

Las Abuelas del Pescao

CON LAS VIVENCIAS Y REJETAS TRADICIONALES DE LOS BARRIOS MARINEROS DE MOTRIL
VARADERO, SANTA ADELA Y NÚCLEOS DE PESCADORES DE LOS PUEBLOS MARINEROS
DE LA COSTA TROPICAL GRANADINA



Idea original

SECTOR PESQUERO GRANADINO 4.0

EDICIÓN 1

Las Abuelas del Pescao

Recetario y Memorias
de las mujeres del Varadero y Sta. Adela – Motril

~5~

ASOCIACIÓN
SECTOR PESQUERO
GRANADINO 4.0



ASOCIACIÓN *S*ECTOR *P*ESQUERO *G*RANADINO 4.0

LAS ABUELAS DEL PESCAO

Recetario y Memorias de las mujeres del los barrios marineros Varadero y Sta. Adela - Motril.

Contenido/temática:
RECETAS Y VIVENCIAS

DIRECCION DEL PROYECTO:
ASOCIACION SECTOR PESQUERO GRANADINO 4.0
G1906R403
WWW.LASABUELASDELPESCAO.ES
JAVIER DOMINGUEZ RUBIÑO

COORDINACION DEL PROYECTO
ANGELICA JODAR CORREA

DIRECCION EDITORIAL
ALBA FEIXAS GARCIA

AJUNTO A DIRECCION
JUAN DOMINGUEZ LORENZO

FOTOGRAFIAS
MANOLO BARRERAS

DISEÑO Y MAQUETACION
EQUIPO 2.1ZA para EDICIONES ICEBERG

EDITORIAL
EDICIONES ICEBERG, S.L.

IMPRESA
GRAFIMAR MCTRIL

DEPOSITO LEGAL:



Copyright © Todos los derechos reservados.

Prohibida toda la reproducción del contenido y fotografías en su totalidad o en cualquiera de sus partes sin autorización del propietario de la obra.

Las Abuelas del Pescao

Las Abuelas del Pescao

Recetario y Memorias
de las mujeres del Varadero y Sta. Adela - Motril

CON LAS VIVENCIAS Y RECETAS TRADICIONALES DE LOS BARRIOS MARINEROS VARADERO, SANTA ADELA Y NÚCLEOS DE PESCADORES DE LOS PUEBLOS MARINEROS DE LA COSTA TROPICAL GRANADINA

El proyecto es promovido por la LA ASOCIACION SECTOR PESQUERO GRANADINO 4.0, siendo cofinanciado por el Fondo Europeo Marítimo y de la Pesca (85 %) y por la Junta de Andalucía (15 %). Subvencionado al 100% EJEMPLAR GRATUITO



UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Marítimo y de Pesca



Junta de Andalucía
Consejería de Agricultura, Ganadería, Pesca y Desarrollo Sostenible

En base a la: RESOLUCIÓN DE LA DELEGACIÓN TERRITORIAL DE AGRICULTURA, GANADERÍA Y PESCA DE GRANADA, POR LA QUE SE CONCEDEN AYUDAS DESTINADAS A LOS PROYECTOS ACOGIDOS A LAS ESTRATEGIAS DE DESARROLLO LOCAL PARTICIPATIVO DEL GALP COSTA GRANADA, ENCONVOCATORIA DE 2019 BASES REGULADCRAS: Orden de 19 de junio de 2017 (BOJA n.º 119, de fecha 23/06/2017) Orden de 22 de mayo de 2020(BOJA núm. 101 de 28/05/2020) CONVOCATORIA: Orden de 5 de junio de 2019 y Extracto de la referida Orden (BOJA n.º 117, de fecha 20/06/2019), Orden de 15 de agosto de 2019 (BOJA núm. 159 de 20/08/2019). Expedientes relativos a las solicitudes de ayudas a la "Proyectos acogidos en el marco de las Estrategias de Desarrollo Local Participativo en las Zonas Pesqueras de Andalucía "del GALP COSTA GRANADA" de la convocatoria 2019,

Las Abuelas del Pescao

SUMARIO

Presentación "Las Abuelas del Pescao"	pg 13
Motril Azúcar Pesca y Agricultura	pg 15
Núcleos de Pescadores	pg 17
Zonas de Pesca Caladeros	pg 19
Las Recetas	pg 27
Arroz Caldoso N°1	pg 29
Quisquilla de Motril N°2	pg 35
Pescado a la Sal N°3	pg 37
Parrillada N°4	pg 39
Boquerón en Vinagre N°5	pg 41
Jibia en salsa de Almendras N°6	pg 43
La Zarzuela N°7	pg 49
Garbanzos con Jibia N°8	pg 53
Ensaladilla N°9	pg 57
Espichá N°10	pg 65
Pulpo Seco N°11	pg 67
Migas. Está lloviendo N°12	pg 71
Zoquillo N°13	pg 73
Caldero N°14	pg 79
Fideos a Parte N°15	pg 81
Pii Pii N°16	pg 83
Fritura de Mis Amores N°17	pg 89
Adobo N°18	pg 93
Puntillitas de Calamar N°19	pg 95
Memorias de las Abuelas - Vivencias	pg 99
Glosario	pg 113
Agradecimientos	pg 119

~11~

~12~



Las Abuelas del Pescao

PRESENTACIÓN LAS ABUELAS DEL PESCAO

Conocer nuestra historia es esencial para forjar la propia identidad y en 'Las abuelas del pescao' se nos muestra un pedacito de ese pasado. Emociones y experiencias que recogidas en este libro se harán infinitas.

La cultura del mar nos otorga la suerte de poder contar gran parte de nuestra forma de vida. Los relatos de quienes viven y han vivido a los pies del mediterráneo, son una pieza fundamental para entender nuestras costumbres gastronómicas, culturales y sociales que mantenemos.

Las mujeres de Varadero y Santa Adela, barrios tradicionalmente marineros en la costa de Granada, han sido las protagonistas de la parte más auténtica de este libro. Han derrochado generosidad haciéndonos partícipes de sus momentos más íntimos y personales. Han narrado situaciones duras hasta la crueldad y otras también de felicidad absoluta, nos han abierto las puertas de sus vidas para que podamos conocer, el significado de 'vivir junto al mar'.

~13~

'Las abuelas del pescao' supone una resignificación de la historia, una consideración del pasado a través de los relatos de las mujeres y desde su perspectiva. Encontrarán vivencias que permiten interpretar la dureza del trabajo en el mar, el anhelo de algunas formas de vida, la precariedad social, la solidaridad entre familias y la crianza en comunidad. Sus experiencias crean conciencia colectiva del papel de 'las mujeres del mar'. Responsables de la educación y el sustento de las familias, pescaderas, costureras, cuidadoras y cocineras, demasiadas veces castigadas por largas esperas y por el mal tiempo. Y no olvidamos a las grandes profesionales, con más de treinta años de experiencia tratando los frutos del mar, que hoy son nuestra seña de identidad gastronómica. Todas ellas ausentes en nuestra historia y, sin embargo, piezas fundamentales en este escenario que se dibuja en torno al mar.

Angélica Jódar Correa

~14~



Las Abuelas del Pescao

AZÚCAR, PESCA Y AGRICULTURA

Motril, con una población cercana a los 60.000 habitantes, es el centro comercial de la Costa Tropical granadina y uno de los municipios más pujantes de Andalucía, gracias a una economía basada principalmente en la industria agroalimentaria, el turismo y la pesca. El mar de Alborán, el azúcar de las cañas y la sal se entremezclan en la historia de una comarca orgullosa de sus productos autóctonos y que lleva por bandera la calidad y frescura de los frutos del mar.

En los últimos años ha experimentado una importante transformación con unos núcleos de población que miran al futuro con mucha ilusión, pero manteniendo en distintos puntos las formas de vivir de antaño de los barrios marineros, y que no hace mucho tiempo eran el centro neurálgico de la ciudad al contar con un puerto abierto al mundo desde principio del siglo XX.

~15~

Barrios marengos, Santa Adela – al oeste- y Varadero – al este-, repletos de vecinos hospitalarios, que con trabajo y apego miran al futuro con esperanza y mantienen el talento y el esfuerzo del sector. Con añoranza del pasado, mimen con trabajo, sacrificio y tesón a la cuna del producto del mar: la Lonja de Motril.

Sin olvidar a los encargados de ofrecer la mejor gastronomía del lugar. Bares y restaurantes de ayer y hoy que con el paso del tiempo han sabido mantener su esencia más castiza para enamorar a vecinos y visitantes con sus platos más exquisitos.

Las Abuelas del Pescao



NÚCLEOS DE PESCADORES

La pesca en la Costa de Granada ha sido el sustento de muchas familias gracias a la riqueza y variedad de pescados y mariscos. Las características, prácticamente únicas, del mar de Alborán, unidas a las distintas corrientes marinas y los ecosistemas presentes en la zona, han hecho que la zona sea un gran vergel de abundancia.

Algo que con el paso del tiempo ha favorecido a los distintos pueblos costeros, que han jugado un papel importante dentro del sector pesquero. No se puede dejar pasar por alto que la vida de la lonja de Motril pertenece a la historia reciente. Antes de eso, eran los propios pescadores los que, de forma improvisada, ofrecían su producto a la población, incluso a pie de playa.

