

LA COMARCA COLABORACIONES

“Comidas sefardies” desde Aragón

El pasado 18 de febrero de los corrientes, el profesor, Álvaro López Asensio, participó en una videoconferencia, con repercusión y extensión internacional (Turquía, París, Londres, Buenos Aires y New York), organizada por la "Autoridad Nacional del Ladino i su Kultura" con sede en Israel. Esta organización promueve e impulsa la lengua judeo-española entre sus hablantes, así como la actual cultura sefardí, es decir, las tradiciones que todavía conservan los judíos, cuyos ancestros fueron expulsados de Sefarad a finales del siglo XV.

Además, en esa videoconferencia, abierta a todo el mundo judío, participaron también los mayores expertos judíos en esta materia: Tamar Alexander, Vered Barnea, Mishael ben Melech, Yitzhak Levi, Susana Behar, Moshico Cohen, Ester Gonen y Conoreti Mali. El encuentro se desarrolló en dos idiomas: en judeo-español y en hebreo. Álvaro López fue el único participante español y no israelí.

Álvaro López habló sobre la cocina de los judíos en la Edad Media, la base de lo que luego será la cocina sefardí, desarrollada a partir de la expulsión hebrea de Castilla y Aragón en 1492 en los diferentes lugares de destino. Allí asumieron sus costumbres culinarias y materias primas.

En el siglo XVI, la cocina sefardí de la diáspora empleó en sus fogones aquellos alimentos provenientes de América: tomate, patata, maíz, boniato, vainilla, guindillas, pimientos, pimentón, alubias o frijoles, calabacines, cacao, pavos, faisanes, cacahuetes, piñas, aguacates, chirimoyas y tabaco.

En la actualidad hay muchas publicaciones sobre cocina sefardí, pero ninguna sobre la cocina que los judíos preparaban durante su estancia en Sefarad.

En la videoconferencia, Álvaro López dejó claro que sería erróneo hablar de una cocina propiamente judía sino, más bien, de la cocina de los judíos que se alimentó de ingredientes y tradiciones pre-judaicas (hispano-romanas y musulmanas) del medio ambiente culinario en el que vivían y que hicieron propia. Alguna de sus recetas fue asimilada por la sociedad cristiana gracias a los conversos, quienes modificaron sus ingredientes y la forma de prepararlos para no ser acusados y juzgados por el Santo Oficio.

La cocina judía medieval de Sefarad se caracteriza por prohibir comer cerdo y sus derivados, carne con grasas y sangre, el nervio ciático de la pierna, huevos con manchas y defectos, peces sin escamas y mezclar carne con leche en el mismo plato e ingesta.

La cocina judía permite toda clase de verduras. La carne de ternera y cordero la lavan para eliminar la sangre y suelen cocerla antes de asarla. Comen gallina y torcazos. No comen conejo, caracoles, gusanos e insectos (a excepción de las langostas-saltamontes).

La cocina judía utiliza mucho los huevos, la miel o azúcar moreno y frutos secos. La berenjena es la hortaliza preferida.

A través de procesos inquisitoriales fechados entre los siglos XV y XVI, hemos

El profesor e historiador, Alvaro López Asensio, participó el pasado 18 de febrero, en una videoconferencia internacional para hablar de “comidas sefardies”, organizada por la “Autoridad Nacional del Ladino i su Kultura” con sede en Israel



**Bindichas
Manos
תבזרכנה הידיים**

**הנכם מוזמנים להפגש זום בנושא:
ההטבח היהודי-ספרדי
הנהגים, הורשות, אירוח, פתגמים ושירים**

de evitarvos a enkontro de zoom sobre el sujeto
La kuzina judeo-espanyola
sia, ospitalidad, reflanes i kantigas
es:
Ladino Vered Barnea - Ebreo **הנהגיה דו- לשונית:**

**El enkontro va tomar lugar en:
18/2/2021 a las 19:00 (oras de Israel).**

Zoom link: <https://zoom.us/j/91822207446?pwd=RkQxRzJKN29kSGV3aytLZ3I0bkprdz09>
Meeting ID: 918 2220 7446
Passcode: 280327

**Turkia 20:00 Paris 18:00 Londra 17:00
Buenos Ayres 14:00 New-York 12:00**



podido recuperar documentalmente, las costumbres culinarias que tenían en la vida cotidiana, en las grandes celebraciones de su ciclo vital (nacimiento, circuncisión, bodas, velatorios, etc.), así como en las grandes fiestas religiosas (Sabbat, Pascua, Sukkot, Año Nuevo, Ayunos, etc.).

También hemos registrado las leyes y normas dietéticas que tenían para determinar los alimentos permitidos y prohibidos, amén de las tradiciones y normas a la hora de manipular, preparar y cocinar los alimentos.

Entre las recetas documentadas podemos destacar:

- 1.- El hamín (carne de ternera, pollo o cordero; huevos, berzas, garbanzos y especias)
- 2.- Huevos haminados (huevos duros cocidos con cáscaras de cebolla)
- 3.- Habas con pimienta (habas secas cocidas y pimienta)
- 4.- Berzas con queso (col cocida y queso)
- 5.- Cordero asado con especias y guarnición de cebolla, ajo y frutos secos
- 6.- Buñuelos de pan y huevo
- 7.- Arrucaques (torrijas hechas con pan ácido y miel)
- 8.- Alcahalillas (torta con huevo en medio. La torta lleva harina, aceite, yemas de huevo y clara batida de huevo que hace de levadura)
- 9.- Tortillas de Pascua (masa de harina sin levadura, mezclada con huevos, azúcar de caña o miel, y salsa de especias)
- 10.- Turrado (guirlache con almendras tostadas y una mezcla de miel y azúcar moreno)
- 11.- Almendolas (almendras y huevos con clara batida al punto de nieve, miel y azúcar de caña)
- 12.- Pan con miel

En muchos de los pueblos de Aragón y Sefarad, todavía se cocinan alguno de los platos de los judíos con alguna variante. Tras la expulsión de los judíos en 1492, los conversos de judío siguieron cocinando los guisos de sus ancestros, gastronomía que se fue implantando poco a poco en buena parte de la sociedad cristiana.

Entre ellos, hay que destacar el hamín, los buñuelos de pan y huevos (huevos tontos), las alcahalillas (monas de pascua o culecas), roscones, arrucaques (torrijas), Pan con miel (rebanadas de parida) y pan con nata de leche.