

La población de Brozas siempre fue la de mayor número de toda la comarca, incluida la que puede considerarse como su capital: Alcántara. Bien es verdad que en el período 1493 a 1539 emigraron de Alcántara 45 personas a América y sólo 13 de Brozas. Asimismo, la aportación contabilizada por Vicente Navarro del Castillo en su obra «La epopeya de la raza extremeña en Indias» se puede contabilizar que la primera villa aportó un total de 77 hombres al Nuevo Mundo, mientras que de su cercana Brozas lo hicieron sólo 54. Asimismo, nuestra villa llegó a tener a finales del siglo XVI cerca de 250 moriscos. Este grupo se asimiló pronto a la nueva sociedad, pues muchos vinieron huyendo de Granada, la zona en que se levantaron contra Felipe II. Pese a todo fueron muy vigilados por la Inquisición. Se dice que la sede en Brozas se encontraba en la calle Cipriano Cabrera, número 8, sin que haya más que una presunción sin base argumental alguna. Hoy esta casa tiene una fachada interesante del siglo XVI, con elementos góticos en su puerta adintelada. Estar enmarcada en un alfiz quebrado con ménsulas góticas.

Las Brozas es una de las grandes localidades extremeñas junto a Cáceres, Trujillo, Plasencia, Badajoz, Mérida, Zafra o Llerena, pues superaba por esa época los 1.000 vecinos, lo que supone una concentración urbana debido a razones económicas y nobiliarias. El recuento de vecinos era en 1552 un total de 1.115, para pasar de los 1.500 en 1587 y a los 1.642 a finales de la centuria, concretamente en 1591.

Como ya se ha dicho, la villa de Las Brozas siempre ha tenido un alto porcentaje de población hidalga y noble. Así, de esos 1.642 habitantes, 75 de ellos eran hidalgos, es decir, el 4,5% de la población. Bien es verdad que Cáceres era la población con un mayor número de hidalgos, 251 para una población de 1.669 vecinos, lo que supone un porcentaje del 15%. Todo ello no quita que haya una gran emigración. Un alcalde mayor de Las Brozas dice sobre ello: «este lugar es como los de indios en tierra que de españoles no está poblada». La emigración ha sido la constante de esta comarca. Que desde los años sesenta del siglo XX ha perdido más del 60 por ciento de su población.

Sin embargo cabe un hábito de esperanza.

FRANCISCO RIVERO  
*Cronista oficial de Las Brozas*

## La gastronomía de Brozas en la época de «El Brocense»

La exploración de la gastronomía de un determinado tiempo y una determinada zona nos acerca a las señas de identidad de quienes las habitan. La cacereña zona de Brozas, relevante por múltiples e históricos acontecimientos, es un trozo de la provincia de Cáceres, donde el aspecto culinario tuvo especial relevancia y nos acerca a la realidad de las gentes que vivieron en este lugar.

En la actualidad es una zona que carece de grandes establecimientos hosteleros que siempre suelen investigar, recopilar y guardar el rastro de la estela culinaria que los habitantes de la zona fueron dejando tras de sí, lo que siempre facilita la labor del investigador. Pero en el caso de Brozas, a falta de datos, ha sido necesario entrar en las cocinas de las más viejas amas de casa o de aquellas mujeres que, amantes del buen comer, siendo todavía jóvenes, conservan valiosas recetas que proceden del pasado y de los pueblos o civilizaciones que desde la prehistoria poblaron estas tierras. Y allí, entre pucheros y cazuelas de barro, sartenes y calderos de hierro, entre el fuego de la antigua chimenea de leña o el moderno fogón de butano, no sólo hallamos unas simples recetas, sino muchos datos históricos, culturales, sociales, políticos y profesionales de la mayor importancia. En esta zona, como en otras partes, el aspecto culinario se desarrolló según las capas sociales existentes y los productos de que se disponía.