~17~

Tiempos que han ido evolucionando para mejorar la comercialización y que se han centralizado en la lonja de Motril, aunque aún quedan algunos pescadores de artes menores que faenan en otros enclaves y trasladan la mercancía por carretera. Esto es lo que se conoce como núcleo de pescadores, actualmente centrados en Almuñécar, Salobreña, Motril, Castell de Ferro y Albuñol.

Este libro recoge algunas anécdotas y vivencias de los que han vivido en primera persona la tradición pesquera y como esta formaba una parte muy importante de las familias asentadas en el lugar. Aunque los tiempos van cambiando, la abundancia de pescado era significativa. "Cuando traíamos la tralla a la orilla, eran miles los pescados que saltaban de las redes. Incluso los vecinos de la zona que no se dedicaban a la pesca, se acercaban en multitud de ocasiones para ayudar a los pescadores a sacar las redes cargadas de pescado. No teníamos canastos suficientes y hacíamos hoyos en la arena para que el pescado no se fuera al mar".



ZONAS DE PESCA - CALADEROS

Los caladeros o zonas de pesca donde faena la flota granadina varían en función del arte de pesca que se desempeñe. Los hombres y mujeres del mar varían sus rutas en función del estado de los caladeros y de las condiciones específicas necesarias. El arrastre, cerco, trasmallo o palangre se desempeñan a diferentes longitudes.

Los arrastreros recorren toda la franja litoral de Granada a partir de 50 metros de profundidad, faenando también en zonas del litoral malagueño y almeriense. ~19~

La flota de cerco recorre parte del litoral granadino y no suele alejarse del Puerto de Motril, pescando a partir de los 35 metros de profundidad, y desplazándose normalmente hasta las proximidades de Almuñécar o Castell de Ferro.

Las embarcaciones artesanales -palangre de fondo, trasmallo y nasa- no suelen alejarse de la dársena portuaria, aunque algunos naseros de quisquilla faenan en el 'Seco de Motril' - una elevación submarina a unas 30 millas de la costa -, y algunos palangreros de fondo se desplazan hasta las cercanías de la Isla de Alborán.



ZONAS DE PESCA – CALADEROS

LA MEDIA MAR

GAMBA BLANCA, BACALADILLA, MERLUZA, CAMARÓN, RAPE, CIGALA Y QUISQUILLA DE MOTRIL O CARABINERO.

Zona de pesca comprendida entre los 260 y los 350 metros de profundidad. Se dice que un barco que está faenando en esta posición, está en la Media Mar de levante cuando está situado en la zona comprendida desde el Cabo Sacratif hacia el este (Almería).

Media Mar de Poniente si está pescando desde el Cabo Sacratif hacia el oeste (Málaga).

EL CANTO

CAMARÓN COLORAO O MARCIAL, CIGALA, BACALADILLA, MERLUZA, RAPE.

Caladero comprendido entre los 350 y los 450 metros de profundidad, se distingue por ser en él donde habitan las apreciadas cigalas, que viven en galerías que practican en fondos blandos fangosos.

Se diferencian dos zonas:

Canto de Levante, desde el Cabo Sacratif, dirección este, adentrándose en aguas de Almería, donde existe otro caladero conocido como el "Coillo".

~21~

Canto de Poniente, desde el Cabo de Sacratif, dirección oeste, adentrándose en la provincia de Málaga, donde la abundancia de cigala es superior.





ZONAS DE PESCA – CALADEROS

LA FONELA

**BRÓTOLA, BACALADILLA, MERLUZA, CAMARÓN
COLORAO O MARCIAL, RAPE, MOCINA, LOBO, RATA
Y QUIMERA.**

Zona comprendida entre los 450 y 550 metros de profundidad. Esta franja es la más desconocida, tratándose de una de las zonas más profundas de la plataforma continental donde faenan nuestras embarcaciones.

Al igual que ocurre en otras zonas de pesca de arrastre, hablaremos:

- Fonela de Levante si la embarcación se encuentra pescando a estas profundidades, desde el Cabo Sacratif dirección este Fonela de poniente si su situación va desde el cabo hacia el oeste.

LOS SECOS

Son montes submarinos que se agrupan en una extensa y suave meseta, usados por muchas especies sedentarias como hábitats, en los que proliferan ecosistemas de alto valor ecológico. Caladeros donde parte de la flota pesquera granadina encuentra buena pesca.

Existen tres Secos, con nombres determinados por la perpendicular de referencia geográfica:

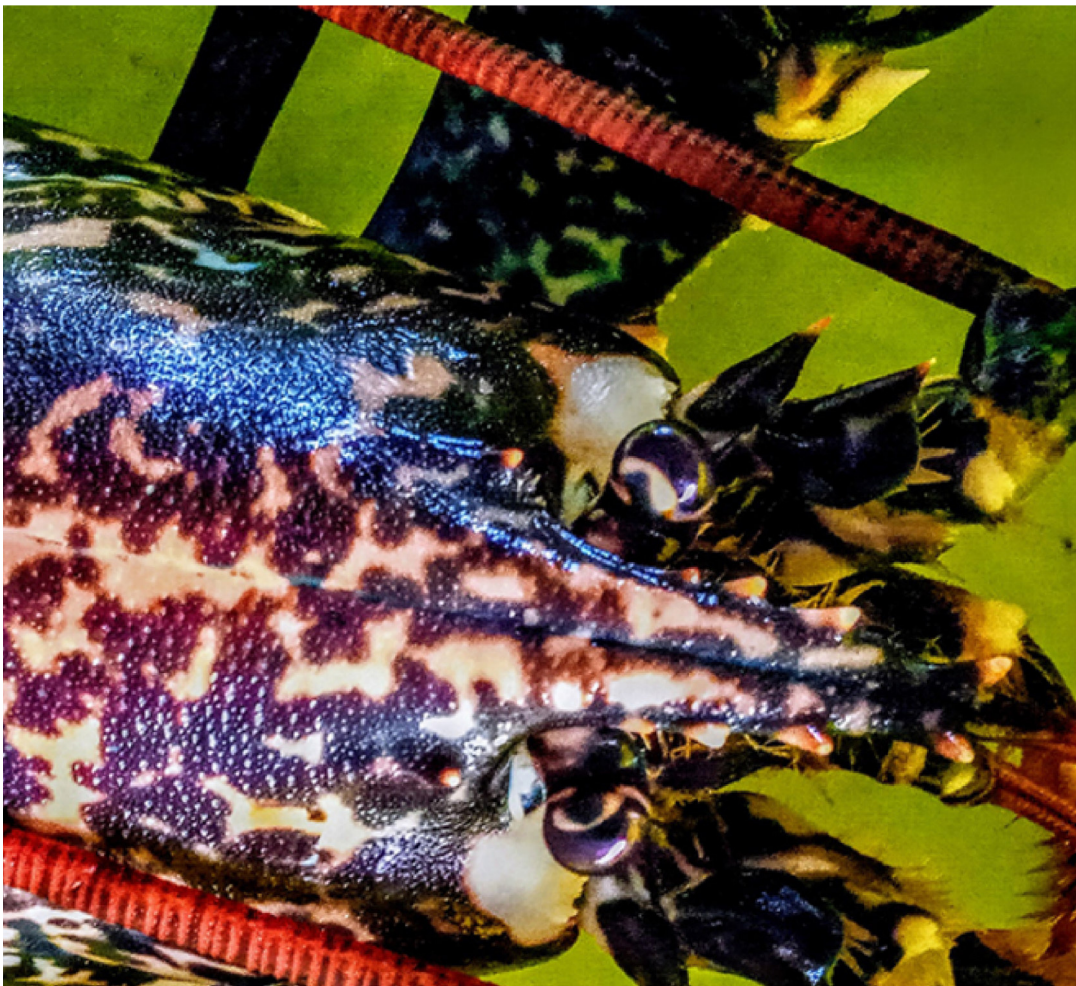
- Seco de Torrox: a 20 millas de distancia de la costa.
- Secos de Motril y Sequillo: a 32 y 38 millas de la costa, respectivamente.
- Seco de los Olivos: a 12 millas de la costa.

~23~

ISLA DE ALBORÁN

**GAMBA ROJA, CIGALA, RAPE, GAMBA
BLANCA, LANGOSTA, QUISQUILLA DE MOTRIL,
VORAZO, ENTRE OTROS. PARA ARRASTRE
QUISQUILLA DE MOTRIL. PARA NASA**

Una de las zonas más lejanas del Puerto de Motril es la isla de Alborán. Los barcos que pescan en estas latitudes suelen hacerlo durante varios días ya que el coste del trayecto es elevado y deben hacer una buena pesquera para que les sea rentable. Es un enclave muy rico en pescado y marisco, además de un punto estratégico donde los barcos de la flota granadina capturan el rayado y los calamares, dos productos de alto valor comercial, además de la preciada Quisquilla.



~26~



Las Abuelas del Pescao

Las Recetas

Esta publicación puede ser una buena compañera de viaje para conservar la vitalidad y la salud de cualquier persona, al utilizar preferentemente productos de cercanía, provenientes de la lonja de Motril. Productos capturados en el mar de Alborán, que destacan por su calidad y frescura.

