EL CORDERO Y EL AJO

UNA PAREJA DE HECHO EN CASTILLA-LA MANCHA

(LAS RECETAS MÁS SABROSAS)

EMILIO CUENCA RUIZ
MARGARITA DEL OLMO RUIZ

INTRODUCCIÓN

Ambos, cordero y ajo, forman una inseparable y feliz pareja de hecho con *Indicación Geográfica Protegida* en la Comunidad Autonómica de Castilla-La Mancha (España); que juntos, y a veces con tan solo una discreta compañía, triunfan en cualquier mesa y ante los paladares más exquisitos y exigentes.

Tanto el ***Cordero Manchego*** como el ***Cordero de la Alcarria*** (especies autóctonas que se explotan en la región natural) ofrecen una carne jugosa, de color rosa pálido, con poca grasa, es decir, con la grasa justa y necesaria para conseguir, una vez cocinado, una textura agradable y un suculento sabor.

La raza del cordero manchego habita en cuatro provincias de esta comunidad: Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo, con una cabaña de 350.000 ovejas, y se alimenta solamente con productos naturales, estando prohibido congelar su carne.

Su carne (seiscientas toneladas, correspondientes a las más de cien mil canales comercializadas en un año por 450 ganaderos) se encuentra amparada desde 1998 por la *Fundación "Consejo Regulador de la Indicación Geográfica Protegida Cordero Manchego*".

El cordero de la Alcarria habita en las provincias de Guadalajara y Cuenca, y fue en el año 2013 cuando consiguió su más alta distinción.

El cordero de Castilla-La Mancha es susceptible de ser preparado de mil maneras para conseguir un resultado óptimo sobre la receta elegida. Sin duda, el cordero más demandado es el lechal por su carne tierna y jugosa, siendo su consumo eminentemente festivo. Es un producto puro y natural ligado a nuestra tradición y a nuestra cultura.

Ovejas y corderos acompañan a Don Quijote y a su escudero Sancho en las *Bodas de Camacho* y en sus correrías por toda Castilla-La Mancha.

Cordero manchego recién nacido

El ajo es otro producto de Castilla-La Mancha. Bajo la *Indicación Geográfica Protegida* de *Ajo Morado de Las Pedroñeras* desde el año 2001, con una producción en el año 2013 de 170.000 toneladas, se exporta a numerosos países europeos, africanos y americanos. Sus características principales son: cabeza de tamaño medio con forma redonda y uniforme, compuesta por entre ocho y diez dientes ligeramente curvados; cubierto con pieles brillantes de intenso color violeta o morado; alto rendimiento; un exquisito e intenso aroma y sabor; y con alto contenido en *Alicina*, producto que posee diversas propiedades farmacológicas. El ajo morado de las Pedroñeras es objeto de una importante investigación por el Servicio de Gastroenterología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid y la Universidad de Castilla-la Mancha. Posee propiedades curativas para el aparato digestivo; es anticoagulante, antibiótico y vasodilatador. Combate el cáncer de próstata y produce disminuciones de otras células cancerosas.

Ajos morados de Las Pedroñeras (Cuenca)

El saber antiguo no estuvo muy fino cuando se determinó que los elementos esenciales de la naturaleza eran: tierra, agua, aire y fuego; se olvidaron del ajo, error que no habrían cometido en su teoría filosófica si en vez de andar por tierras helénicas hubiesen habitado la tierra de Don Quijote y su escudero Sancho.

Este comentario surge al comprobar la antigüedad universal del ajo, cuyos valores energéticos, gastronómicos, nutricionales, asépticos, terapéuticos, farmacológicos y sobrenaturales, entre otros, son reconocidos por los científicos más escrupulosos, por los curanderos más cutres y por los hechiceros más locos.

El ajo (procedente de Asia) fue introducido por los romanos en España en el siglo primero antes de Cristo. Era conocido desde la más remota antigüedad por los hindúes, los babilonios y todos los pueblos mediterráneos. Los alimentos básicos hallados en la tumba de Tuntakamón (1327 a.C.) en el Valle de los Reyes (Egipto) fueron: pan, ajos, cebollas y legumbres.

El ajo ha sido la calefacción del pobre, imprescindible condimento y eficaz repelente para vampiros. El ajo parece, además, ser sensible e inteligente y se deja avasallar y se esfuerza por superarse cuando es coaccionado y amenazado; esto es un hecho comprobado y de este comportamiento del ajo han surgido refranes antiguos que así lo atestiguan: "*para que salgan buenos tus ajos, con maldiciones has de sembrarlos*"; o aquel otro, "*¿Quieres sembrar buenos ajos? Siémbralos renegando*".