Brozas fue cuna de grandes familias de la oligarquía cacereña como consecuencia de hallarse en un magnífico enclave geográfico por el que discurrieron los caminos hacia Portugal, por Valencia de Alcántara y Alcántara. Pero también por ser el centro agroganadero de un amplio y

rico territorio donde grandes extensiones de terreno se dedicaron al cultivo de cereales, legumbres, olivos, viñedos y encinares; a la cría de ganado lanar, vacuno, porcino, caballar y apícola; donde abundó una gran y diversa riqueza cinegética, como el ciervo, el jabalí, la perdiz, el sisón, la avutarda, el pato, la liebre, la tórtola, la paloma torcaz, entre otras; abundaron, así mismo, especies piscícolas como la tenca (pez autóctono que posiblemente implantaran los romanos en las charcas que construyeron), la anguila, el barbo, la pardilla y otros peces de agua dulce, en los ríos Tajo y Salor.

Mi intención no es hacer historia de la historia de Brozas. Es resaltar el espacio culinario del pasado a través de una serie de recetas que más o menos tuvieron su vigencia en la época de El Brocense, aunque muchas fueran creadas e ingeniadas siglos atrás. Porque la gastronomía surge no sólo por la necesidad de mantenerse, sino también por el hambre y la necesidad de utilizar todos los productos. Se dice que el hambre aguza el ingenio y nuestros antepasados agudizaron el suyo para aprovechar todos los productos a su alcance para comerlos crudos, cocidos, fritos, guisados, asados, estofados o a la brasa.

#### LOMO DE CORDERO LECHAL ASADO CON TOMILLO Y MIEL

El lomo del cordero lechal es una de las piezas de mayor calidad del cordero. El asado solía realizarse en hornos de leña, en los que se cocía el pan, o en los que, de pequeño tamaño, construían los adinerados en sus fincas y palacios. Naturalmente iba destinado a mesas en las que participaban destacados invitados.

##### *Ingredientes:*

- 4 lomos de cordero.
- 200 gr. de tocino de jamón.
- 8 dientes de ajo.
- 2 dl. de vino blanco.
- 1 dl. de vinagre.
- 100 gr. de miel.
- perejil, tomillo, pimienta, harina, sal y aceite.

##### *Modo de hacerlo:*

Se enrolla el lomo, se brinda, se salpimenta y se mete en el horno, acompañado de trozos de tocino de jamón. Se asa durante 60 minutos a 160 grados C, regándolo de vez en cuando con una maya de ajos, perejil, vino blanco, agua y tomillo en rama.

Se sirven, trinchados con una salsa hecha con cebolla y ajo dorados en aceite, a los que se añaden un poco de harina, vino blanco, vinagre, miel y una infusión de tomillo. Se deja reducir y se sirve

#### CORDERO A LA BRASA

Los asados de carne a la brasa tuvieron siempre la mayor aceptación en las capas sociales más elevadas. El cordero lechazo (recién nacido y alimentado con calostros), el lechal (alimentado con leche) y el que se alimenta con leche y hierbas, se transforman con el fuego en sublimes manjares. Nunca faltaron en las copiosas comidas de los pudientes medievales, y aún sigue siendo un plato de lo más apetecible en la gastronomía extremeña.

Su preparación no es difícil, una vez que se mata el cordero, se desuella y se mantiene colgada la carne de un día para otro, a fin de que se oree.

##### *Ingredientes (Para 4 personas):*

- 2 kg. de cordero (Puede ser lechazo, lechal o que paster por sí sólo).
- 1 manojito de orégano.
- 1 manojito de tomillo.
- 1 taza de aceite de oliva.
- Sal

##### *Preparación:*

La carne del cordero deberá picarse en trozos, mezclando todas las partes de un canal. Una vez troceado se le añade el orégano y el tomillo, la sal y el aceite crudo de oliva. Se mezcla todo y se deja una hora en reposo para que la carne tome los sabores.

El asado dependerá de la edad del cordero, procediéndose de las siguientes maneras:

*Lechazo:* Los trozos de carne deben colocarse sobre el enrejado de una parrilla de hierro que, a modo de tijera, se abra y se cierre. Para el fuego deberá emplearse sarmientos de vid. Este tipo de carne no necesita un fuego fuerte, basta con mantener unos diez minutos por cada lado la parrilla sobre el fuego para que el asado esté listo.