Recetas necesarias para conocer las claves de una buena alimentación y a la vez la extensa y variada gastronomía que forma parte de la cultura y el turismo de la costa granadina. Y que ha llegado a nuestras manos directamente desde las "Abuelas del Pescao".

~27~

Detrás de ellas se esconde una gran cultura culinaria y tradiciones pesqueras que se deben incluir en nuestra dieta diaria para ser degustadas en la mesa por los mejores paladares y mantener un óptimo rendimiento intelectual por su gran aporte de nutrientes.

Platos que han estado confeccionados por grandes embajadoras de la gastronomía local y que están plasmados en los restaurantes más tradicionales de la comarca, utilizando siempre el pescado de Motril como punto de referencia.



~28~

ENCARNACIÓN PÉREZ ANTÚNEZ
 MARI CARMEN ARQUELLADA GUZMAN
 RESTAURANTE LA PISCINA
 NUESTRA SEÑORA DEL MAR – PLAYA DE LAS AZUCENAS
 MOTRIL



958.601.012

Las Abuelas del Pescao

ARROZ CALDOSO

DE LANGOSTA

Son muy tradicionales en la gastronomía marenga los arroces caldosos, combinándolos en muchos casos con el pulpo, sepia, calamar, marisco, aguja, rape, entre otros. Arroz a la marinera que llena de versatilidad las mesas de los paladares más exigentes.

Se ha escogido la langosta o bogavante para acompañar este arroz caldosos por la esencia que presenta y potenciar sus cualidades organolépticas que nos transportan al propio seco o zonas cercanas a la isla de Alborán, donde son capturados.

~29~

Plato típico de la gastronomía española que podemos degustar en cualquier establecimiento hostelero de la costa granadina, y que resultaría complicado quedarse con uno solo y no repetir.

Si la langosta es "chigiüata", está en el tiempo de muda de su concha exterior, lo que la hace que sea más fácil trabajar con este rico manjar.

Las Abuelas del Pescao



ARROZ CALDOSO

nº1



Consejos

La verdura del sofrito triturarla con un chino, no utilizar la batidora.

Ingredientes

- ✓ Langosta/bogavante
- ✓ 1 Rape con cabeza
- ✓ 1k Almeja gallega
- ✓ 2k Tomate pera maduro
- ✓ 1/2k Pimientos verdes
- ✓ 1 Cabeza ajos
- ✓ 1k Cebollas
- ✓ Pimienta en grano
- ✓ Azafrán
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Arroz bomba o calasparra

Realización

La receta consta de dos partes, primero en una olla con agua se echan varias cabezas de rape mediana o una grande para preparar el caldo o fumet que luego nos permitirá agregar el agua cuando estemos cocinando el Arroz.

1. Realizamos el sofrito con tomate, pimiento, cebolla, ajos en una sartén, un poquito de sal y pimienta. Se pocha todo bien para después reservar. Se pasa por el chino, de forma que la mezcla quede homogénea.
2. En una cazuela de barro o una sartén grande se pone aceite y se marea unos ajos y una pizca de pimienta, en esa sartén se pone un puñado de arroz y la langosta y se marea un poco y se incorporan las verduras trituradas. Añadimos el resto del arroz, y se añade agua del fumet de la cabeza de rape.
3. No podemos olvidar que se trata de un arroz caldoso, por lo que debemos de ir incorporando fumet hasta que alcance el punto óptimo, momento en el que se añaden las almejas. Dejamos reposar unos minutos antes de apagar el fuego y dejamos reposar. Podemos añadir unos pimientos morrones por encima de forma decorativa.

~31~



Tiempos

- ✓ De Realización 2 h
- ✓ Dificultad +++





LA SAL ES VIDA

VIDA SALUDABLE SIN CALORIAS

La sal, hasta la llegada de los frigoríficos y congeladores, ha sido uno de los conservantes de alimentos más utilizado y de los más antiguos de la humanidad. Aunque las formas de mantener los alimentos han sido variadas a lo largo del tiempo –salmuera, ahumado, deshidratación, depósitos de hielo, recubrimiento con cera de abejas o fermentación, entre otras técnicas- la salazón ha desempeñado una función fundamental en el mantenimiento de las propiedades de los alimentos, y buena muestra de la impronta que está técnica dejó en la civilización es la misma fábrica de salazones de Almuñécar.

~33~

No es de extrañar si se tiene en cuenta que la sal absorbe la humedad presente en los alimentos y retrasa su fermentación, evitando así las bacterias que provocan el mal estado.

Además, permite que alimentos con bajo contenido de acidez perduren más en el tiempo al añadirle el pH propio; otra de sus propiedades es la de retirar el contenido acuoso mediante un proceso conocido como ósmosis.

Este fenómeno mide el agua disponible y lo reduce por debajo de un 0,60, por lo que no permite crecer prácticamente a ningún microorganismo ni patógeno, ya que necesitan al menos un 0,70 para poder sobrevivir.

Una técnica ancestral a la que nuestros mayores han sabido sacarle partido y que, hoy en día es muy utilizada en la gastronomía tradicional. Nuestros mayores estas prácticas les han sabido sacar mucho partido y ahora en la gastronomía nos aprovechamos de esa sabiduría tradicional.



QUISQUILLA DE MOTRIL nº2

Consejos

Al igual que otros mariscos de la lonja de Motril, el punto óptimo para su consumo es el que más se aproxima al natural. Vuelta y vuelta y a comer.

Ingredientes

- ✓ Quisquillas de Motril
- ✓ Sal gorda
- ✓ Hielo
- ✓ Agua

Es uno de los productos más versátiles dentro de la gastronomía. Necesita poco para que se pueda degustar. A continuación, proponemos dos formas para consumirla con todo su sabor.

-Cocidas-

1. Se pone una olla con agua abundante en el fuego y se le añaden dos buenos puñados de sal gorda. Una vez se alcanza el punto de ebullición se echan las quisquillas con cuidado.
2. Preparamos un recipiente con agua y hielo. Una vez que la olla con las quisquillas vuelva a hervir, se sacan con ayuda de una espumadera y se meten en el recipiente que con agua que hemos reservado previamente. De esta forma se corta la cocción.

-Plancha-

1. Ponemos en una carmela o plancha una capa de sal gorda y se pone al ~35~ fuego. Cuando salte o esté bien caliente, se pone la quisquilla con cuidado de no quemarse.
2. Cuando empiecen a tomar un color sonrosado se retira y coloca en una fuente o plato. Se realiza en muy pocos minutos, por lo que es recomendable hacerlo justo antes de servir. recién apartadas están deliciosas.

Realización

Tiempos

- ✓ De Realización 10 m
- ✓ Dificultad +





PESCADO A LA SAL nº3

Consejos

El tiempo de cocción variará en función del tamaño del pescado.

Ingredientes

- ✓ Una pieza de pescado al gusto (pargos, doradas y lubinas son las más típicas, pero se puede utilizar cualquier pescado)
- ✓ Sal gorda
- ✓ Aceite de oliva

Realización

1. Se lava el pescado y se seca bien. Se reserva.
2. Se coloca la sal gorda en una fuente de horno donde posteriormente pondremos el pescado. Recubrimos con más sal con cuidado de que no quede nada al descubierto. Se puede pulverizar un poco de agua sobre la sal para que se compacte mejor.
3. Se mete en el horno previamente precalentado a unos 200°. El tiempo variará en función del tamaño del pescado.
4. Una vez horneado se saca con mucho cuidado. ¡Ojo que quema! Se retira la costra de sal, es posible que necesitemos la ayuda de una espátula para retirarla por completo. Y se sirve en otra bandeja ~37~



Tiempos

- ✓ De Realización 1 h
- ✓ Dificultad +





PARRILLADA nº4

Consejos

Los chopitos debéis ponerlos primero por la parte de la concha y después por la parte blanda.

Ingredientes

- ✓ Aceite
- ✓ Sal
- ✓ Limón
- ✓ Calamar
- ✓ Salmonetes
- ✓ Gambas Blancas
- ✓ Pargo
- ✓ Chopitos

Realización

1. Preparamos una parrilla, plancha o Carmela: Echamos un chorrito de aceite de oliva virgen extra y ponemos primero los pescados más duros y grandes y vamos añadiendo por tamaños.
2. Es muy importante que la parrilla este bien caliente y que todos los producto tenga su espacio para que circule el aire.
3. En las cocinas actuales podemos utilizar igualmente el horno para cocinarlo.
4. Yo aconsejo que no se le ponga limón para notar el sabor de cada especie, el limón se pone muchas veces para disimular los sabores más fuertes.
5. Al apartarlo un buen chorreo de aceite Virgen Extra y si nos gusta, picar ajo y perejil.
6. Lo dejamos al gusto de los comensales.

~39~



Tiempos





BOQUERONES EN VINAGRE nº5

Consejos

Usar un vinagre de vino lo más claro posible.
No dejar demasiado tiempo en el vinagre, se pasarían.

