

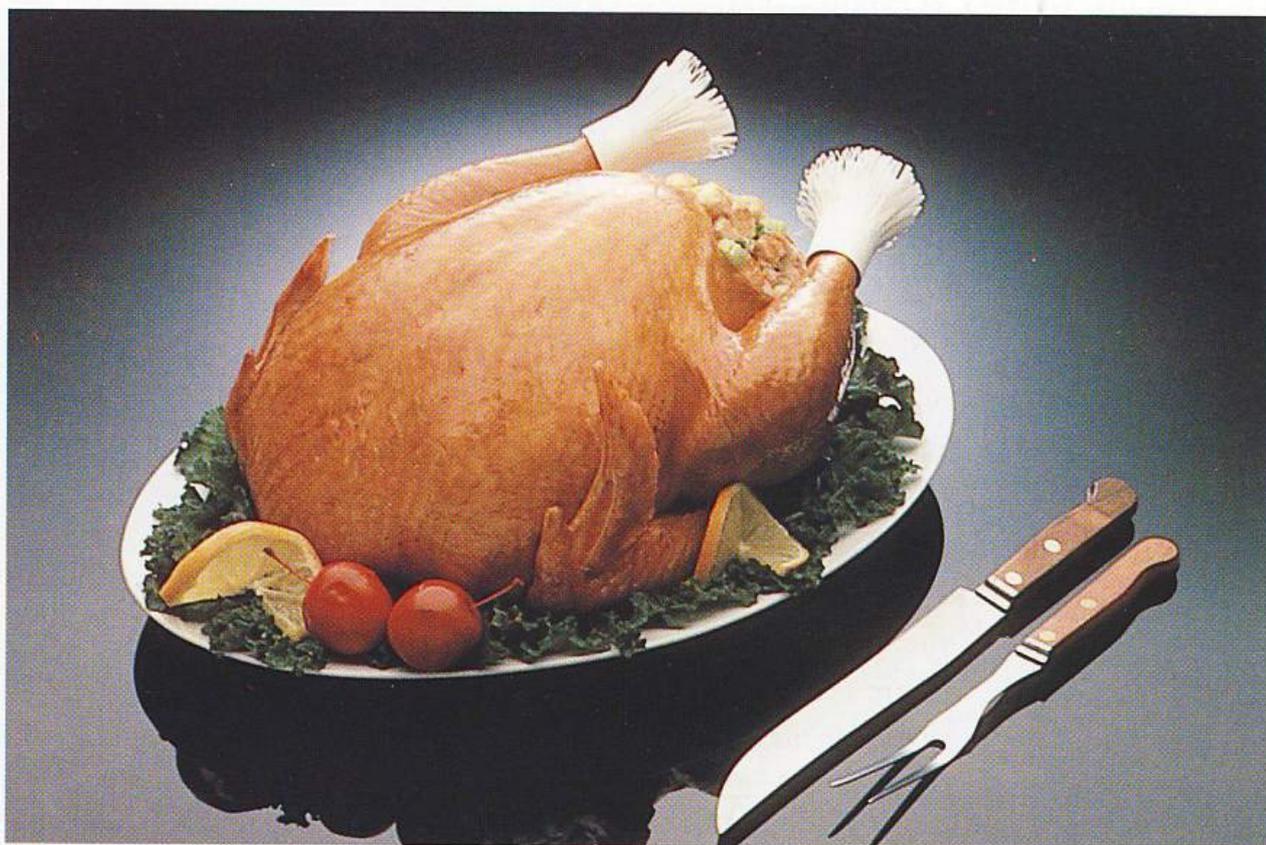
«¡Cuando pasen estas fiestas me pongo a régimen severo!», solemos decir casi todos, cada año. Pero parece que los *michelines*, como las ruinosas facturas de la Visa y los parientes pesados, resultan inevitables por Navidad.

El pavo, rey de las aves en la mesa navideña

Las aves siempre han sido un plato fundamental en las comidas celebradas durante el solsticio de invierno. La razón no sólo hay que buscarla en su abundancia (según las especies) sino, principalmente, en su simbolismo: en la Antigüedad, cuando las ocas y otras aves migradoras re-

gresaban desde el sur a las regiones más septentrionales, los pobladores de éstas creyeron que esas hermosas criaturas traían con ellas la primavera y la abundancia que brotaba con ésta, unos dones que, claro está, desaparecían cuando los primeros fríos las obligaban a emprender de nuevo la migración anual. Poner un ave en la mesa era un acto propiciatorio en demanda de la pronta llegada de sus *hermanas*, portadoras de la anhelada primavera.