*Lechal:* El proceso es el mismo pero para obtener un buen asado, al tratarse de carne más hecha, habrán de emplearse en el fuego retoños o ramitas de olivo; mejor una mezcla de ambos combustibles. El tiempo será igual.

*Cordero de mayor edad:* Como la carne estará más dura y aparece el sebo, necesitará un fuego más fuerte. Nada mejor que emplear la encina. Una vez que la leña se ha transformado en brasas, se coloca sobre ellas la parrilla con la carne y se consigue el asado deseado. Aunque la carne es más dura el asado tardará igual tiempo toda vez que el fuego es mucho más fuerte.

En los tres casos el asado debe llevarse del fuego a la mesa para que la carne no pierda el aroma de las esencias propias y de los arbustos empleados en su preparación y el fuego.

#### FRITE DE OVEJA MACHORRA

La carne de oveja y de cabra machorra fueron siempre muy deseadas por las clases sociales menos pudientes. Se trata de hembras escogidas para la reproducción pero que después de seleccionadas no llegan a ser fértiles. Suelen tratarse de animales de aproximadamente un año de edad. Normalmente tienen una carne exquisita. Según los pastores la carne de machorra es la mejor por la edad del animal. La siguiente receta es la más tradicional.

#### *Ingredientes (Para 4 personas):*

- 2 kg. de carne.
- 5 dientes de ajo.
- 1 decilitro de aceite de oliva.
- 2 hojas de laurel
- 1 decilitro de vinagre puro de vino.
- Sal

#### *Modo de hacerlo:*

Se trocea la carne en porciones pequeñas.

En un caldero o en una sartén de hierro se pone el aceite al fuego y cuando esté caliente se fríe un trocito de pan para hacerlo. El frito se tira. Al aceite se le añade la carne y se le da unas vueltas con la cuchara de hierro (jarreña), añadiéndole un poco de sal y el laurel y se mueve la carne con frecuencia para que se fría por igual.

Entre tanto se prepara un machado con los dientes de ajo y los sesos del animal, previamente cocidos, añadiéndose un poco de agua.

Cuando la carne empieza a dorarse se le añade el vino y tras darle unas vueltas se vierte en un caldero o sartén el machado y agua hasta que la carne esté a punto de cubrirse. Se deja cocer hasta que haya merma del agua hasta quedar con un poquito de salsa.

Se sirve caliente sin más.

#### CIERVO CON SALSA

El ciervo fue codiciado por los señores feudales, no sólo por sus trofeos sino por los festines que se daban con sus carnes más selectas. Pero el resto también era aprovechado para fabricar chorizos o por las gentes más humildes.

#### *Ingredientes (Para 4 personas):*

800 gr. de solomillo de ciervo.

Aceite, sal y pimienta.

• Para macerar:

2 dientes de ajo.

1 cebolla.

4 zanahorias.

2 vasos de vino tinto.

1/4 vaso de vino de oporto.

Romero, tomillo, granos de pimienta negra y sal.

• Para acompañar:

250 gr. pasta cocida.

100 gr. queso de oveja.

Un trozo de pimiento rojo y aceite.

*Modo de hacerlo:*

La víspera se introduce el solomillo en una mezcla compuesta por los ingredientes de maceración y se reserva en el frigorífico. En una cazuela se reduce el líquido de maceración durante 25-30 minutos.

Mientras trocea el solomillo, se salpimenta y se dora en una tartera con un poco de aceite. A continuación se hornea durante 5 minutos a 200 grados.

Colar la salsa con colador y ligarla si es necesario. Agregar el jugo que haya soltado el solomillo en el horno y reserva.

En una sartén con aceite se saltea la pasta con el pimiento picado.

Sirve el solomillo con el salteado de pasta y salsa. Acompaña con triángulos de queso de oveja.

CARDO EN SALSA DE PEREJIL

El cardo o cardillo que se cría silvestre en los campos era consumido por los pobladores más humildes. Hoy está considerado como un producto típico y hasta ha industrializado, lo que no dejaría de extrañar a nuestros antepasados que lo comieron por necesidad. De su ingenio parte la siguiente receta.