Ingredientes

- ✓ Boquerones frescos
- ✓ Sal
- ✓ Vinagre de vino
- ✓ Ajos
- ✓ Perejil
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Agua

Realización

1. Se retira la cabeza, tripa y raspa del boquerón. Se deja abierto como si fuese un libro y se mete en agua durante una hora.
2. Pasado ese tiempo se escurren bien y se pone con la barriga hacia arriba cubierto de sal durante una hora. Se retira y lava para quitar el exceso de sal.
3. En un recipiente con vinagre de vino se vuelven a meter, esta vez con la panza hacia abajo durante dos horas.
4. Se enjuaga y seca. Se pican unos ajitos y perejil, y están listos para servir con un chorreón de aceite de oliva.

~41~

Tiempos

- ✓ De Realización 1 h
- ✓ Dificultad +





~42~

**MARI TRINI LÓPEZ CANO
MAGDA LÓPEZ CANO (ACTUALMENTE R. JUAN GARCÍA)
RESTAURANTE EL DORADO (PESCADO)
CARRETERA DE LA CELULOSA - SANTA ADELA
MOTRIL**

Las Abuelas del Pescado

JIBIA EN SALSA DE ALMENDRAS

JIBIAS, ALMEJAS Y GAMBAS

La jibia en salsa de almendras es una receta con muchos matices de la cocina andaluza que hemos hecho muy nuestra. Es una receta sencilla que siempre triunfa.

En la Costa de Granada, y especialmente en Motril, era uno de los platos estrella que se servía en el castizo restaurante El Dorado. En la actualidad continúa abierto por otra familia con sus especialidades.

~43~

Jibia, gambas, almejas... las posibilidades para añadir a la salsa de almendras hacen de esta receta una opción perfecta y deliciosa. Lo difícil será no rebañar el plato.

Las Abuelas del Pescado



JIBIA EN SALSA DE ALMENDRAS nº6

Consejos

Este plato también se puede realizar con la olla express.

Ingredientes

- ✓ 1 Jibia en trozos
- ✓ Almendras crudas peladas
- ✓ Ajos
- ✓ Cebolla
- ✓ 1 Tomate maduro
- ✓ Rebanadas de pan
- ✓ Vino blanco
- ✓ Laurel
- ✓ Pimienta
- ✓ Azafrán (en hebras si puede ser)
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Guisantes
- ✓ Fumet

Realización

1. Troceamos la jibia en dados, que no sean muy pequeños, y se meten en la olla con un poco de aceite de oliva y se sofríe. Posteriormente se cubre con fumet y se deja hasta que hierva.
2. Mientras la jibia se va cocinando, nos ponemos manos a la obra con la salsa. En una sartén con aceite de oliva sofreímos unos ajos, se fríen unas rebanadas de pan y unos 100 gramos de almendras peladas. Se aparta todo junto.
3. En el mismo aceite que hemos usado antes se pocha la cebolla y se incorpora un poco de perejil y azafrán. Se aparta junto con los ajos, el pan y las almendras.
4. A nuestra mezcla se le añade un vasito de vino blanco y se pasa todo por la batidora.
5. Lo echamos a la olla donde se sigue cocinando la jibia y dejamos que hierva para que la jibia adquiera el sabor de la salsa. También se añade un poco de sal. ~45~

Aunque el plato ya estaría listo para comer, se le puede añadir unas patatas cocidas, unos guisantes, almejas o gambas para completar el plato.

Tiempos

- ✓ De Realización 1h
- ✓ Dificultad +





~48~



MARIA RUBIÑO CALLEJÓN (MARIPOSA)
PROYECTO LA QUISQUILLA
PLATAFORMA CIUDADANA PESCADO Y
QUISQUILLA DE MOTRIL

Las Abuelas del Pisco

ZARZUELA

RAPE, CIGALAS, MEJILLONES, ALMEJAS, CALAMAR Y GAMBAS

La zarzuela de marisco no es un plato sencillo, quizás por eso mismo es un delicioso plato que se deja para ocasiones especiales. La variedad de producto que se utiliza para su elaboración, así como su coste económico y el tiempo que se emplea en realizarse, lo convierten en un plato típico de las fechas más señaladas.

~49~

Su sabor intenso y característico lo convierten en uno de los manjares que hay que probar sí o sí. Pescado y marisco unidos y fusionados para llevar a la gastronomía más local a un nivel de excelencia máxima.

Por desgracia no es un plato que se encuentre en las cartas de todos los restaurantes, aunque se puede pedir por encargo. Es una receta que las cocineras más experimentadas disfrutan realizando por su tradición marinera.

Las Abuelas del Pisco



2ARZUELA
nº7

Consejos

La frescura de los productos es muy importante.

Ingredientes

- ✓ 1k Rape entero (cabeza para el caldo)
- ✓ 4 Cigalas
- ✓ ¼ Gambas
- ✓ 1 Calamar Mediano
- ✓ ¼ Almejas
- ✓ ½ Mejillones
- ✓ ½ k Tomates Maduros
- ✓ 1 Cebolla
- ✓ 4 Dientes De Ajo
- ✓ 10 Almendras
- ✓ Perejil
- ✓ Caldo De Pescado
- ✓ Sal
- ✓ Aceite
- ✓ Harina De Trigo



Realización

1. En una olla se cuece la cabeza del rape para el fumet. Dejar hervir 20 minutos. Colar el caldo y reservar.
2. Preparar dos sofritos. Uno con pimiento seco, tomate y ajos (reservar y triturar) y otro con cebolla picada, tomate natural en lata y añadimos un poco de vino. Esperamos a que se consuma y reservamos.
3. Se cuecen los mejillones al vapor y se dejan aparte. Aquí, al gusto de cada uno, se pueden dejar en su cocha o retirar.
4. Cortar en rodajas el rape y los calamares. En una sartén con aceite de oliva se frien unas almendras y se reservan.
5. En un recipiente con harina, rebozar el pescado y marisco para freír en una cacerola con un poco de aceite. ¡Ojo! No queremos que esté muy frito, con una vuelta y vuelta es suficiente.
6. En ese mismo aceite se marean un poco los mejillones. Lo mezclamos ~51~ todo en una cacerola y añadimos las almejas, las gambas, el pescado y marisco que previamente hemos mareado en el aceite.
7. Hacemos un 'majao' de ajo, perejil y almendras. Se le añade un poco del caldo de pescado que tenemos ya hecho, el triturado inicial (con el pimiento) y también el tomate natural frito.
8. Toda la mezcla se incorpora a la cacerola donde tenemos el pescado y marisco. Ponemos el caldo de pescado para cubrirlo todo y se deja que se cueza a fuego lento. Y una vez que las almejas se abran, está listo para servir y disfrutar.

Tiempos

- ✓ De Realización 3h
- ✓ Dificultad +++



Las Abuelas del Pescado



MARI CARMEN ROMERO PARODY
PROYECTO LA QUISQUILLÁ
PLATAFORMA CIUDADANA PESCADO Y
QUISQUILLA DE MOTRIL

Las Abuelas del Pescao

9 ARBANZOS CON JIBIA

JIBIA

Los platos de cuchara son uno de los grandes aliados para reconfortar cuerpo y alma. Tradición y gastronomía se dan la mano en este manjar tan típico de los barrios marengos y de los hogares de multitud de personas que destaca por su sencillez, sabor y versatilidad. Las legumbres y los pescados o mariscos combinan de lujo.

~53~

La jibia, al igual que el pulpo o la pota, son productos muy recurridos por lo bien que combinan con cualquier cosa. En la Costa Tropical se practica la pesca de trasmallo y de arrastre, por lo que es habitual verlos en la lonja o en las pescaderías de Motril y toda la provincia.

Una receta que bien podríamos disfrutar o encontrar en cualquier pueblo marinero del litoral. Es un guiño a todas esas "abuelas del pescao" que cocinaban auténticos manjares con lo que tenían a mano, a cargo de alguien que conoce la pesca desde otro prisma: el de la industria conservera que había en el Puerto de Motril.

Las Abuelas del Pescao



JIBIA CON GARBANZOS

nº8

Consejos

Los garbanzos ponerlos en remojo con un poco de sal durante un día antes.

Ingredientes

- ✓ 1 Sepia grande
- ✓ 1/2k Garbanzos
- ✓ 1 Pimiento rojo de asar
- ✓ 1 Pimiento verde
- ✓ 2 Cebollas
- ✓ 1 Hoja laurel
- ✓ Pimentón dulce
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Sal
- ✓ Pimienta
- ✓ 2-3 Dientes de ajo
- ✓ 1 Vasito vino blanco

Realización

1. Poner los garbanzos escurridos en la olla rápida. Añadir agua hasta completar 3/4 de la olla, el laurel, una cebolla pelada entera y sal. Cocer 20 minutos.
2. Cuando esté listo destapamos la olla para dejar el vapor salir.
3. Picamos a cuadritos la jibia, el pimiento rojo y verde, la cebolla y los ajos. Reservamos.
4. En otra olla echamos un chorreón generoso de aceite de oliva y ponemos la jibia para sellar, sacamos y reservamos.
5. Incorporamos a esa misma olla la verdura que teníamos reservada, una vez rehogada se añade la jibia y se vuelve a cocinar todo junto para que tome el sabor de esta.
6. Una vez cocinado, se añade el pimentón dulce y se le va incorporando poco a poco el agua de los garbanzos hasta que la jibia esté tierna. Se añaden los garbanzos a la olla pero sin el agua para que no salga demasiado líquido. Este punto es un poco más a gusto del consumidor
7. Lo ponemos todo en una olla a fuego lento para que se cocine y se fusionen todos los sabores, hasta que alcance la textura que deseemos. Añadimos un poco de pimienta molida y lo dejamos un par de minutos más en el fuego. ¡Buen provecho!



