas, también gambas o langostinos.
- Los boquerones si son medianos quitar las cabezas, las tripas y la raspa; si son vitorianos, solo la cabeza y las tripas.



Mis paredes huelen a boquerones frescos, a cazuela de fideos o arroz con almejas, a sardinas o jureles asados como antaño, a hierbabuena... respiro profundamente y huele a mar, a la mar de mis mayores... a las playas de El Palo de mis recuerdos, fluyen en mí una vez más nostalgia y añoranza de mi niñez.

¿Y cómo no va a oler mi cocina a la cocina de antaño cuando cocino como mis mayores? En esta ocasión, una cazuela de arroz caldoso con boquerones y chícharos, con almejas o con coquinas, ¿con alguna gamba de aquellas que venían enganchadas en las redes? Así es la cocina marenga.

Pasos a seguir

- Limpiar los boquerones, quitándoles la cabeza, las tripas y las espinas, enjuagarlos bien y reservarlos. (Si la cazuela lleva almejas o coquinas, mantenerlas previamente en agua con sal una hora o dos, a fin de que suelten la posible arena que puedan tener en su interior).
- Lavar el tomate y el pimiento, pelar la cebolla y los ajos, picándolos en trozos pequeños. En una sartén echar el aceite de oliva virgen extra, cuando esté caliente, a fuego lento pochar toda la verdura, salando previamente, removiendo de vez en cuando, procurando que no se llegue a quemar. Cuando esté listo el refrito, apartar del fuego y agregar el pimentón.
- En una cacerola plana echar el agua, añadir el refrito y el colorante alimentario, llevar a ebullición y dejar cocer unos quince minutos aproximadamente. Mientras pelar la patata y cortarla en rodajas.
- Añadir la patata, el arroz y los chícharos dejando cocer a fuego medio cinco minutos. Incorporar los chícharos (y en este momento las almejas o las coquinas y si lleva gambas o langostinos pelados). Dejar cocer cinco minutos más.
- Apartar del fuego, añadir los boquerones a la cazuela, tapar a fin de que se cueza el pescado con el calor residual y repose el arroz. Servir con una rama de hierbabuena, incorporándole también calamares y pescado como rape, merluza o rosada.
- Y sin arroz, sin fideos, con algunas gambas, coquinas y por qué no unas cigalas de la bahía, añadiéndole pan, ya sea frito o "asentado" se convierte en una **sopa de mariscos**.



Potaje de garbanzos



Ingredientes para dos personas

- Un kilo de jibia (una vez limpia y cortada en trozos)
- 400 gramos de garbanzos (hay que tener en cuenta que al remojarlos casi triplican su volumen)
- Una cebolla mediana
- Un pimiento verde tipo italiano
- Un tomate grande maduro
- Una hoja de laurel
- Una cabeza de ajos
- Cuatro clavos de olor
- Seis granos de pimienta negra
- Una cucharada sopera de pimentón dulce (pimiento molido)
- Medio vaso mediano de aceite de oliva virgen extra
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Sal
- Un litro y medio de agua
- Cuatro ramitas de hierbabuena.

Las legumbres nunca estuvieron reñidas con los pescados y mariscos en la cocina tradicional malagueña. Todo un clásico en la cocina marenga era prepararlos con bacalao, sobre todo en cuaresma, pero en la cocina marenga de antaño era habitual hacer este tipo de potajes con pulpo e incluso con jibias.

Pasos a seguir

- El día anterior al guiso echar los garbanzos en remojo, en un cazo con agua y un puñado de sal (unas ocho horas aproximadamente).
- Trocear la jibia en trozos cuadrados y de buen tamaño (como para un bocado).
- Asar la cabeza de ajos directamente en el fuego, de forma que se queme por todos lados.
- En una cacerola con el agua, ponerla al fuego y echar los garbanzos una vez escurridos y enjuagados.
- Añadir el tomate y el pimiento cortados por la mitad. Incorporar la cebolla pelada y cortada por el centro, la cabeza de ajos asada y llevar a ebullición. Quitar la espuma resultante.
- Dejar cocer a fuego medio y echar el aceite, los trozos de jibia, el laurel, los granos de pimienta negra, los clavos, el pimentón y el colorante alimentario, salando al gusto y dejando hacer durante una hora aproximadamente.
- A media cocción sacar con un cucharón el tomate, el pimiento y la cebolla con un poco de caldo y pasarlo por la batidora, de forma que quede lo más fino posible. Volver a incorporarlo a la cacerola pasándolo por un colador (así se eliminarán semillas y trocitos de piel).
- Una vez que se compruebe que los garbanzos estén tiernos, rectificar de sal si fuese necesario, retirar del fuego y dejar servir con una ramita de hierbabuena.
- Generalmente, como en este potaje de garbanzos con bacalao, para espesar el potaje, se puede añadir a media cocción una patata cortada en cascós.



Sin título. Carbón sobre papel. 50 x 36 cm.



