



Identificate / Regístrate Martes 30 de octubre de 2012 Contacta con lne.es | RSS

iber cursos.es ibere empleos.es iberanuncio.es iberpisos.es iberochos.es



NOTICIAS
La Vida Buena

HEMEROTECA >>
EL TIEMPO >>

PORTADA

NOTICIAS

DEPORTES

ECONOMÍA

OPINIÓN/BLOGS

OCIO

VIDA Y ESTILO

SERVICIOS

PARTICIPACIÓN

lne.es » La Vida Buena

Antes que la patata fue la castaña

El otoño, con los amagüestos y la manzana recién mayada, se asocia a un fruto en otro tiempo clave en la alimentación

03:38 ☆☆☆☆☆



Tweet 9

Recomendar 35

SAN ROMÁN / ACES (CANDAMO), IGNACIO

PULIDO Hubo un tiempo en el que las castañas eran un pilar de la alimentación en Asturias. Una época en la que su recogida se tenía por un acto de gran importancia social dentro del núcleo rural. Sin embargo, este fruto fue desplazado por la patata en la dieta y acabó siendo relegado a un segundo plano. En estas fechas se celebran -a lo largo y ancho de la geografía regional- numerosos amagüestos regados con sidra del duerno. Asimismo, son varios los lugares donde aún se puede disfrutar de un pote o de un plato elaborado con este producto. Elvira Fernández, «Virí», guisandera de San Román de Candamo, reivindica la recuperación de la castaña como un ingrediente de marcado carácter tradicional.



A la izquierda, un paxo repleto de castañas tras la recogida del fruto, castañas desperdigadas por el camino de Aces y detalle de los erizos del fruto. | ignacio pulido ignacio pulido

MULTIMEDIA

Fotos de la noticia

Durante siglos, la castaña fue uno de los alimentos por antonomasia en la gastronomía asturiana. La llegada de la patata y de tiempos de bonanza hicieron que su papel pasase a ser, cuando menos, testimonial. No en vano, a día de hoy, la mayor parte de su producción se pierde en las «caleyas» y el lecho de los bosques. Virí señala que la recogida de este fruto adquiría tintes de marcada importancia para los pueblos. «Los castañales solían encontrarse en los montes comunales. Eran propiedad de todo el pueblo o cada árbol de un vecino», explica. La guisandera se remonta a los años de su infancia. «Los jóvenes iban a recoger castañas durante la tarde. Era como una fiesta», subraya.

Tras la recogida, el fruto se conservaba de dos modos. Por una parte, se secaba en paxos en los corredores de los hórreos. «La mujeres les daban vueltas todos los días. A la hora de cocinar, se hidrataban como se hace con las legumbres», describe. Otro método consistía en mantener el producto fresco. Para ello, las castañas se acumulaban en corros. «Se tendía una base de erizos de castañas, luego el fruto y finalmente otra capa de erizos. Finalmente, se cubría todo con un saco para evitar que perdiesen su humedad», explica.

Según datos del Servicio Regional de Investigación y Desarrollo Agroalimentario de Asturias (Serida), en la región hay unas 60.000 hectáreas de castañales, la cuarta parte de los de España. La recogida tiene lugar, en función de las condiciones meteorológicas, desde principios de octubre hasta diciembre, ya en las zonas más altas. En plena temporada, los bosques reciben a numerosos visitantes que peinan el suelo en busca de los mejores frutos.

Las castañas están compuestas en su mayoría por hidratos de carbono. Se trata de un fruto rico en potasio. Asimismo, también es generoso en vitamina B. De todos modos, cabe señalar que en función de su tipo de preparación pueden perder parte de sus propiedades, conservando mejor sus cualidades cuando son ingeridas crudas. Igualmente, se trata de uno de los frutos secos con menor índice de calorías.

Virí comenta que «la castaña asturiana es pequeña pero muy sabrosa». «Es importante tener en cuenta que la mayoría de los castaños no reciben cuidados desde hace décadas. Los matorrales crecen en su base y en algunos casos no reciben ni la luz ni el aire adecuados», afirma, y añade que «los comensales ven a las recetas elaboradas con este fruto como algo exótico». «Nada más lejos de la realidad. Son las raíces de nuestra cocina», enfatiza.

El método más común de preparación es «amagüestar» el fruto. No obstante, quizá la receta más tradicional sea el pote, elaborado con repollo, castañas cocidas y compango. «Es una receta de origen medieval y que goza de gran aceptación entre nuestros comensales. El repollo casa muy bien con las castañas», comenta Virí. Asimismo, las castañas son una guarnición ideal para la caza. Otras recetas pueden ser el flan, el dulce, el puré para acompañar carne, las tradicionales castañas cocidas con leche o el marrón glacé, un postre originario del sur de Francia y del norte de Italia, consistente en castañas caramelizadas tras un laborioso proceso.

Precisamente, en Italia, durante una feria alimenticia del movimiento Slow Food, Virí descubrió una nueva dimensión de la gastronomía basada en la castaña. «Me quedé impresionada. Incluso las emplean para hacer harina con la que luego elaboran bizcochos, empanadas o galletas. También las comercializan cocidas y se sirven con otras frutas, como las cerezas», comenta.