Tiempos

- ✓ De Realización 1 h
- ✓ Dificultad ++





~56~

ROSA MACÍAS FERNÁNDEZ
 BAR FM
 AV. DE JUAN PABLO II, 54,
 GRANADA



958.177.004

Las Abuelas del Pescado

ENSALADILLA

GAMBAS

La excelencia de la Gamba Blanca se conjuga a la perfección con uno de los grandes platos de la gastronomía española que por donde va triunfa. Un claro ejemplo de cómo unos ingredientes sencillos pueden dar un gran plato, es la Ensaladilla, que cuenta con su propio observatorio - El observatorio de la Ensaladilla Rusa- y cuyo día mundial se celebra el 14 de noviembre.

~57~

Granada tiene a unos grandes embajadores de la ensaladilla con sabor a mar y a la cercanía de usar productos de la lonja de Motril. Hasta sus fogones han acudido multitud de chefs y famosos para degustar el sabor de la Costa Tropical.

La Gamba blanca o la Quisquilla y la patata roja se mezclan para formar un plato lleno de sencillez y glamour.

En el bar FM de Granada y en multitud de establecimientos de la Costa Tropical, se sirve este plato con personalidad, como aperitivo.

Las Abuelas del Pescado



ENSALADILLA nº9

Consejos

El secreto es cocer todo en la misma agua

Ingredientes

- ✓ Gamba blanca o quisquilla (enteras, utilizará para cocción)
- ✓ Patata roja (preferiblemente blanca en el interior)
- ✓ Zanahoria
- ✓ Mayonesa industrial tipo Hellmann's

Realización

1. En una olla se cuecen las gambas o las quisquillas que se van a utilizar. Una vez estén listas, se pelan y se reservan. Las cáscaras las echamos en el agua que hemos utilizado para cocerlas, se tritura y se cuela todo.
2. En ese mismo caldo cocemos las patatas y las zanahorias. De esta forma absorbe todo el sabor.
3. Cuando está listo se machaca todo con ese mismo caldo. Se le añade la mayonesa y por último la gamba blanca o la quisquilla.
4. ¡Y a disfrutar!

~59~



Tiempos

- ✓ De Realización 1h
- ✓ Dificultad ++



~60~



MARI ANGUSTIAS SÁNCHEZ GARCÍA
RESTAURANTE JUAN GARCÍA
CAMINO DEL PELAILLO-PLAYA
PUERTO DE MOTRIL



958.602.722

Las Abuelas del Pescao

ESPICHÁ Y PULPO SECO

Posiblemente no haya nada tan típico y tan nuestro en la gastronomía como las espichás y el pulpo seco. Antaño era fácil ir andando por la calle y encontrar ristas de boquerones 'tendidos' para secarse con el aire. Con el tiempo se ha convertido en una exquisitez, muy fácil de preparar y que también se puede degustar en multitud de establecimientos de la Costa.

Una receta muy marenga que los pescadores disfrutaban tras pasar largas jornadas en el mar, y que les ayudaba, acompañado con unos huevos fritos, a reponer fuerzas y energía. La forma de secar el pulpo o boquerones es muy similar y bien sencilla. ~61~

Tampoco podía faltar el famoso pulpo seco. Aunque muchos lo ofrecen, solo unos pocos bares han conseguido especializarse en la elaboración de este cefalópodo que atrae las miradas más allá de nuestras fronteras.

Las Abuelas del Pescao





ESPICHÁS nº10

Consejos

El aceite debe ser limpio y estar muy caliente en cada uno de los fritos, en los ajos, en el pescado y en los huevos.

Ingredientes

- ✓ Boquerones Secos
- ✓ Cabeza de Ajos
- ✓ Huevos
- ✓ Aceite de Oliva
- ✓ Pan

Realización

1. Se trata de una receta muy sencilla y sabrosa, aunque hay que tener un poco de paciencia para comerla. Lo primero es limpiar los boquerones, ensartarlos en una cañavera o alambre y dejarlos secar durante 24 horas al aire.
2. Pasado el tiempo, echamos aceite de oliva virgen extra en una sartén con unos dientes de ajo, después freimos un huevo. Añadimos un poco de sal.
3. Cuando esté todo listo, en esa misma sartén se frien las espichás hasta que estén doraditas.
4. Se sirve en un plato todo junto y ¡a mojar y saborear!

~65~



Tiempos

- ✓ De Realización 10 m
- ✓ Dificultad +





PULPO SECO nº11

Consejos

Hay que secar el pulpo entero (sus patas) y después lonchear.

Ingredientes

- ✓ 2 Patas de Pulpo Seco
- ✓ Col verde
- ✓ Sal
- ✓ Vinagre
- ✓ Ajos

Realización

1. El pulpo seco es muy sencillo de elaborar. Cortamos la cabeza y las patas se cuelgan en una percha o en una cañuela durante 24 horas, vaporizar cada 5 o 6 horas, con un poco de agua con sal para que adquiera más sabor.
2. Pasado el tiempo, se descuelgan. Se ponen en una plancha o sartén con el fuego alto y se deja que se vayan asando, con cuidado que no se queme.
3. Mientras se va cocinando, troceamos col para el acompañamiento. En un vaso se mezclan aceite y vinagre a partes iguales, con una pizca de sal y se mezcla enérgicamente para que la mezcla emulsione.
4. Una vez el pulpo esté listo, se saca y se trocea en láminas de forma oblicua. Se colocan sobre la cama de col y se vierte generosamente la mezcla emulsionada.
5. Por último, se pica un poco de ajo al gusto.

Tiempos

- ✓ De Realización 10 m
- ✓ Dificultad +



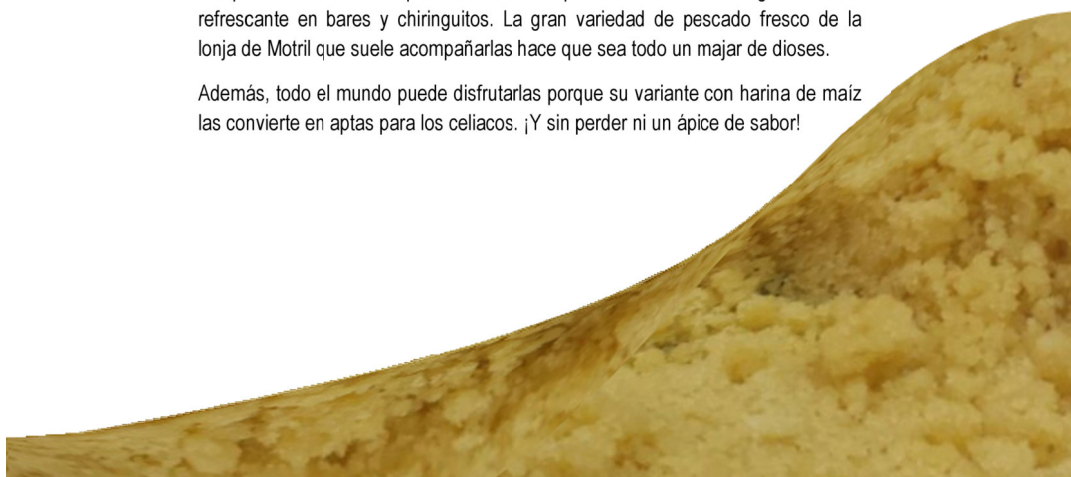
No hay día que llueva en Motril y no se acaben las existencias de harina de sémola, la lluvia es sinónimo de unas deliciosas migas. Este plato tan característico admite casi cualquier acompañamiento: melón, chorizo, panceta, pipirrana, tomate picado, unos pimientos asados y ¡hasta chocolate! Aunque nuestras favoritas son las que van siempre acompañadas por los productos del mar.

Las pescaderías preparan sus mejores productos de traíña: sardinas, jureles o boquerones. Y unas pijotillas de arrastre, fritas y bien calientes, nos trasladan a los sabores de siempre.

~68~

La lluvia es sinónimo de migas en la Costa Tropical, aunque el sol y el buen tiempo también son complementos ideales para disfrutarlas con alguna bebida refrescante en bares y chiringuitos. La gran variedad de pescado fresco de la lonja de Motril que suele acompañarlas hace que sea todo un majar de dioses.

Además, todo el mundo puede disfrutarlas porque su variante con harina de maíz las convierte en aptas para los celíacos. ¡Y sin perder ni un ápice de sabor!