Sin título. Carbón sobre papel. 50 x 36 cm.

Fideos a banda o a la parte

Ingredientes para dos personas

- Cuatro puñados (los que me caben en un puño, aproximadamente unos 160 gramos) de fideos "O"
- Caldo de pescado (la cantidad más o menos, el doble de volumen de fideos, suelo echar unos ocho cucharones)
- Sal
- Cuatro cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- Medio kilo de chopitos (pequeñas jibias)
- Una guindilla pequeña (pimiento chile)
- Un sofrito de verduras
- Alioli para acompañar.



Fideos "fritos" con gambas de Málaga y merluza, con su alioli

Plato humilde en su origen, propio de marengos, receta de antaño, de épocas duras y difíciles, apto para los paladares muy marengos. Se elaboraba en la mar, en los barcos de pesca, como rancho para los tripulantes durante las largas faenas de pesca (hay que tener en cuenta que solían estar en muchas ocasiones más de un mes navegando, llegando hasta las costas atlánticas de Marruecos); a pesar de los temporales, de las largas travesías los marengos de El Palo, los hombres de la mar la realizaban en un caldero o marmita fuertemente trincado al fogón para así evitar que con los movimientos del barco y los golpes de mar, la comida se derramara.

Los fideos fritos, llamados también "a banda" (las "bandas" son cada una de las mitades, babor y estribor, en que se divide un barco a partir de la línea de crujía; esta es una línea imaginaria que divide de proa a popa, en dos mitades simétricas una embarcación. La costumbre de servir el pescado o marisco a "banda" de los fideos, creando una línea imaginaria que dividía los dos productos, le dio nombre a la receta en sí); denominado también "a la parte" precisamente por este mismo hecho, era preparado con pescado de "descarte" o de menos valor comercial y productos de fácil conservación como los fideos y algunas verduras. Se suele acompañar con alioli.

Para realizar el caldo

- Un trozo de cebolla, un puerro, dos zanahorias medianas, diez granos de pimienta negra, dos hojas de laurel, un litro de agua, sal y la espina de dos rosadas (pescado blanco. A veces uso cabezas y espinas de otros pescados como merluza, huesos de la espina central de pez espada o cabeza de rape).

Para el sofrito

- Cuatro cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra, medio pimiento rojo, un pimiento verde (tipo italiano), un tomate grande maduro, dos dientes de ajo, una cucharada pequeña de pimentón (pimiento dulce molido) y sal.

Para realizar el alioli

- Un huevo, una cucharada pequeña de sal, un diente de ajo y un vaso de aceite de oliva virgen extra.

Pasos a seguir

- En el vaso de la batidora echar el huevo, el diente de ajo (pelado previamente y troceado), el aceite de oliva virgen extra y salar al gusto. Batir a máxima potencia hasta conseguir que quede una mayonesa espesa y consistente. Pasarla al cuenco donde se vaya a servir y reservar.
- Pelar el puerro, enjuagarlo bien; pelar la cebolla y las zanahorias cortando todo en trozos pequeños.
- En una cacerola poner el agua a hervir, introducir las espinas de la rosada, llevar a ebullición y *espumear* las veces que sea necesario hasta que el caldo quede limpio de impurezas. Añadir la cebolla, el puerro, las zanahorias, las hojas de laurel, la pimienta en grano y dejar cocer durante una media hora. Si fuese necesario añadir más agua, que esta esté caliente. Salar al gusto.
- Colar el caldo y reservarlo caliente.
- Mientras se hace el caldo, limpiar las pequeñas jibias, sacándoles el "jibión" que tienen en su interior, con cuidado de no romper el cuerpo y no separar la cabeza y las patas de forma que el chopito quede entero, enjuagarlas bien y escurrirlas.
- Poner una sartén ligeramente engrasada con aceite de oliva virgen extra al fuego. Una vez esté muy caliente, echar los chopitos y dejarlos hacer un minuto a fin de que se doren un poco. En este proceso igual sueltan un poco de líquido, recogerlo con una cuchara y reservarlo para el caldo.
- Sacar los chopitos de la sartén y reservarlos calientes.
- Lavar los pimientos y el tomate, pelar los ajos y picar todo en trozos pequeños.
- En el mismo recipiente donde se han salteado los chopitos (sin enjuagarlo siquiera, aprovechando así parte de sus jugos), echar aceite de oliva virgen extra y sofreír la verdura, salando al gusto, hasta que esté bien pochada. Incorporar el pimiento molido removiendo bien a fin de que se integren todos los ingredientes.
- Pasar el sofrito a la batidora, dar máxima potencia procurando que quede lo más fino posible. Colar a fin de desechar la piel y posibles semillas de las verduras.
- En la misma sartén echar el sofrito y a continuación los fideos junto con la guindilla.
- A fuego medio, remover bien todo durante uno o dos minutos, añadiendo el caldo caliente y el líquido que soltaron las pequeñas jibias. Llevar a ebullición.
- Dejar cocer un minuto incorporando en el centro los chopitos, bajar el fuego al mínimo, cociendo los fideos un minuto más, retirar la sartén del fuego, tapar con papel de aluminio durante un minuto más a fin de que los fideos absorban todo el caldo.
- Si se realiza con pescado, este deberá ser cocido en la cacerola para hacer el caldo y servido "a la banda" o aparte de los fideos.