Dentro del ámbito cristiano, las pintadas —o gallinas de Guinea— eran ya carne de banquete en la época bizantina y habían hecho las delicias de los paladares romanos más insignes desde muchos siglos antes. Los asados de ganso y de oca —hembra del ganso— fueron tan comu-



El pavo es uno de los platos navideños más típicos y universales.

nes —y tan exagerada la cantidad de aves sacrificadas en cada comilona caballeresca— que en el medievo poco faltó para acabar con esta especie migradora³; hoy todavía constituyen el plato tradicional de Navidad en Alemania, Francia, Holanda y Gran Bretaña. El capón —pollo castrado para cebar— satisfizo la sacramental gula de las comidas de Navidad desde mediados del primer milenio.

En fin, debe reconocerse que, desde tiempo inmemorial, el solsticio de invierno no fue jamás un tiempo de paz y felicidad para las aves (ni tampoco para los cerdos, que se sacrificaban un poco antes y, con sus embutidos y salazones, abastecían de sabroso colesterol la mesa navideña)⁴.

Hasta casi mediados de este siglo, el ave más común del almuerzo familiar de Navidad fue, todavía, el capón —con especial mención de los criados en Villalba, Lugo, Lérida y Andorra, que eran un verdadero lujo—, aunque en los hogares más humildes no se pasaba de una gallina o un pollo. La excepción, como siempre ocurre, estaba en las mesas nobles o ricas, que podían gozar aves más exóticas (aunque sería discutible si más sabrosas).

Así, por ejemplo, hacia el siglo XIII, los condes de Urgell importaron de las casas nobles provenzales la costumbre de comer gallo —símbolo de fertilidad y resurrección— por Navidad; un menú que, hasta el siglo XVIII, se convirtió en el plato adorado por los catalanes acaudalados y por cuantos podían hacer el esfuerzo económico de adquirir el famoso «gallo de Navidad» y prepararlo asado y relleno con to-

do tipo de delicias (carne, lomo, jamón, longaniza, huevos duros, piñones, ciruelas, castañas, pasas, canela, pimienta, etc.), según fuera la especialidad de cada zona geográfica.

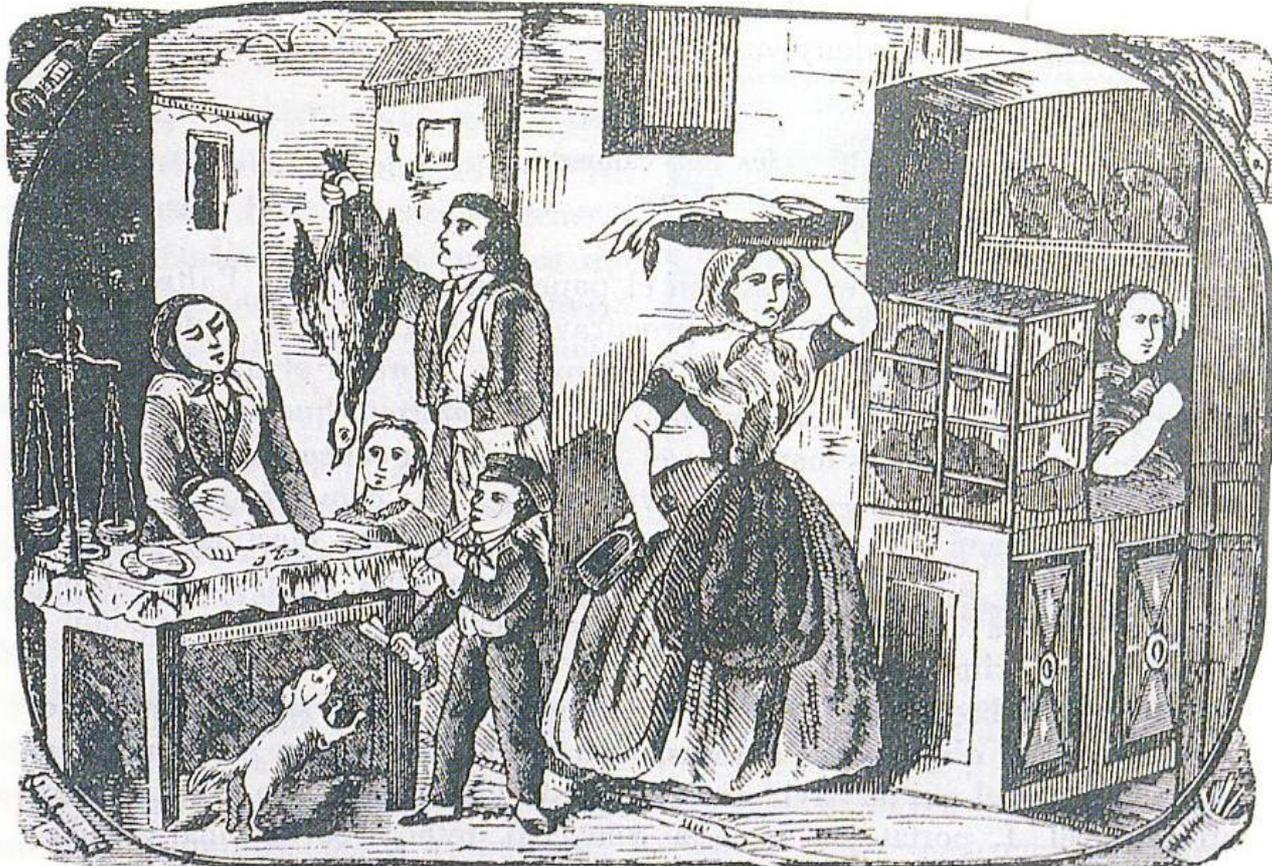
Pero, ya en el siglo XVIII, en España —gracias al *mecenazgo* culinario de la Casa de Austria y de la burguesía rica de Sevilla y Toledo—, en el resto de Europa y en buena parte del occidente cristiano, otra ave, el pavo, había logrado convertirse en el centro indiscutible de la mesa en el gran ágape de Navidad. Desde las cocinas de la nobleza, el pavo pasó a la de las clases más pudientes de las ciudades, que a principios del siglo XIX ya lo habían adoptado como la estrella del menú navideño; finalmente, bien entrado el siglo XX, acabó por imponerse también como el plato tradicional navideño de la mayoría de las familias.