Sobre el ajo se han escrito ríos de tinta. Yo heredé de mi padre un librito titulado "*A la salud por el ajo y el limón*", pero en esta ocasión deseamos comentar experiencias personales que han puesto los puntos sobre las íes en nuestra valoración personal sobre todo este mundo del ajo.

La esposa de un amigo de Toledo padecía fuertes migrañas y no sabían a quien acudir. Su esposo, mi amigo, había estudiado cuatro años de medicina y no encontrando remedio para calmar las migrañas de su esposa, sucumbió a la presión de su entorno familiar para visitar una curandera que aseguraban era "mano de Santo" para este tipo de dolencias.

La curandera, muy seria, pero imaginamos que con un gran cachondeo por dentro, le mandó meter, en una bolsita de tela, dos cabezas de ajo y tres patas de gallina; bolsa que debería colgar durante treinta días debajo de la cama y enganchada en el somier. Cuando mi amigo me expuso el asunto yo le apunté que la fórmula no era correcta pues las patas de gallina hacían interferencias en las sinergias del ajo y debía sustituirlas por patas de perdiz para ajustar mejor los efectos terapéuticos. ¡Sin comentarios!

Algo que no he comprobado, a pesar de creerme cualquier cosa, es el remedio adelgazante que me facilitó una gran cocinera, nacida en Negredo, provincia de Guadalajara, que llevó durante años la cocina de José Ortega y Gasset.

Consistía en poner un ajo pelado y entero dentro del ombligo tapándolo con una tirita. El ajo debía permanecer dos o tres meses, hasta quedar completamente negro.

Yo interpreté que el adelgazamiento debía producirse al perder el apetito, acosado por los efluvios nauseabundos que desprendería aquel ajo putrefacto; sufrimiento que invadiría las 24 horas diarias de mi existencia con unas consecuencias impredecibles para mi estado mental.

Ajos de Castilla-La Mancha

Sin embargo, el remedio de un médico homeópata me ha convencido, al haberme informado sobre los resultados que durante cincuenta años se han ido produciendo en el estado de salud de un antiguo vecino y amigo de mi más tierna infancia.

Este amigo padecía incontinencia, es decir, que se meaba sin darse cuenta; además tenía una dolencia cardiaca cuyo origen situaban en un proceso reumático. Debía padecer otras cosas, porque no viendo conveniente suministrarle una medicación convencional, le aconsejaron a sus padres visitar a un galeno homeópata.

Este chico, hoy hombre de setenta años y con una salud de hierro, se liberó de todas sus dolencias siguiendo escrupulosamente las sugerencias del doctor.

Todas las tardes, jugando en el jardín de su casa, aparecía su madre con la medicina: una cazuela de barro de a palmo de leñador, con tres cabezas de ajos, enteras y sin pelar, asadas al horno, con una cebollica,

un tomatico y algunas pataticas; todo esto para hacer más llevadera la deglución de los ajos, y que la mamá iba escanciando con largos chorretones de aceite de oliva mientras caminaba hacia la mesa del jardín.

La criatura, ayudándose con media barra de pan, se metía entre pecho y espalda aquella especie de escalibada, que no me permitía probar porque era su medicina.

Yo me sentía tercermundista viendo mi pan y chocolate y con cierta expectación contemplaba aquella orgía gastronómica que el bribón de mi amigo ejecutaba con deleite, lanzándome miradas de superioridad y sin ablandársele su corazoncito reumático al verme pasar tanta envidia.

El valor gastronómico del ajo es sorprendente y de una gran variedad de sabores y matices según sean porrines, ajos tiernos o plenamente desarrollados; que estén con piel o pelados; cocidos, fritos, crudos, asados al horno, a la brasa o a la plancha; enteros, fileteados, astillados, picados o majados.

SENCILLAS Y DELICIOSAS RECETAS

Existen infinidad de recetas a base de cordero y ajo; vamos a presentar algunas y mencionar otras, atendiendo a los diferentes procesos de cocinado: fritos, asados en horno, asados con brasa, guisados, plancha, etc.

Carne de cordero frita con ajos tiernos

Chuletas de cordero con porrines en papillote

Se toman las chuletas, se sazonan, se rehogan con aceite de oliva y se apartan, en el mismo aceite se sofríe un majado de ajo y perejil.

Sobre una hoja de papel de estraza, untado con aceite, se ponen sucesivas capas de porrines, el majado, chuleta, el majado y porrines. Se envuelve en el papel y se pliega de manera que envuelva completamente las chuletas. Se colocan sobre las parrillas con una brasa suave y se van volteando con frecuencia para que el papel no se queme ni se ponga negro. Se sirven sin quitar el envoltorio.