Arroz con boquerones

Ingredientes para una persona

- Aceite de oliva virgen extra (aproximadamente medio vaso pequeño, suficiente para cubrir el fondo de la sartén)
- Dos dientes de ajo
- Un pimiento verde tipo italiano
- Un tomate
- Un trozo de cebolla (fresca, tipo cebolleta)
- Dos hojas de laurel
- Seis granos de pimienta negra
- Cinco boquerones grandes
- Dos puñados y medio de arroz (unos 125 gramos aproximadamente, el arroz debe ser tipo bomba)
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Sal
- El doble de volumen de agua que de arroz

Pero con el caldo o el agua para hacer un arroz seco, tipo paella (como en esta ocasión), la clave para que quede jugoso, no demasiado seco y que quede suelto, la clave está en no pasarse ni quedarse corto de caldo. ¿La medida ideal? No siempre es el doble de caldo que de arroz, deben tener en cuenta lo siguiente:

Para preparar un arroz seco la proporción, más o menos, será de 1 parte de arroz por 2 o 2,5 partes de caldo, hay que tener en cuenta que no es una ciencia exacta, la relación arroz-caldo no es proporcional y depende de muchos factores.

La capacidad de absorción del arroz, de la variedad e incluso de la marca no siempre es el mismo e incluso hay que tener en cuenta la humedad de la verdura que aportan un poco más de líquido.

Como en esta ocasión, al sofreír el arroz, este absorbe menos agua.

Por lo que mi consejo es que no "le quiten ojo" mientras lo preparan, mantener siempre caldo o agua hirviendo para ir añadiendo líquido si hace falta, evitando que el caldo espese demasiado y procurando así que no se pegue al fondo.

Es en primavera cuando los boquerones dejan los oscuros fondos marinos donde pasan los crudos y fríos inviernos, dejan las profundidades se acercan a nuestras costas malagueñas y es a la caída de la luz solar cuando suben a la superficie formando grandes bancos que ofrecen una singular luminosidad en las aguas. Boquerones de Málaga que oscurecen la mar, que se agitan con locura, la naturaleza les dice que es la época de alimentarse de los nutrientes, del abundante zooplancton marino (larvas de moluscos y crustáceos) y que deben reproducirse; es el momento, el burbujear de la mar, desde hace cientos de años invitan a los marengos a faenar y pescar esos boquerones de mayor tamaño que salen a la superficie a desovar. Con ellos, se prepara el arroz con boquerones a la malagueña.



Pasos a seguir

- Si es factible que su pescadero les limpie y les prepare los boquerones de cabezas, tripas y espina, estupendo; si no es bien fácil.
- Coger el boquerón con la mano izquierda por el centro del cuerpo, con los dedos pulgar e índice de la mano derecha coger la cabeza y tirar hacia delante hasta que rompa y meter el dedo índice por la barriga sacar suavemente toda la tripa del pescado.
- Empujar con el dedo pulgar sobre la espina, presionando en dirección a la cola con objeto de separar un poco los dos lomos; tirar de la espina con cuidado, rompiéndola a la altura de la cola, de tal forma que queden unidos los dos lomos.
- Enjuagar bien los boquerones para que no queden restos de sangre y reservarlos.
- En un cazo poner el agua a hervir y una vez caliente, salar al gusto y echar el colorante alimentario.
- Pelar el tomate, la cebolla y los ajos, lavar el pimiento y picarlos en trozos pequeños.
- En una sartén de unos 20 cm de diámetro echar el aceite y una vez caliente, antes de que comience a humear echar la verdura y sofreír a fuego lento.
- Cuando la verdura esté pochada, agregar los granos de pimienta y el laurel, *morear* un minuto y añadir el arroz, dejándolo sofreír igualmente un minuto. Echar el agua caliente y llevar a ebullición.
- Dejar a fuego fuerte unos diez minutos y pasado este tiempo bajar el fuego y dejar cocer otros cinco minutos. (En este tiempo si el arroz se va quedando demasiado seco añadir un poco más de caldo).
- Colocar los boquerones sobre el arroz y dejar unos dos o tres minutos. Apartar del fuego y tapar la sartén (suelo hacerlo con papel de aluminio), así quedará herméticamente cerrado y no se escaparán los vapores del arroz).
- Dejar reposar unos minutos. Destapar y preferentemente, consumir en la misma paellera o sartén.