A pesar de que los expertos todavía discuten acerca del origen del pavo —que la llamada «teoría europea» sitúa en Numidia o la India y la «teoría americana», con más fundamento, en el continente americano, más concretamente en la altiplanicie mexicana—, lo cierto es que este ave no apareció en las mesas europeas hasta el siglo XVI.

Según los documentos disponibles, el pavo hizo su debut culinario en una bandeja servida a Enrique VIII de Inglaterra, pero no fue aceptado como plato distinguido hasta que el rey francés Carlos IX, en 1567, lo incluyó en el menú de su banquete de esponsales, elevándolo así a la misma categoría que el *noble* faisán. Su aparición



Grabado ochocentista que reproduce un puesto callejero de venta de pavos durante la época navideña.



Grabado que documenta la costumbre ochocentista de llevar el pavo al horno de pan para que lo asaran.

fue celebrada con una rápida aprobación por parte de las mejores mesas y pasó a substituir a la carne coriácea del pavo real y a la algo amarga de cisnes, cigüeñas y garzas reales, que eran las aves habituales en los ágapes de la nobleza de esa época. En el refinado siglo XVIII, el pavo trufado alcanzó la gloria y pasó a presidir las mesas más ricas y sofisticadas.

El secreto para degustar un pavo exquisito lo expuso con sencillez el gastrónomo Manuel Martínez Llopis cuando escribió: «no debe olvidarse que para que el pavo resulte un manjar de primera calidad, ha de ser joven y estar bien cebado, pudiendo asegurarse que hasta que no haya cumplido los seis o siete meses tampoco estará en sazón. El animal joven se denomina *pavipollo*, y resulta exquisito cuando en el momento de guisarlo está a medio cebar; por el contrario, cuando el pavo es adulto, debe estar perfectamente cebado, pues si no lo estuviera, nunca reuniría las perfectas cualidades gastronómicas. Para hacerlo asado, trufado o en gelatina y, en general, cuando se desee obtener un plato delicado, la pava joven resulta preferible al macho por la mayor finura de su carne».

«Pan de Navidad», barquillos, mazapán, polvorones, «roscón de Reyes» y otros dulces navideños

Durante la Navidad, desde tiempo inmemorial, grandes y chicos se endulzan el paladar gracias a una variadísima gama de

golosinas típicamente estacionales. El origen de la mayoría de estos productos está íntimamente ligado al significado del trigo (u otros granos), un alimento de importancia capital para la supervivencia humana que siempre se tomó por el regalo más precioso de los dioses, simbolizando el don de vida y la inmortalidad, el ciclo eterno de la fertilidad representado por el ciclo biológico del trigo: grano, siembra, *vida*, cosecha, *muerte*, grano y vuelta a empezar.

En todas las culturas precristianas, desde la época neolítica, la espiga de trigo fue un atributo de los dioses, y las tortas hechas con harina del cereal tuvieron una importancia ritual equivalente a la de las hostias católicas en pueblos tan diferentes —en creencias y tradiciones— como, por ejemplo, el egipcio, el hebreo, el griego o el romano. Su simbolismo como imagen de la inmortalidad fecunda estuvo presente en todas las civilizaciones que lo cultivaron, siendo adoptado también como tal por el cristianismo, que lo elevó a la categoría de signo central: «Os lo digo muy de veras, si el grano de trigo que cae en la tierra no muere, queda allí solo, pero si muere dará mucho fruto», afirmó Jesús, según el *Evangelio* de Juan 12,24.

En una época fundamentalmente imploratoria y propiciatoria como es la que alberga el solsticio hiemal o ciclo navideño, los productos elaborados con harina de trigo (u otros cereales, según las regiones) siempre ocuparon un lugar destacado. Hasta hace apenas un siglo, en toda Europa se mantuvo aún vigente —con muchas variantes locales— una tradición