Los porrines, son las hojas verdes y largas de los ajos que se les quita al caparlos para que les engorde la cabeza.

Pierna de cordero gratinada

Los filetes de pierna sazonados se hacen a la brasa y se depositan en una fuente o bandeja de horno; se cubren con ajetes tiernos rehogados ligeramente y su aceite. Todo esto se cubre con finas lonchas de queso manchego semicurado y se gratina suavemente en el horno hasta quedar el queso fundido y dorado.

Chuletas parrilla empanadas

Las chuletas se frotan bien con ajo, se sazonan y se pasan por aceite y por una mezcla de pan rallado con perejil picado. Se asan en las parrillas y se apartan cuando el pan está muy dorado.

Cordero asado con ajo borracho

Se pone el cordero en el horno y mientras se va asando, según tengas por costumbre, fríes unos dientes de ajo con su piel a fuego medio. Cuando estén tiernos los apartas, los pelas y con la carne de los ajos y vino rosado o blanco preparas una pasta en el mortero; con ello untarás el cordero diez minutos antes de alcanzar el punto y de esta manera se rematará el asado.

Cordero al ajo arriero

Sazonar la carne partida en trozos y dorarla en una cazuela. Machacar una cabeza de ajos y rehogar en aceite de freír la carne añadiendo pimentón y dos cucharadas de vinagre; echarlo sobre la carne, darle unas vueltas y servir.

Tripas de cordero al ajillo

Se limpian las tripas y se cuecen en una cazuela con agua, laurel y una copa de brandy. Cuando estén en su punto se escurren, se dejan enfriar, se trocean y se saltean con aceite abundante y ajos fileteados.

Caldereta de cordero

Caldereta de cordero

Se trocea el cordero con su hígado; se sazona y se rehoga en una sartén con ajos y laurel. Cuando la carne está tierna se le añade una cucharadita de pimentón dulce y se remueve poniéndolo a recocer con vino blanco y el hígado machacado que previamente hemos sacado de la sartén.

Cabezas de cordero asadas

Pon sobre media cabeza una capa de majado de ajos, perejil y aceite; pones encima la otra media cabeza, las atas con hilo, las sazonas, las envuelves en papel de estraza untado en aceite y las asas en el horno.

Cabezas de cordero asadas con su piel

Como ahora no sabemos ni tenemos tiempo para ello, pediremos en la casquería que nos preparen unas cabezas con su piel, pero sin su lana o su pelo, es decir, limpias al igual que se venden las manitas.

Hacer una pasta con ajos pelados y machacados, aceite y perejil: embadurnar bien las cabezas y dejarlas macerar durante doce horas. Asar hasta dejar la piel de la cabeza tostada y crujiente.

Manitas de cordero con hierbabuena

Cocer las manitas de cordero, escurrirlas y deshuesarlas. Rehogar en una cazuela unos ajos astillados y una cucharadita de harina; añadir hojas picadas de hierbabuena y un vaso de vino blanco. Añadir las manitas y cocer suavemente.

Cordero asado a la barreña con ajos y breve

Hacer una salsa cociendo ajos, laurel, tomillo, ajedrea, romero, vinagre y azafrán, a fuego fuerte durante una hora, para extraer bien las sustancias aromáticas. Dejarla macerar durante quince días.

Asar el cordero con unos ajos con piel ligeramente cortados por su parte convexa y rociar con el breve a media cocción y más generosamente al final de la misma.

Mollejas de cordero

Lavar las mollejas con varias aguas, cocerlas con agua, sal, zumo de limón y laurel durante quince minutos. Sacarlas, escurrirlas, quitarles las pieles o grasas que puedan tener y dejarlas enfriar.

Cuando estén nuevamente duras, cortarlas en trozos y rehogarlas en una sartén con ajos, perejil y pan rallado.

Cordero asado a la barreña con salsa de aromáticas

Además de estas recetas que hemos presentado como ejemplo, existen muchas más y variados procedimientos de combinar el cordero con el ajo:

Chuletas o pierna troceada frita con ajos cortados y sin pelar.

Cordero al ajillo, frito con ajos pelados y picados.