Moraga de sardinas



Ingredientes para dos personas

- 12 sardinas
- Un pimiento verde (tipo italiano)
- Un tomate maduro
- Media cebolla blanca dulce
- Tres dientes de ajo
- Medio vaso de vino blanco
- Medio limón
- Una cucharada pequeña de pimentón (pimiento molido dulce)
- Una ramita de perejil fresco
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra

Pasos a seguir

- Limpiar las sardinas, para ello: Coger la sardina y con unas tijeras cortar la cabeza, justo por encima de las agallas, aguantar la sardina con los dedos pulgar e índice de la mano derecha, meter el dedo índice de la mano izquierda por la barriga y sacar suavemente toda la tripa del pescado.
- Empujar con el dedo pulgar sobre la espina, presionando en dirección a la cola con objeto de separar un poco los dos lomos; tirar de la espina con cuidado, rompiéndola a la altura de la cola, de tal forma que queden unidos los dos lomos.
- Enjuagar bien los lomos de la sardina para que no queden restos de sangre y pasar los dedos, siempre debajo del grifo, por los lomos a fin de eliminar las escamas de la piel, escurrir y reservar.
- Pelar el tomate, enjuagar bien el pimiento y retirar las semillas y pelar los ajos. Picar en trozos pequeños.
- En una sartén echar un generoso chorreón de aceite y a fuego medio pochar la verdura durante tres o cuatro minutos.
- Con sumo cuidado de que no se quemen, solo que se pochen, ir removiendo y cuando estén las cebollas transparentes colocar las sardinas sobre el refrito, con la piel hacia arriba, salar al gusto y echar el vino. Llevar a ebullición y dejarlo hervir un minuto.
- Espolvorear el perejil picado dejar hacer uno o dos minutos más. Apartar del fuego, dejar reposar y servir.
- Se puede conservar perfectamente en el frigorífico y consumir en días posteriores.
- Si quieren hacer más cantidad de sardinas, colocarlas en capas, unas encima de otras a la hora de prepararlas.

Rape a la malagueña en salsa de almendras

Decían los antiguos paleños:
“¡¡ eres más feo que un rape !!”

Uno de los pescados más versátiles, más apreciados en mi cocina, es el rape, un pescado fino y delicado, delicioso, de carne blanca y prieta, sin espina, el rape mediterráneo, de nuestra costa; con él suelo hacer lo siguiente: con la cabeza huesuda y cartilaginosa una cazuela de papas con almendra, la carne posterior a la cabeza de lado y lado en trozos pequeños para freír en adobo, con la cola medallones para freírlas, el hígado frito en aceite de oliva untado en el pan es todo un manjar...



En esta ocasión presento unas rodajas fritas a la malagueña, con salsa de almendras, quizás la salsa más malagueña y una de las que más uso en “Mi cocina”.



Foto: Cortesía de la A.A.V.V. El Palo



Sardinal varado. Foto: Luis Bellón

Jibia en salsa de melsa



Ingredientes

- Kilo y medio de jibia
- El bazo de la jibia
- Un vaso pequeño de vino blanco fino amontillado
- Un tomate grande maduro
- Una cebolla mediana (blanca, tipo cebolleta)
- Un pimiento verde (tipo italiano)
- Seis dientes de ajo
- Diez granos de pimienta negra
- Dos hojas de laurel
- Dos vasos grandes de agua
- Aceite de oliva virgen extra
- Una cucharada pequeña de colorante alimentario
- Una cucharada pequeña de pimiento molido (pimentón dulce)
- Sal

Uno de los moluscos más maravillosos, este cefalópodo que según su tamaño recibe un nombre diferente, jibia, chopo, sepia, choco, chopito...

Quienes me conocen saben que siento verdadero amor por los cefalópodos, especialmente por los pulpos y jibias; por su inteligencia, por su imaginativo mimetismo, por su mirada, por su elegancia al nadar y también por el juego tan enorme que da en la gastronomía. En El Palo era habitual que en los antiguos roqueos, hoy en día inexistentes, se pescara con el método del paseo, consistente en pasear a una hembra viva cuyas señales luminosas atraen a los machos.

Pasos a seguir

- Cortar la jibia en trozos medianos (no muy pequeños). Abrir el bazo con unas tijeras y con sumo cuidado, con una cuchara, ir sacando el líquido marrón que contiene la bolsa. Reservar.
- Pelar el tomate, los ajos y la cebolla. Lavar bien el pimiento, quitar las semillas y picar toda la verdura en trozos pequeños.
- En una cacerola cubrir el fondo con aceite de oliva virgen extra y pochar la verdura a fuego lento. Una vez hecho el sofrito, añadir el pimentón, el colorante alimentario y remover bien.
- Agregar el vaso de vino y dejar evaporar el alcohol durante un minuto, incorporando la melsa y dejando hacer durante un minuto a fin de que se integre en el sofrito.
- Pasar el sofrito al vaso de una batidora, echando un vaso de agua y pasarlo de forma que quede lo más fino posible. Colar la salsa con un colador y pasarlo nuevamente a la cacerola. Echar el resto de agua y llevar a ebullición.
- Incorporar los trozos de jibia, la pimienta en grano y las hojas de laurel. Probar de sal y rectificar si fuese necesario (hay que tener en cuenta que el bazo aporta un sabor intenso).
- Tapar la cacerola y dejarlo cocer a fuego lento durante unos treinta minutos aproximadamente (si fuese necesario echar un poco más de agua, que esta esté caliente).
- Dejar reducir al gusto, comprobar que la jibia esté tierna y retirar del fuego, dejándolo reposar antes de servir.