MIGAS, Nº 12

Está Lloviendo





M^a CARMEN TERRÓN MONTES
 M^a DEL MAR LÓPEZ CAMPOY
 PESCADOS HNOS. TERRÓN
 MERCADO MUNICIPAL Y C/ GÓMEZ ACEBO
 MOTRIL GRANADA

958.601.165

Las Abuelas del Pescao



MIGAS, ESTA LLOVIENDO
 n°12

Consejos

No dejar de mover la mezcla de agua, harina y aceite de forma enérgica para que queden sueltas.

Ingredientes

- ✓ ½ l Aceite de oliva
- ✓ Sal
- ✓ 1 Cabeza de ajos
- ✓ 1 k harina (sémola o trigo)
- ✓ Agua

Pipirrana

- ✓ Pimientos diferentes colores
- ✓ Cebolleta
- ✓ Tomate
- ✓ Pepino
- ✓ Sal, Vinagre y Aceite

Realización

1. En una sartén se echa un poco de aceite de oliva, unos ajos sin pelar y se rehoga. Cuando estén dorados, se incorpora un vaso de harina por persona, y dos vasos de agua por cada uno de harina.
2. El secreto de este plato se encuentra en el "meneo", hay que moverlas todo el rato para que se ligue bien todo.
3. Se puede acompañar con pescado a la plancha o frito.

Es muy típico preparar un poco de pipirrana para que "bajen" mejor. Picamos en cuadritos pequeños pimiento verde y rojo fresco, unas cebollas o cebolletas y tomate. Se le añade sal, aceite de oliva y vinagre. Se remueve todo muy bien y ¡listo para acompañar a las migas!

Propuesta para compartir, poner la sartén de las migas en mitad de la mesa y comerlas directamente de ahí. Incluso, si se acompaña de pescado sin raspa o pequeños, hacer un hoyo en el centro e ir cogiendo de ambos sitios. Esto era algo muy típico que se hacía en las chozas y ha perdurado todos estos años.



Tiempos

- ✓ De Realización 20m
- ✓ Dificultad +



Las Abuelas del Pescao



~72~

MARIA EUGENIA VALERO SÁNCHEZ
RESTAURANTE CASA EDUARDO
CAMINO DEL PELAILLO · PLAYA
PUERTO DE MOTRIL GRANADA



958.820.078

Las Abuelas del Pescao

ZOQUILLO Nº 13

PULPO

Si hay un producto versátil en la lonja de Motril, ese es sin duda el pulpo. Desde salpicón, pasando por el pulpo con alioli, seco... o el siempre curioso 'tócame los hue...' del Bar el Paso. Hemos contabilizado más de 10 formas distintas de disfrutar de este cefalópodo, aunque seguramente las opciones sean innumerables.

Pero si hablamos de tradición, el pulpo al Zoquillo se lleva la palma. Mucha gente no sabe a qué te refieres cuando hablas de Zoquillo, ahora, si hablamos del pulpo en salsa típico de Motril, la cosa cambia. ¡Es lo mismo!

~73~

El pulpo en salsa y mezclado con la frescura de las verduras, hacen que se convierta en un auténtico manjar, como todas las recetas de este libro.

Las Abuelas del Pescao



ZOQUILLO nº13

Consejos

En casi todas las recetas de pulpo, el secreto para que quede tierno, está en congelarlo para romper la fibra y luego cocinarlo.

Ingredientes

- ✓ 1 Pulpo congelado
- ✓ 4-5 Pimientos medianos
- ✓ 4-5 Cebollas
- ✓ 4-5 Tomates
- ✓ Vino blanco
- ✓ Guindillas
- ✓ Laurel

Realización

1. Cogemos aproximadamente unos tres kilos de pulpo congelado y se trocea. En una cacerola ponemos un poco de aceite de oliva virgen extra a calentar, y posteriormente se añade el pulpo troceado.
2. Picamos la cebolla, pimientos y tomate. Y después de 'marear' un poco el pulpo, se añade la verdura junto con un chorreón generoso de vino. Dejamos que se cueza todo junto a fuego lento hasta que veamos que la mezcla está un poco cuajada.
3. Añadimos dos o tres hojas de laurel y unas guindillas. Y se deja a fuego lento durante aproximadamente una hora.
4. Pasado ese tiempo todos nuestros ingredientes estarán bien macerados y listos para servir.



Tiempos

- ✓ De Realización 1:30h
- ✓ Dificultad ++





~76~

M^a ÁNGELES CAMPOY RODRÍGUEZ
 RESTAURANTE PAQUILLO
 JULIO MORENO - VARADERO
 PUERTO DE MOTRIL GRANADA



958.821.611

Las Abuelas del Pescao

CALDERO Y FIDEOS A PARTE

ARAÑA, BAQUITA, SAPOS, BORRACHOS Y CABEZAS DE RAPE

Es una de las recetas más marengas, se comía en todos los barcos y reuniones familiares. Los pescados de roca, los que menor valor económico adquieren en la lonja, iban directamente al caldero. Los productos del mar no se desaprovechan, por eso sapos, arañas, baquitas, borrachos, gallinetas... incluso la pota, la hermana pobre del calamar, iban a la cazuela para dar ese sabor tan marinero al plato.

~77~

Nutricionalmente el caldero es un alimento muy potente. Se utilizan pescados gelatinosos que son muy buenos para los huesos y tendones. Aunque pueda parecer un plato pobre, su intenso sabor a mar y que casa perfectamente con un alioli o majao de ajo y aceite, lo convierten en algo sencillo y delicioso.

Es una forma de darle la vuelta a algo con poco valor y que gastronómicamente es perfecto. Son nuestros particulares 'fumet' y 'fideuá'.

Las Abuelas del Pescao



CALDERO nº14

Consejos

No incluir nunca en esta receta pescados azules, ya que amargan el resultado.

Ingredientes

Fondo Caldero

- ✓ Pescado de roca:
Sapos, Araña,
Borrachos, Gallineta,
Cabezas de Rape
- ✓ (Rape y mejillones)
- ✓ Pota

Realización

1. Picamos una cebolla, tres o cuatro pimientos verdes, un pimiento rojo e incorporamos tres o cuatro dientes de ajo. Lo mareamos en la sartén con aceite de oliva virgen extra.
2. Una vez esté dorado se va incorporando el pescado de roca que vayamos a utilizar, lo cubrimos de agua, pero sin pasarnos. Un poco de sal y azafrán. Lo dejamos al fuego hasta que hierva.
3. El pescado se puede sacar y poner en una bandeja para comérselo seco. El caldo también se puede aprovechar para hacer una paella, ya que le dará un sabor muy bueno al pescado.

~79~



Tiempos

- ✓ De Realización 2 h
- ✓ Dificultad ++





CALDERO nº14

Consejos

El caldo lo tendremos elaborado con anterioridad o tendremos que hacerlo con tiempo y después los fideos.

Ingredientes

- ✓ Fideos del nº4
- ✓ Pimiento rojo
- ✓ Tomate maduro (o triturado en lata)
- ✓ Ajcs
- ✓ Perejil
- ✓ Azafran

Realización

1. Lo primero que haremos para nuestros fideos a parte es preparar caldero.
2. Cortamos cebolla, pimiento verde y rojo y unos dientes de ajo para dorarlo en una sartén con aceite de oliva virgen extra.
3. Cuando esté listo se va incorporando el pescado de roca que tenemos preparado, se cubre de agua lo suficiente como para que se cueza todo bien y se le añade un poco de sal y azafrán.
4. En una paellera echamos una cebolla pequeña y muy picada y lo mareamos muy bien, cuando este doradita echamos los fideos. para que se frían.
5. Cuando el caldo esté listo le vamos añadiendo a la paellera donde tenemos los fideos, solo lo suficiente para que los cubra. Y apagamos el fuego.

~81~



Tiempos

- ✓ De Realización 30 m
- ✓ Dificultad ++





~82~

M^a DOLORES ALMENDROS RUBIÑO
 RESTAURANTE KATENA
 CAMINO DEL PELAILLO-PLAYA
 PUERTO DE MOTRIL



958.601.810

Las Abuelas del Pescao

PIL PIL DE TEMPORADA

ATÚN

Aunque parezca muy del norte, el Pil-Pil es una receta muy utilizada en nuestra cocina. Muchos pesqueros cuando salen a faenar regresan con alguna gamba que sufre más de la cuenta y que en la lonja se conoce popularmente como 'gamba rota'. Aunque alguna se comercializa, lo normal es que acabe en la casa de algún marinero para comerla poco después al pil-pil.

~83~

Este guiso tan propio del bacalao, también se utiliza para cocinar unas gambas o unas almejas, aunque las posibilidades realmente, son mucho mayores, desde rape hasta pintarroja.

En esta ocasión se ha optado por rendir homenaje a los túnidos, que tan bien van con el pil-pil. Melva, bonito, albacora o bacoreta, y sin olvidar al atún rojo de Motril, capturado a pocas millas de la Costa granadina por los barcos de artes menores a poco más de cuatro metros de profundidad.

Las Abuelas del Pescao



PIL PIL DE TEMPORADA nº16

Consejos

El atún no es un producto muy delicado pero hacerlo en exceso le da un punto de sequedad.