*Ingredientes (Para 4 personas):*

- 1.500 gr. de cardos (u 800 gr. de cardo cocidos al natural).
- 50 gr. de queso mantecoso.
- 4 ramas de perejil muy fresco.
- 8 almendras crudas y otras 8 tostadas.
- 2 cucharadas de harina.
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas rasas de mantequilla blanda.
- 1/4 litro de caldo de pollo.
- 1/4 litro de leche.
- Sal y pimienta blanca.

*Modo de hacerlo:*

1. Limpiar el cardo. Para ello debe usarse unos guantes de goma. Cortar las pencas del mazo de cardo. Con un cuchillo muy afilado retirar toda la capa de hebras que cubren las pencas. Estas deberán quedar muy suaves al tacto. Según se pela cada penca, se cortan los trozos regulares y se pasan a la cazuela con abundante agua fría, que contendrá cuatro o cinco rodajas de limón, pero sin exprimir.

2. Eliminar el agua de remojo y añadir nuevamente agua fría con un poco de sal y los trozos de cardo. Poner a cocer hasta que el cardo esté tierno. Para que no ennegrezca, se añaden dos cucharadas de harina.

3. En la sartén amplia y redonda, se pone la mantequilla, el aceite, la harina, las almendras crudas machacadas y sal. En frío, y con una cuchara de madera, se mezclan todos los ingredientes. A continuación, se vierte poco a poco y sin dejar de remover el caldo de pollo templado y, después, la leche también templada. Se pone a fuego suave y remover constantemente. A partir de que rompa el hervor, contar 15 minutos. Si hiciera falta se añadiría más caldo de pollo a fin de que quede trabajado, pero no espeso.

4. Después se colocan los trozos de cardo, sumergiéndolos en la salsa. Rectificar el punto de sal y añadir una pizca de pimienta blanca. A continuación mover la sartén enérgicamente.

5. Finalmente se añaden las almendras tostadas picadas y todas las hojas de perejil picadas, así como el queso rallado.

ALBÓNDIGAS DE LIEBRE

*Ingredientes:*

Nalgas y lomo de liebre.  
Ajo, sal, perejil, comino, pimienta, harina, vino blanco, laurel, pimienta en grano y vinagre.

*Modo de hacerlo:*

Se cuece el lomo y las nalgas de la liebre en agua con un machado de ajo, sal, perejil y comino.

Se desmenuza la carne y se hacen albóndigas del tamaño de una canica. Se rebozan en harina y se fríen en aceite de oliva.

Se cuece el corazón de la liebre con unos granos de pimienta y un chorrito de vino blanco. Una vez que el caldo está frío se le añaden dos hojas de laurel tostado, se pica una cebolla cruda, tres ajos rajados por la mitad, un poco de azafrán, un chorro de vinagre de vino y se sala a gusto.

El caldo se sirve frío y las albóndigas calientes, a modo de salpicón.

#### CHANFAINA DE CORDERO, A LA MANERA DE MI SUEGRA

Como podrá comprobarse, es una receta en la que se emplean los despojos del animal. Aunque hoy está considerado como un plato tradicional y exquisito, antiguamente no fue así, porque las partes menos apreciadas del animal eran dejadas a la servidumbre y, como en otros muchos casos, las cocineras empleaban todo su ingenio en la elaboración de la comida que iban a comer gentes como ellas, los trabajadores o empleados.

##### *Ingredientes:*

1 kg. de tripas.

1/2 kg. de callos.

1/4 kg. de asadura.

1/2 kg. de hígado.

2 ajos.

2 pimientos secos.

2 hojas de laurel.

1 cebolla pequeña.

1 rebanada de pan frito y mojado en vinagre.

Sangre cocida.

2 huevos batidos.

2 huevos cocidos.

Perejil.

##### *Modo de hacerlo:*

Limpia muy bien las tripas y los callos de cordero, incluso raspándolos.

Cocerlos en agua durante una hora o hasta que estén blandos y picarlos muy finos.

En un poco de aceite, freír la cebolla, ajos, pimientos y se junta con los callos en una cazuela, añadiendo el perejil y el laurel. Con un poco de agua se pone al fuego.