Chopitos y boquerones al limón

Ingredientes para dos personas

- Seis jibias medianas (las llamadas palmeras por el tamaño de una mano. Enteras, tal y como salen de la mar)
- Dos dientes de ajos laminados
- Una ramita de perejil
- Un limón
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra



Como bien dijo el genial poeta y escritor andaluz Pablo García Baena, Málaga es una “perenne invitación a la felicidad”, y dice de ella:

Del mar le vino a Málaga la alegría de vivir, de ese mar nuestro que mira asombrado en esta noche con los ojos pintados de las jábegas al ascender fulgurante de una ciudad reina tal como la viera surgir de su oleaje de nácares, en el pozo del tiempo, hija del mar y de la luz, entre las quillas de las naves fenicias o griegas, desnuda y hermosa, la cabeza coronada por el sol genésico, deidad misteriosa y fascinante, diosa blanca Málaga [...]

Comparó a Málaga con la diosa blanca, lunar, llena del misterio de la diosa Isis que llegó a nuestras costas de la mano de fenicios y egipcios. Con la protección del ojo de Isis dibujados en sus barcas, siempre avizor y protector de los marengos, hombres de pieles tostadas a fuego lento por la brisa de la mar, de duras jornadas de pesca, pendientes de los vientos, de las olas y de las corrientes marinas. Marengos, marineros, pescadores que vivieron y viven pegados a las redes, a los barcos pesqueros a fuerza de golpes de la mar; así lo hicieron mis mayores, así me inculcaron la pasión por el mar, por los productos que nos ofrece. El mar, siempre la mar.

Pasos a seguir

- En una sartén echar un buen chorreón de aceite de oliva virgen extra de forma que cubra el fondo. Colocar las jibias de forma que la parte del jibión quede hacia arriba, salar al gusto, taparlas y dejarlas hacer a fuego fuerte unos diez minutos aproximadamente.
- En ese tiempo se habrán ido abriendo y se verá el jibión (el jibión es una estructura interna dura, quebradiza y ligera que tienen las jibias en su interior; es la parte ósea del animal). Retirar el jibión con unas pinzas y darles la vuelta a las jibias.
- Agregar los ajos laminados y volver a tapar la sartén, dejándolas cocinar a fuego suave durante otros diez minutos (irá el tiempo en función del tamaño de las jibias). Irán soltando todos los deliciosos jugos de su interior que le darán cuerpo a la salsa.
- Pasado este tiempo, añadir el zumo del limón y salar al gusto. Ir removiendo la sartén de forma que se vaya integrando bien el zumo con la salsa aportada por las jibias y el aceite. Apartar del fuego y espolvorear con perejil picado.
- Con esta misma técnica, se realizan la cazuela de “**BOQUERONES AL LIMÓN**”. Los boquerones deben ser de tamaño grande, se abren y se les retiran las espinas.

Jibia en salsa o en amarillo



Ingredientes para dos personas

- Una jibia de más de un kilo
- Medio litro de caldo de pescado (prepararlo con espinas o cabezas de pescado)
- Una cebolla blanca dulce mediana
- Cinco dientes de ajo
- Cuatro hojas de laurel
- Unas cuantas hebras de azafrán (en su defecto colorante alimentario)
- Un vaso de vino blanco
- Medio vaso pequeño de aceite de oliva virgen extra
- Diez granos de pimienta negra
- Una cucharada pequeña de pimiento molido (pimentón dulce)
- Sal

La pesca marcó la vida de los Rosillas, sus barcas salían a la mar y cada barca tenía una carta de la baraja, con ella se sorteaban los “boles”, los sitios de pesca; la barca de mi bisabuelo, el Rosilla, el siete de oros. A golpe de remo, de duro esfuerzo pescaban lo que la mar les daba. Por la mañana llegaban los sardinales al rebalaje, los marengos ya traían las sardinas; durante el día, las barcas con boquerones, jureles y calamares y por la tarde, el arte de pesca del trasmallo que pescaban los chopos, salmonetes y lenguados.

La pesca con trasmallo se basa en que los peces en sus desplazamientos no perciben la red con lo que al tropezar con ella ya no pueden salir, con este arte de pesca se suelen pescar en nuestra bahía diferentes especies: sargos, lubinas, salmonetes, doradas, herreras, incluso langostinos... y cómo no, las deliciosas jibias (chocos, chopos...).