La guisandera no lo duda ni por un instante. «Un fruto tan nuestro como la castaña se merece un lugar más destacado en nuestra cocina», recalca. La castaña se puede consumir durante los meses otoñales y casi todo el invierno. «Ahora la tecnología está de nuestra mano. Se puede congelar sin problema», subraya.

El otoño asturiano se asocia al sabor y al olor de las castañas y de la manzana recién mayada. El amagüesto roza casi lo ritual. En Aces, un pequeño pueblo candamín sito en la margen izquierda del Nalón, se celebra desde hace tres décadas un festival que gira en torno al fruto del castaño. Los próximos días 3 y 4 de noviembre todos los vecinos del pueblo colaborarán en un amagüesto multitudinario. Marisa Pérez, una de las organizadoras, señala que «este año hay menos castañas que en otras ocasiones». «Aparte, no son muy grandes», añade. Parece ser que la sequía de los últimos meses ha repercutido muy negativamente.

Mano a mano, Virí y Marisa «pañan» castañas en una «caleya» de Aces. «Esto es un vicio. No sólo es un placer comerlas, sino que también recogerlas es todo un entretenimiento», manifiesta la cocinera. «Durante los tiempos difíciles aseguraron el alimento en muchos pueblos. Les debemos mucho», concluye.

Guías comerciales



Galería de fotos



Halloween toca tu puerta

Hace 25 y 50 años

La Nueva España

Portadas de La Nueva España

Las portadas de hoy de La Nueva España hace 25 y 50 años

Hace 25 años Hace 50 años

Publicidad

**Seguro de Moto en Oferta**

Con Nuez Seguros ahorras hasta un 35%. Paga un seguro y te regalamos dos más. ¡Infórmate!
www.SegurosNuez.es

**ADSL Super Oferta ONO**

30Mb por solo 19,90€/Mes 1 año!
 Ahora sin Compromiso de Permanencia.
www.ono.es/weboficial

**RACE Seguro de Coche -40%**

Consigue un 40% de descuento en el seguro del coche. Infórmate
www.race.es

Publicidad

**RACE Seguro de Coche -40%**

Consigue un 40% de descuento en el seguro del coche. Infórmate
www.race.es

**Curso Online Android**

Aprende a desarrollar y programar aplicaciones. Curso profesional. Infórmate aquí!
www.estudiosabiertos.es

**MBA Nebrija Business**

Un programa basado en el desarrollo de Competencias y Habilidades Directivas.
www.nebrija.com/mba

ENVIAR PÁGINA »

IMPRIMIR PÁGINA »

AUMENTAR TEXTO »

REDUCIR TEXTO »

Síguenos también en . . .

**Nota del editor**

Para comentar y/o votar esta noticia tienes que [identificarte](#) o estar [registrado](#).

Como usuario registrado te recordamos que sólo los lectores registrados pueden comentar noticias sin límite de caracteres, votarias y compartirlas en redes sociales, y además podrás crear tu propio blog y participar en los concursos que ponemos en marcha periódicamente.

Te ofrecemos un espacio de debate, información y entretenimiento basado en el respeto, la transparencia y la pluralidad donde no tienen cabida los insultos, las descalificaciones y el spam.

Nos preocupamos porque los comentarios cumplan con la legislación vigente, no sean contrarios al honor, respeten a las personas, la libertad, no sean contrarios a la defensa de los menores y la igualdad entre las personas con independencia de sexo, raza o religión.

Regístrate, opina, debate y ayúdanos a construir tu medio de comunicación preferido.

Enlaces recomendados: Hoteles Baratos | DEPOSITOS Open 4% | Oscars | Premios Goya

CONÓZCANOS: [CONTACTO](#) | [LA NUEVA ESPAÑA](#) | [CLUB PRENSA ASTURIANA](#) | [PUNTOS DE VENTA](#) | [PROMOCIONES](#)

PUBLICIDAD: [TARIFAS](#) | [AGENCIAS](#) | [CONTRATAR](#)

Queda terminantemente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos ofrecidos a través de este medio, salvo autorización expresa de La Nueva España. Así mismo, queda prohibida toda reproducción a los efectos del artículo 32.1, párrafo segundo, Ley 23/2006 de la Propiedad intelectual.

Difusión auditada por OJD

© Prensa Asturiana Media

Otros medios del grupo

Diari de Girona | Diario de Mallorca | El Diari | Emporda | Faro de Vigo | Informacion | La Opinión A Coruña | La Opinión de Granada | La Opinión de Málaga | La Opinión de Murcia | La Opinión de Tenerife | La Opinión de Zamora | La Provincia | La Nueva España | Levante-EMV | Mallorca Zeitung | Regio 7 | Superdeporte | The Adelaide Review | 97.7 La Radio | Blog Mis-Recetas | Euroresidentes | Lotería de Navidad | Oscars | Premios Goya

Aviso legal