Se machacan, en el mortero, unos ajos, la rebanada de pan frito y mojado en vinagre, se añaden los huevos batidos y se agrega todo ello a la cazuela.

Una vez estén listos para servir se les pica por encima los huevos cocidos.

#### BUÑUELOS DE VIENTO

Se ponen en un cazo 11 cucharadas de agua, 7 de leche, 40 gr. de mantequilla, 40 gr. de azúcar, sal, una cucharada de brandy y se hierve. Cuando rompa el hervor, se añaden 100 gr. de harina. Se mueve y, cuando se haga una bola, se retira del fuego. Una vez la masa esté fría, se agregan tres huevos, de uno en uno, y una cucharadita de levadura.

Se pone una sartén honda al fuego con mucho aceite y, cuando esté caliente, se fríen unas bolitas de buñuelos, que se harán con ayuda de dos cucharillas. Se van friendo de cinco en cinco y esperamos a que se hinchen y se den la vuelta solos.

Cuando estén fríos, se rellenan con crema o nata.

#### CONEJO EN PUCHERO

El conejo es una pieza cinegética muy apreciada por todas las clases sociales. Como abundaban eran cazados por pudientes y menos pudientes, empleando cada cual sus mañas para cazarlos. Son muchos los guisos cuyo contenido principal es el conejo. El siguiente era muy común en la zona brocense.

##### *Ingredientes:*

1 conejo de campo

2 dl. de aceite de oliva

- 100 gr. de pan
- 1 cucharada de vinagre de vino
- 3 huevos
- 3 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel
- 50 gr. de tomillo
- 25 gr. de orégano
- Perejil, pimentón y sal

*Modo de hacerlo:*

Dorar en aceite el ajo picado en láminas, así como el hígado del conejo. Añadir el pan, el perejil, el orégano y el tomillo, todo bien picado, así como la hoja de laurel entera. Cuando se haya hecho todo bien se retira el laurel y se maja todo en el mortero, hasta conseguir una pasta fina que se aligerará con el vinagre.

En el mismo aceite se dora el conejo. Luego se pasa a una cazuela de barro, se añade el pimentón, el majado anterior y un poco de agua. Se da el punto de sazón y se deja cocer hasta que el conejo esté tierno.

POTAJE DE LEGUMBRE CON BACALAO

Los potajes han solucionado la alimentación de muchas generaciones y aún continúan aceptándose como un plato tradicional. Nunca faltó los viernes de cuaresma, cuando la iglesia prohibía comer carne en días de guardar, para cuyas circunstancias se creó.

*Ingredientes:*

- 150 gr. de garbanzos.
- 150 gr. de lentejas.
- 150 gr. de alubias o judías blancas
- 150 gr. de bacalao.
- 100 gr. de arroz.
- 2 huevos cocidos.
- 1/2 cebolla.
- 2 dientes de ajo, perejil, aceite y sal.

*Modo de hacerlo:*

Las alubias y los garbanzos deben remojar desde la noche anterior. En una cazuela se cuecen las alubias, lentejas, garbanzos con una rama de perejil.

Entre tanto se asa el bacalao al fuego (ahora puede hacerse a la plancha), se le quita la piel y las espinas y se desmenuza. Cuando las legumbres estén tiernas, se añade el bacalao y un sofrito preparado con los ajos y la cebolla picados muy finos.

Cuando rompa el hervor, se agregan el arroz, un poco de pimienta y se rectifica el punto de sal. Se mezclan bien todos los ingredientes y se mueven hasta que estén a punto.

Antes de servir, se deja reposar el potaje unos minutos y se adorna con los huevos cocidos picados.

SOPA DE CACHUELA

El cerdo ha sido y sigue siendo el animal más aprovechado gastronómicamente hablando, por todas las clases sociales. La tradicional matanza era la fiesta más deseada porque se trataba de preparar el festín para todo el año. Y ese día, como en otras ocasiones no había posibilidades, con la sangre del cerdo como principal producto se elaboraban unas suculentas sopas llamadas de Cachuela.