Pasos a seguir

- En un recipiente echar un poco de agua templada y echar el azafrán, dejando diluir las hebras.
- Mientras en una cacerola echar el resto del agua y las espinas de rosada, llevando a ebullición, *espumear* tantas veces como sea necesario, dejar cocer unos diez minutos aproximadamente. Escurrir bien, desechar lógicamente las espinas y colar el caldo. Reservarlo.
- Cortar la jibia en trozos (trozos que no sean muy pequeños); picar en trozos pequeños la cebolla y los ajos.
- En una cacerola echar el aceite de oliva virgen extra y pochar a fuego lento la cebolla y los ajos salando previamente, con cuidado de que no se lleguen a quemar.
- Una vez que la cebolla esté transparente agregar la jibia y rehogar durante cinco o seis minutos a fuego lento. Pasado este tiempo echar la cucharada de pimentón, mezclar bien y añadir el vino dejándolo evaporar dos minutos.
- Agregar la pimienta negra, el agua del azafrán colándola a fin de que no caigan las hebras y el caldo de pescado. Llevar a ebullición, echar las hojas de laurel y dejar cocer aproximadamente unos veinte minutos, hasta comprobar que la jibia esté tierna y la salsa tenga la consistencia deseada.
- Otra variante de la receta es añadirle a la salsa diez almendras fritas y machacadas; e incluso en todas sus versiones, si gusta, incorporarles un puñadito de chícharos, incluso zanahoria ¿y por qué no las semillas más tiernas de las habas?
- Si las jibias son pequeñas, chocos de trasmallo, dejar las jibias enteras.
- En la misma versión de la jibia en amarillo, añadiendo un pimiento y un tomate grande maduro al refrito, se consigue la versión denominada **"MORAGA DE JIBIA"**.



Cazuela de sardinas y almejas



Ingredientes para dos personas

- Medio kilo de sardinas
- Una cucharada sopera de piñones
- Un cuarto de kilo de almejas
- Medio vaso pequeño de vino blanco
- Medio limón
- Dos hojas de laurel
- Sal
- Seis cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- Doce granos de pimienta negra

Caen los rayos del sol como intensa y luminosa caricia sobre el pintoresco paisaje: sobre el mar, que rompe sobre la extensa playa en cristalinas espumas; sobre las barcas, que parecen contemplar la radiante lejanía desde el varadero, con sus ojos de azul y bermellón pintarrajeados en sus finas proras; sobre las humildes viviendas de muros de bálago y techumbres de tablas trepadoras; sobre las redes tendidas en las arenas; sobre los montes que vienen a morir casi, como si intentaran verse en ellas reflejados, en las ondas azules, luciendo sus tonos rojizos, los verdinegros de sus olivares, los rientes de sus viñedos, y acá y acullá sus pintorescos caseríos (Arturo Reyes – poeta malagueño)

Pasos a seguir

- Quitar las cabezas y las tripas, para ello seguir este consejo:
- Coger la sardina con la mano izquierda por el lomo, con los dedos índice y pulgar de la mano derecha, presionar, pellizcando justo debajo de la cabeza, por debajo de las agallas y tirar hacia la parte de la cola, sacando las tripas; pasar el dedo índice por el interior del pescado ayudando así a dejar el buche totalmente vacío. Hay quien solo agarra la cabeza, pudiendo quedar parte de los intestinos en su interior y estos amargarían al consumirlo.
- Enjuagarlas bien, hasta que el agua no deje rastros de sangre (hay que tener en cuenta que, al ser un pescado azul, sangra bastante) y ponerlas en un escurridor.
- Ir cogiéndola una a una y con sumo cuidado, presionando desde el lomo siguiendo la línea de la espina hasta la cola ir separando ambos lados, quitar la espina de forma que quede cada sardina abierta y unida por uno de los lados.
- En una sartén echar el aceite y colocar las sardinas abiertas, boca abajo unas al lado de las otras (si fuese necesario porque la cantidad de sardinas necesitase más espacio, colocarlas unas encima de las otras).
- Agregar el vino y el zumo del limón, el laurel, las almejas y los piñones distribuyendo todos los ingredientes por toda la superficie del diámetro de la sartén. Salar al gusto.
- Ponerla en el fuego, tapar la sartén y llevar a ebullición durante dos o tres minutos; se habrán abierto las almejas y soltarán su jugo mezclándose con el vino, el aceite y el zumo de limón quedando una salsa realmente exquisita.

Encebollao



Ingredientes para dos personas

- Sardinias (las llamadas manolitas malagueñas, pequeñas y plateadas)
- Media cebolla blanca dulce (tipo cebolleta)
- Dos dientes de ajo
- Seis granos de pimienta negra
- Dos hojas de laurel
- Medio vaso pequeño de vino blanco
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

Receta que se usa para las manolitas (las pequeñas sardinias malagueñas), el atún, el pez espada o aguja *palá*, las potas y los calamares.