Ingredientes

- ✓ Atún/melva o similar.
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Ajos
- ✓ Guindilla
- ✓ Setas de temporada
- ✓ Ron Montero

Realización

1. Primero doramos unos ajos en la sartén con aceite de oliva virgen extra. Se añade el atún que previamente hemos limpiado o comprado ya listo para cocinar, junto con un poco de sal y pimienta y esperamos a que se haga un poco.
2. Cuando cambia de color, se le añaden las setas. Aquí no hace falta esperar mucho, ya que las setas se hacen muy rápido.
3. Añadimos un chorreón de Ron Montero y flambeamos.
4. Una vez que esté flambeado, está listo para servir. Es un plato que se hace muy rápido y está muy sabroso.



Tiempos

- ✓ De Realización 20m
- ✓ Dificultad +







~88~

Las Abuelas del Pescao

FRITURA DE MIS AMORES

PUNTILLITAS, BACALADILLAS ABIERTAS, SALMONETILLOS EN MANOJOS, PIJOTA ROSCADA

La fritura es una de las candidatas a mejor plato, casi que tendría que ir unida a las migas, y en la Costa de Granada, y en especial en Motril, tenemos grandes establecimientos hosteleros para disfrutarlas. En ella se conjuga la suma de sabores de pescados azules y blancos, pasando por los mejores moluscos y mariscos.

~89~

Todo le viene bien a la fritura siempre que el producto sea fresco y de la lonja de Motril. Es casi obligatorio comer una buena fritura de pescado, no es pescado frito sin más, tiene una entidad propia. La variedad de sabores al comer un jurel o una pijota, la diferencia entre el calamar y la jota, el rape y el salmonete, la diferencia de matices y texturas sorprenden.

Se nos hace la boca agua solo de pensar en la cantidad de pescados que podríamos añadir a una fritura variada, por eso nos tomamos la licencia de destacar entre todas las puntillitas de calamar, una explosión de sabor por sí solo.

Las Abuelas del Pescao



FRITURAS DE MIS AMORES nº17

Consejos

Los salmonetes se dejan para el final, su color suele manchar el aceite.

Ingredientes

- ✓ Aceite
- ✓ Harina
- ✓ Boquerones
- ✓ Salmonetes
- ✓ Calamar
- ✓ Bacaladilla Abiertas
- ✓ Pijojas de Roscar

Realización

1. Hemos pedido a nuestra pescadería de confianza, Pescados Hermanos Terrón, que nos limpie todo el pescado que vamos a necesitar.
2. Ponemos en una sartén una cantidad abundante de aceite de oliva para freír y dejamos que se caliente.
3. En un plato colocamos harina de trigo especial para freír, o incluso harina de garbanzo. Cuando el aceite está bien caliente, vamos pasando el pescado por la harina y acto seguido lo metemos en el aceite.
4. Es muy importante que el pescado limpio no esté muy mojado, porque además de que nos puede salpicar aceite a una gran temperatura, cuando se trata de carnes blancas o plateadas pueden manchar su color. Los salmonetes se dejan para el final.

~91~



Tiempos

- ✓ De Realización 30 m
- ✓ Dificultad +





ADOBO
nº18

Consejos

Macerar al menos 24 horas en el adobo, el pescado.

Ingredientes

- ✓ Bacadú, Cazón o similar
- ✓ Vinagre
- ✓ Orégano
- ✓ Ajos
- ✓ Pimentón
- ✓ Sal
- ✓ Agua

Realización

Adobar

1. Hacemos un majao de ajos, sal, pimentón dulce/picante y orégano.
2. En un bol echamos 50% de agua y 50% vinagre dependiendo de la cantidad a adobar. Añadir el majao.
3. Introducimos el pescado en la mezcla. Debe flotar porque al absolver el macerado aumenta su tamaño.

Preparar

1. Ponemos a calentar una sartén con aceite de oliva, la suficiente cantidad como para que los trozos estén totalmente cubiertas de aceite.
2. Mientras se calienta, enharinamos el pescado adobado con ~93 ~ harina de trigo o de garbanzo.
3. Cuando veamos que el aceite está bien caliente, añadimos el pescado y se frie en un punto jugoso.
4. Al sacarlas, las ponemos en un plato con papel absorbente para retirar el exceso de aceite.

Tiempos

- ✓ De Realización 20 m
- ✓ Dificultad +



Las Abuelas del Pescado



PUNTILLAS DE CALAMAR nº19

Consejos

No tener lejos la tapadera de la sartén al echar las puntillas.

Ingredientes

- ✓ Aceite de Oliva Virgen Extra
- ✓ Harina para Pescado
- ✓ 1 Kg de Puntillas de Calamar

Realización

1. Las tenemos ya limpias después de comprarlas en la Pescadería Hermanos Terrón. Las secamos bien con una servilleta absorbente y las salpimentamos al gusto.
2. Ponemos a calentar una sartén con aceite de oliva, la suficiente cantidad como para que las puntillas estén totalmente cubiertas de aceite.
3. Mientras se calienta, enharinamos las puntillas con harina de trigo o de garbanzo.
4. Cuando veamos que el aceite está bien caliente, metemos las puntillas. Hay que tener en cuenta que tardarán poco en estar listas.
5. Al sacarlas, las ponemos en un plato con papel absorbente para retirar el exceso de aceite. No podrás comer solo una.

~95~



Tiempos

- ✓ De Realización 20 m
- ✓ Dificultad +





MEMORIA DE LAS ABUELAS

Estas memorias son una recopilación de vivencias y experiencias de toda una vida de las mujeres de los barrios de Varadero y Santa Adela. Un viaje al pasado de las familias que han mantenido viva la esencia de las zonas marineras, en ocasiones con muchas carencias o hambre.

La historia de toda una vida contada en primera persona y que pone el foco sobre las protagonistas, en muchas ocasiones, silenciadas por el paso del tiempo.

~99~

Sirva este libro como homenaje a todas esas mujeres, hijas, hermanas, madres, tías y abuelas de los barrios marineros que han estado en un segundo plano durante mucho tiempo, ajenas a los problemas de la vida en la infancia, descubriendo la vida y sus entresijos en la juventud y afrontando los distintos envites ya de adultas.

Mujeres que vivieron años de confianza y de tener las puertas de sus casas abiertas de par en par, que se juntaban para ver a los marineros pescar con redes a pie de playa o que se juntaban para ir a darse un baño con ruedas de coches a modo de flotador.



MEMORIA DE LAS ABUELAS



MARIA DEL CARMEN
VALLECILLOS LIGERO
Varadero

“ Mi familia y algunas familias de las chozas ubicadas en la zona del ‘Balate de la Culebra’, frente a la Charca de Suárez, fabricaban, de vez en cuando, botes con bidones de 200 litros de aceite que conseguían abrir por la mitad. Lo amarraban como podían para darle consistencia y se echaban al mar con ellos como si fueran botes y con sus redes viejas para pescar. En aquellos tiempos todo lo que se conseguía pescar se compartía entre las familias de las chozas.

~102~



AURELIA
MONTERO NAVARRO
Varadero

“ De novios él se embarcaba en Pepita Varón, trabajaban fuera y en una ocasión de mal tiempo rompió una madera del barco de la parte baja. Tuvieron que achicar aguas hasta con ollas porque el barco se hundía, gracias a dios, les dio tiempo a llegar a puerto.

Además de la playa de Poniente o el Pelaillo y las tres R, los barrios tenían una playa que al estar cobijada por el puerto, nunca había olas. Era conocida como Playa Chica o playa de las coquinas, llamada así porque era típico escarbar en la arena y encontrar este molusco muy apreciado por las familias para comerlo o venderlo. Era una playa pequeña pero que reunía a muchas familias hermanadas por la cercanía.

“ Madres coraje, mujeres fuertes que tenían a sus maridos mucho tiempo fuera o que la mala suerte se los había arrebatado demasiado pronto, mujeres que han sabido plantarle cara a la vida en esos tiempos complicados.



ÁNGELES
ESTEBAN GARCÍA
Varadero

“ Durante mi infancia pasábamos los días de verano en las chozas, en la playa grande -el Pelaillo-. Parecíamos ‘pigmeos’, negras por el sol, descalzas y con la ropa imprescindible. Antes no había tanto como ahora, pero éramos muy felices. Lo único que extrañaría sería tener un cuarto de baño. Me gustaría que mis hijos y nietos vivieran esas experiencias, para valorar lo que ahora tienen. Antes con muy poco disfrutábamos mucho.



MERCEDES
CASAS GALLARDO
Varadero

“ Era algo habitual compartir el desayuno/almuerzo. Los hombres llegaban cargados de pescado por las buenas pesqueras, y en su misma puerta, asaban cientos de sardinas y los vecinos acudían con su plato y su pedazo de pan para compartir dicho manjar.

Las Abuelas del Pescao

MEMORIA DE LAS ABUELAS



NATI
MALDONADO MONTES
Varadero

“ Las familias que estaban un poquito mejor económicamente, eran muy generosas. Cuando mi madre sacaba el pan con chocolate, todos los niños, en este caso del barrio del castillo del Varadero, ese día comían pan con chocolate, se compartía todo lo que se podía.