Cochifrito

Cordero al ajo moro

Chuletas al ajo cabañil

Asadurilla frita con ajetes tiernos

Sesos de cordero revueltos con huevo y porrines

Chuletas fritas empanadas con ajo y perejil

Hígado frito con ajos o con ajetes

Criadillas al ajillo

Cordero asado macerado en ajo y perejil

Pierna de cordero asada y servida con puré de ajos

Cordero asado con ajos y cebollas

Cuello de cordero guisado con ajos y patatas

Riñones a la brasa con ajos confitados

Cordero asado con ajos y tomates

Hígado de cordero cocido con ajos y laurel

Madejas (tripas de cordero) a la brasa con salsa de ajo y aceite

Codillos de cordero con ajos, almendras y azafrán

Estofado de cordero con ajos, cebollas, pimentón y laurel

Cordero con caracoles, ajo y vino blanco

Falda de cordero en salsa de ajos y espárragos

Riñones de cordero con ajo y vino añejo de Valdepeñas

Cordero asado con ajos y castañas

Albóndigas de cordero con ajo, pan rallado y huevo

Cordero asado con ajos y patatas panadera

Cordero guisado con patatas y alcachofas

Cordero untado con ajo a la teja

Cordero untado con ajo a la hojalata

Cordero untado con ajo a la piedra

Cordero untado con ajo a la ceniza y así hasta mil.

Corderos de Castilla-La Mancha

MENÚ PARA EFEMÉRIDES

El día de Castilla-La Mancha, en la ciudad o pueblo que se celebre cada año, promocionando la gastronomía de la Comunidad, se podría institucionalizar (representado en escena) la boda del caballero Don Cordero (de La Mancha o de La Alcarria) con la señorita Doña Cabecica de Ajos Morados de Las Pedroñeras, oficiado por Don Aceite (Montes de Toledo, Campo de Montiel, Campo de Calatrava o de la Alcarria; cualquiera de sus cuatro D.O.); actuando como padrinos Don Queso Manchego y Doña Berenjena de Almagro. Acompañando, como testigos, los vinos Don Almansa, Don Jumilla, Don Manchuela, Don Méntrida, Don Mondéjar, Don Ribera del Júcar, Don Valdepeñas, Don Uclés y Don Mancha; finalizando con la actuación de Don Mazapán de Toledo, Doña Miel de La Alcarria y el sorbete de Don Azafrán de La Mancha.

PROPUESTA DE UN MENÚ DEGUSTACIÓN CONMEMORATIVO

Riñones Pedroñeras

Tomar unos riñones de Cordero Manchego o de La Alcarria lechal con su sebo. Recortar las puntas del sebo para que queden redondeados; hacer una pequeña incisión en el sebo hacia el centro de la parte cóncava del riñón e introducir las dos mitades de un ajo morado de las Pedroñeras pelado, cortado previamente en sentido longitudinal, macerado en vino añejo y presionando cada mitad del ajo entre el sebo y el propio riñón, situando cada mitad embutida en cada una de las superficies del riñón.

Poner los riñones en una parrilla, distantes de la brasa para conseguir un asado muy lento que puede durar unos cuarenta y cinco minutos.

Los riñones se vigilarán y voltearán con frecuencia. El sebo, lentamente irá destilando, liberando la grasa y cociendo el riñón y el ajo en ese recipiente cerrado que forma su estructura. Se apartarán cuando se hayan transformado en pequeñas bolas redondeadas, muy doradas y crujientes; reducidos a un tercio de su tamaño original. Se sazonan y se dejan enfriar.

Introduce en tu boca uno de estos riñones; saboréalo y aullarás.

Cordero mechado con salsa de mazapán y miel

Tomad una pierna de Cordero Manchego o de La Alcarria recental deshuesada; mecharla con una pasta hecha a base de Ajos Morados de Las Pedroñeras confitados y Queso Manchego semicurado. Atarla, dorarla con aceite (de cualquier denominación de origen de Castilla- La Mancha) y cocerla con un vaso de vino blanco de Valdepeñas, junto a una cebolla, una zanahoria y unas hebras de Azafrán de la Mancha.

Cuando la carne esté cocida, apartarla y dejarla enfriar.

Una vez fría y reposada, cortarla en rodajas y servirla con la salsa caliente que hemos preparado pasando por la batidora el caldo de la cocción, la zanahoria y la cebolla, añadiendo dos figuritas de Mazapán de Toledo y una cucharada pequeña de Miel de La Alcarria. ¡Qué aproveche!

BIBLIOGRAFÍA

- CUENCA RUIZ, Emilio y OLMO RUIZ, Margarita del: *Nuestra Cocina.* Nueva Alcarria. Guadalajara, 2006.

  Recetas y un compendio de 35 capítulos sobre enología, ciencia, historia, arte, etnografía, mil refranes y anecdotario de nuestra cocina. Recetas del Chef alcarreño. David Guerrero**.** Con 443 fotografías en color.