Pasos a seguir

- Cortar la cebolla en juliana y los ajos, una vez pelados, en rodajas.
- En una sartén echar un chorreón de aceite, añadir las cebollas, el ajo, la pimienta negra y las hojas de laurel, salar al gusto y pocharlas a fuego lento, hasta que comiencen a estar transparente (con cuidado de que no se lleguen a quemar).
- Agregar el vino y llevar a ebullición.
- Echar las sardinias, tapar la sartén y dejar cocer dos o tres minutos. Apartar del fuego y servir caliente.

Técnicas culinarias marengas. Un breve epílogo

Dejamos atrás los platos de cuchara e incluso platos principales o platos contundentes que alimentaron la cocina tradicional con productos de la mar en este número de *Cuadernos del Rebalaje*, para en un próximo número, no muy lejano, describir otras recetas con productos de la pesca, de la mar, como son las frituras de *pescaitos*, los pescados *asaos*, a la plancha, de los escabeches y adobos, de la tradición de consumir mariscos, la salmuera y, por supuesto, sin dejar atrás las conservas de pescados, esta última una gran industria paleña, aquella que denominaban “el fridó” donde trabajaban las mujeres de la mar, entre ellas mi añorada madre en su más tierna juventud.



Sin título. Carbón sobre papel. 50 x 36 cm.

Agradecimientos

Gracias a mi madre, a mi abuela materna, a las mujeres de mi familia, paleñas, malagueñas, verdaderas autoras de este cuaderno, ellas son quienes supieron inculcarme los valores, la cultura, las costumbres y recetas marengas.

Gracias a mi marido Pedro Cantalejo González por su paciencia, por estar siempre a mi lado ayudándome y dándome ánimos; gracias a mis hijos Alejandro y Estefanía.

Gracias a Pedro Cantalejo Duarte, historiador, arqueólogo y escritor por sus cariñosas palabras en ese cariñoso prólogo. Sin ellos este “Recetario Marengo” no hubiese sido posible.

En honor y homenaje a los hombres y mujeres de la mar, marengos de El Palo.



¡¡A mi madre!! Francisca Rodríguez Rosa, la Rosilla



Barca de jábega en la mar



Sin título. Carbón sobre papel. 50 x 36 cm.

Antonia Sánchez Rodríguez



Nacida en El Palo (1955) y actualmente prejubilada, durante 31 años ha desarrollado su carrera profesional en Orient Peninsular S.A., de la que fue jefa de ventas y directora comercial (1980- 2002). Apasionada de la gastronomía, de las artes en todas sus facetas, de Málaga y del mar, siempre la mar. Es autora del reconocido y exitoso blog *Mi Cocina Carmen Rosa*.

Pedro Cantalejo Duarte



Director del Área de Patrimonio Natural e Histórico del Ayuntamiento de Ardales (Málaga). Coordinador del patrimonio natural e histórico de la comarca del Guadalteba, está vinculado a la conservación y dirección del yacimiento prehistórico de la cueva de Ardales. Autor de más de cincuenta artículos de investigación sobre la prehistoria de Málaga y Andalucía. Ha impartido cursos y conferencias en España, Portugal y Francia. Profesor invitado de la Universidad de Cádiz. Miembro del Ateneo de Málaga. Socio fundador de la Asociación para la Defensa del Patrimonio Histórico y Natural de la Comarca del Guadalteba “Bobastro”. Entre sus títulos publicados más recientes destacan *Arte prehistórico en Málaga* con Rafael Maura (2005); *Arte rupestre prehistórico en la Serranía de Ronda*, con Rafael Maura y Manuel Becerra (2006); *Guadalteba en la memoria* (2006); *Prehistoria de las cuevas del Cantal* (2007); *Naturaleza y seres humanos en la comarca del Guadalteba* (2007).