*Ingredientes:*

- 1/4 litro de sangre líquida de cerdo
- 100 gr. de gordura de cerdo.
- 1 dl. de leche de cabra.
- 250 gr. de hígado de cerdo.
- 1/2 cebolla.

(Posterior al descubrimiento del Nuevo Mundo, 1 pimiento verde y otro seco, pimentón).

2 ajos y unos granos de comino, laurel y pan de pueblo.

*Modo de hacerlo:*

Se pica finamente el hígado y la gordura, el pimiento verde y la cebolla.

Se sofríe la gordura en el aceite y se le añade la cebolla, el pimiento y el hígado todo junto.

Cuando todo esté tierno se echa el laurel, el pimentón y el pimiento seco.

Se añade agua y se deja cocer durante 15 ó 20 minutos. Después se añade la sangre removiendo continuamente para que no se corte o cuaje.

Se machacan los ajos y los cominos, y se les incorpora al caldo que se separa del fuego.

El pan se hace rebanadas finas y se colocan en una sopera y se calan con el caldo sin que esté hirviendo.

Se deja reposar unos minutos y se comen acompañadas de aceitunas guisadas.

#### BOBOS DE BROZAS

El «Bobo de Brozas» es, gastronómicamente hablando, uno de los platos más famosos de esta localidad. Se curaban y conservaban para comerlos el día de San Antón que es una de las grandes fiestas del pueblo. Su nombre procede de que para llenarlos (embutirlos) se utilizaba el estómago de los propios cerdos.

Los «Bobos» son un embutido a base de huesos de cerdo no del todo descarnados procedentes de paletas y jamones que fueron despiezados para la fabricación del chorizo magro; se añaden puntas de costilla y rabo.

Una vez picados se les adoba con abundante pimentón para lograr su no fácil conservación, se añaden ajo machado y orégano. Una vez embutidos se dejan conservar en las cocinas.

Cuando la familia se dispone a comerlo se cuecen berzas, se les añade el contenido del «Bobo» y se dejan al fuego hasta que la carne esté tierna. En ocasiones se añaden chorizos, boferas, tocino, morcillas de sangre de cerdo y hasta carne. El guiso lo admite todo.

#### LA TENCA FRITA, UNA EXQUISITEZ

La tenca es por excelencia un pez autóctono de las comarcas cacereño-alcantarina. Aunque se desconoce cuándo y de dónde llegó a estas tierras, no se descarta que fueron los romanos quienes la introdujeron para repoblar las charcas que construyeron. Este pez tan nuestro se encuentra también en

toda centroeuropa, donde existe una producción y mercado importante, si bien en nuestra tierra alcanza mayor calidad.

Brozas es uno de los pueblos con mayor cantidad de tencas de nuestra provincia. En la antigüedad tuvieron tal fama que hasta el mismo Emperador Carlos V las hacía llevar a Yuste para degustarlas, considerándolas como un bocado sublime.

Tierra adentro, donde no llegaba pescado alguno, la tenca, junto a la anguila, llegaron a ser codiciadas por los mejores paladares.

Aunque han aparecido numerosas recetas teniendo como principal producto la tenca, ninguna iguala a la más tradicional y sencilla:

Poner las tencas en un baño de barro y echarles vinagre en abundancia para que se desprenda con facilidad la gelatina o rebaba que tienen adherida a la piel. Después quitarle las tripas y lavarlas con agua. Se salan.

En una sartén de hierro se calienta aceite de oliva. Es importante que el aceite esté muy caliente al echar las tencas, pero después se baja el fuego y se fríen lentamente.

Aceptan muy bien que se les introduzca un trozo de jamón entrevolado (grasiento) o tocino de jamón.

Se sirven calientes.

También es importante la medida o tamaño, el mediano es el apropiado.

\* \* \*

Sincero agradecimiento a doña María Burgos, excelente cocinera y presidenta de la Asociación de las Amas de Casa de Brozas, a la Concejalía de Cultura del Ayuntamiento de Brozas, a la revista *Aldebuena*, a Jaci Belloto y a otras amas de casa que han preferido permanecer en el anonimato.

Unas 150 recetas han sido recopiladas en esta ocasión. Poco a poco iremos publicándolas.

EMILIO JARAIZ