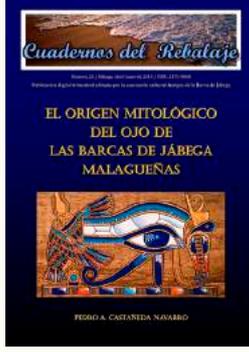
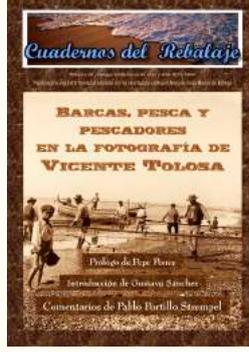
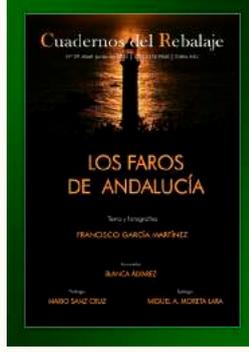
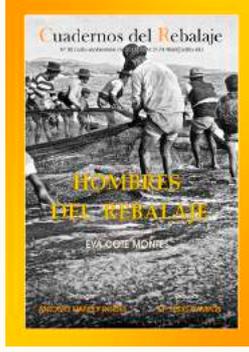
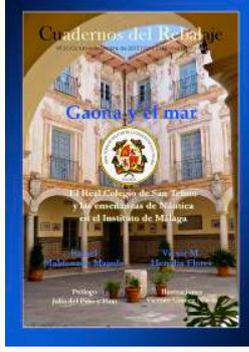
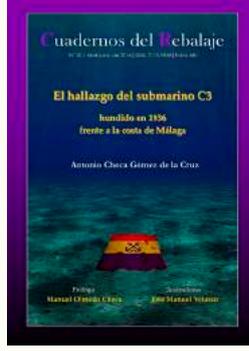
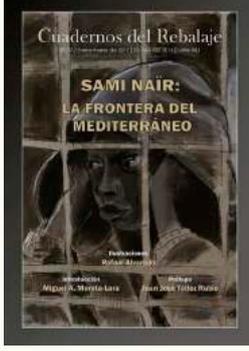
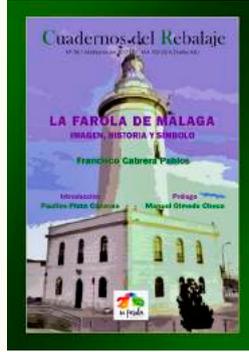
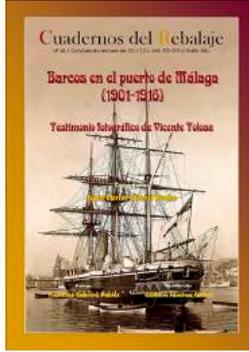
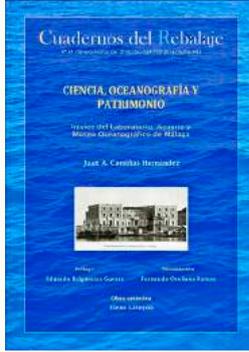
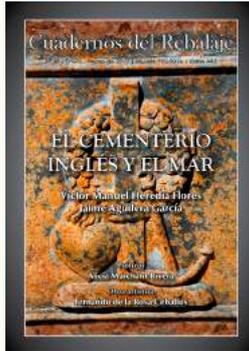
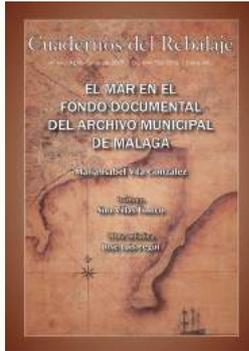
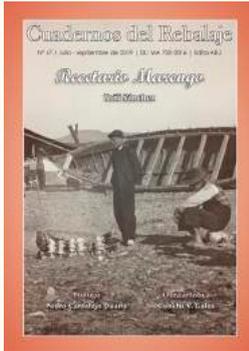
Concha V. Galea



Artista plástica nacida en Sevilla y residente en Mijas Costa. Ha impartido cursos de “Estudios del Dibujo y la Pintura” y “Pintura al aire libre” y participado en otros, como “Otras mitologías: magia y religión” (UNED, Madrid), “Modos de la sensibilidad. Estética y arte contemporáneo” (Fundación Picasso, Málaga), “El mundo a distancia. Génesis de la contemplación estética”, “Filosofía de la Estética” (curso de doctorado), “Adorno, teoría de la ilustración” (UMA), “I Congreso Internacional de Estudios Visuales” (Madrid), “II Foro Internacional de expertos en Arte Contemporáneo ARCO 04” (Madrid), “I Semana Cultural Feminista” (Fuengirola). Primer Premio II Bienal de Arte de Vélez-Málaga, finalista en Concurso de Pintura Joven de Álora, Premio Arte Joven de El Corte Inglés, Artista más destacada 2013 (Diputación Provincial de Málaga. Ha expuesto colectiva (Marbella, Málaga, Badajoz, Portugal, Madrid, Frankfurt...) e individualmente (Fuengirola, Mijas, Vélez-Málaga, Nerja, Rincón de la Victoria, Alhaurín el Grande, Antequera, Archidona, Málaga, Madrid...).

Fotografía de portada: Vicente Tolosa. Colección Gustavo Sánchez Gómez
Fotografía de contraportada: espetos_objetivomalaga_diarior_sur_es

Colección Cuadernos del Rebalaje



Ni en Córdoba ni en Sevilla
ni en *Madri* con ser *Madri*,
hay quien coma *sardinilla*
como las *prepará* aquí.
En esas playas divinas
de Miraflores del Palo,
es *Migué* el de las sardinas
el que sostiene ese palo.
Los reyes y las princesas,
que vienen con sus blasones,
al sentarse en estas mesas
piden a gritos: ¡Espetones!

El Palo, Tierras de Viña y Mar
(José A. Barberá Fernández, p. 473)