CHARO
MARTÍN PRIETO
Varadero

“ Hasta quince mujeres trabajaban de forma habitual en la sastrería que regentaba mi madre. Recuerdo cómo pasaban por sus manos las ropas desgastadas de los marineros. No olvido las imágenes de cuando llegaban los feriantes, y los niños y niñas de la feria iban al taller y les daba ropa nueva para sustituir por sus harapos.



Mª PEPA
MARTÍNEZ CUMPIAM
Varadero

“ Quiero recordar el silencio de las madres y esposas de los marineros. Aún recuerdo el sufrimiento de aquellos momentos en los que mi marido, que se tuvo que embarcar por necesidad, trabajaba con el mal tiempo. Sus compañeros lo amarraban de la cintura para evitar que se callera, él no sabía nadar. Para mí era un tormento que tenía que disimular ante mis hijos, entraba en el baño y abría los grifos y me ponía a llorar.



MARÍA
MUÑOZ FUENTES
Varadero

“ Una de las mejores playas que ha tenido Motril siempre era la playa de las Azucenas, llenas de veraneantes y familias del Varadero. Cuando veníamos al barrio siempre íbamos allí. Añoro aquellos años en los que los vecinos y visitante de Varadero íbamos a esa gran playa, en la que también se recogían coquinas.

~103~

“ Recuerda con mucho anhelo a su padre Paquito Martín, lucero del Puerto de Motril -el que llevaba el bote de la luz-. Tenía muy buena letra y lo llamaban todos los propietarios para que escribiera los folios de los barcos -el nombre y la matrícula.

Las Abuelas del Pescao

MEMORIA DE LAS ABUELAS



ROSA
RAMOS LOZANO
Varadero

“ El Sardinal era un método de pesca en la orilla o cerca de la costa. Recuerdo como nos embarcábamos en botecillos para ir a pescar en medio de la noche. La Guardia Civil vigilaba mucho, e incluso, recuerdo que en ocasiones, intentaban disuadirnos con tiros al aire. Pero había que comer, así que nos tirábamos toda la noche pescando sardinas, sabíamos que, si no se vendían, nos las comeríamos.

~104~

“ Las grúas descargaban el cemento que traían los barcos y parte se caía al suelo. Los niños barriamos el cemento y llenábamos latas como el mayor de los tesoros. Con ese cemento y la arena, hacíamos nuestros propios ladrillos para cambiar las cañas de las chozas por muros, toda una bendición para nuestras familias.



MARISA
LÓPEZ JIMÉNEZ
Varadero

“ Las comunicaciones eran complicadas, cuando se estaba fuera o incluso cuando alguien estaba en la cárcel, la forma de comunicarse con la familia, era llamar a la bodega y se utilizaba como cabina pública. Es más, como no había televisión, la colocaban en la puerta de la bodega de “El Molviceño”.



ENCARNITA
GUTIÉRREZ ESTEVA
Varadero

“ Cuando había buena pesca y mi padre traía el pescado, mi madre se iba a Motril a venderlo y se traía otras cosas como leche y huevos. Recuerdo cuando nos traía cerezas y nos las poníamos como pendientes. Sin embargo, cuando mi padre volvía con las manos vacías, nuestra comida del día podía ser un arenque con un trozo de pan.

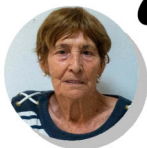


ANA
MARÍN GARCÍA
Varadero

“ Yo llevo menos tiempo viviendo en Varadero, pero sí recuerdo la familiaridad del vecindario, la confianza y el apoyo entre todos y todas. Las cosas han cambiado mucho, ahora hay menos relación entre la gente y estamos más aisladas en nuestras casas. Los barrios se han renovado y ahora conviven hasta tres culturas diferentes en una misma calle.

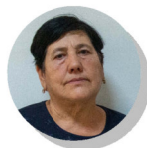
Las Abuelas del Pescao

MEMORIA DE LAS ABUELAS



CARMEN
CASTILLO VACAS
Varadero

“ Su marido era el segundo patrón de un barco, ella iba a ayudarlo a remendar siempre que podía. Se quedó embarazada y con un mes él se embarcó. Se lo dijo por carta porque él no lo sabía.



ANGUSTIAS
GARROTE MARTÍNEZ
Varadero

“ Recuerdo que el puerto era maravilloso, estaba abierto. Mi padre cuidaba el jardín de un chalet cerca de la playa de las coquinas, yo paseaba por allí recogiendo las mientras él trabajaba. Esa playa se llenaba de gente haciendo lo mismo, disfrutando de la playa y paseando.



FRANCISCA
PADIAL YOPIS
Varadero

“ Cuando iba a la playa de las Azucenas, utilizábamos las cámaras de camión para jugar y la corriente nos arrastraba casi hasta Torrenueva. Después había que volver... nuestra infancia era feliz a pesar de la dureza de los tiempos.



ENCARNA
ALCARAZ MOLINA
Varadero

“ La comunidad es lo que gusta, en el barrio las vecinas siempre están dispuestas a ayudar, siempre lo he visto como algo especial que nos define.

~105~



ÁNGELES
Varadero

“ Mi marido también iba a la costa fuera y aunque siempre se ha dicho que estaban ajenos a las decisiones de la familia por las ausencias, estaban pendientes de sus hijos y de su educación.



Mª DOLORES
GUERRERO GRAFIÓN
Varadero

“ Llegando el buen tiempo las vecinas salían a la puerta con sus sillas. Hablar y discutir sobre cualquier tema todas juntas, eran las auténticas redes sociales de la época. Los niños correteaban por las calles: pilla, pilla, la comba, policías y ladrones, churri churri, piola, etc

Las Abuelas del Pescao



MEMORIA DE LAS ABUELAS



MARI CARMEN
GARCÍA LÓPEZ
Santa Adela

“ Cuando niña vivía en lo que ahora es ‘El Dorado’ en lo que es el comedor del restaurante, esa era mi casa. Antes esas casas en verano se alquilaban enteras o bien por habitaciones a familias que venían de Granada a pasar las vacaciones. Recuerdo esos veranos y cuánto jugábamos hasta la madrugada con las niñas que veraneaban allí. Aún recuerdo



ROSA MARI
TORCUATO LÓPEZ
Santa Adela

“ Lo que pescaban los barcos, siempre que no fuera poco, se repartía a cada marinero una pequeña parte de pescado, que ellos llevaban para sus mujeres e hijos. De este pescado, parte se quedaba en la casa, y de lo demás las niñas más mayores lo subían al mercado para poder venderlo, no por el dinero sino para cambiarlo por otros productos de primera necesidad. Si el turno había sido malo, no le correspondía nada. A veces volvían con poco ganado y encima sin pescado. Cuando venían sin nada en las manos ya sabíamos que había sido mala pesquera.

~108~



MARI CARMEN
CARRASCOSA
DE TEVA

“ Recuerdo perfectamente cuando los barcos iban a Costa fuera, hacia Marruecos, y cómo en alguna ocasión las patrulleras apresaban y retenían a los marineros. En una ocasión, llegaron varios barcos al puerto que faenaban en esa zona y nos comunicaron que a mi padre lo habían apresado. De la misma preocupación, mi madre que estaba

“ El mal tiempo en las chozas de cañaveras provocaba miedo, muchas noches las olas las golpeaban, obligando a familias enteras a ir en medio de la noche con los niños a cuestras, al colegio Ave María para cobijarse en sus aulas. Los padres y las madres lo vivían con gran preocupación mientras que para nosotras, juntarnos en aquel lugar era un como un juego.

“ Antaño teníamos hasta tren, recuerdo las vías. En zona de la playa chica, estaban los vagones abandonados. Cuando salíamos del cole jugábamos allí.

“ El Recuerda que los hombres cuando venían de la traíña, traían la morralla y el chanquete y en el Bar ‘El Gallo’ le decían: Manolo, fríe esto... y se lo comían. Estaban allí hasta irse a casa a descansar y después volver al trabajo.

Las Abuelas del Pescao

MEMORIA DE LAS ABUELAS



CHARO
RODRÍGUEZ SABIO
Santa Adela

“ Antes la pesca no era como ahora. Se permitían más cosas y se pescaba mucho más en la playa, hasta el punto que en muchas ocasiones teníamos que hacer un hoyo en la arena para meter el pescado que se iba sacando. No teníamos cestos ni cubos suficientes para todo lo que se sacaba. Todavía se me pone la carne de gallina cuando tirábamos de la tralla y venía la red cargada de pescado y saltando. Había mucha pesca.



MARI CARMEN
PALMA CUENCA
Santa Adela

“ La pérdida de algún familiar o persona cercana en la mar es otra característica nuestra, en mi caso perder a mi sobrino muy joven ‘El Gallo’, fue muy duro. Sabemos que la muerte está muy cerca de los marineros, pero la esperanza y la Virgen del Carmen es lo que nos da fuerza. En mi familia ha habido varios desaparecidos.

“ Los padres de Anita Salguero, compraban los boquerones y los secaban en la puerta, vivían justamente frente a la iglesia. Con sillas ponían los boquerones en cañaveras para secarlos para luego venderlos. ~109~



Santa Adela

“ Aún teniendo tan poco, las familias eran muy felices, no necesitábamos casi nada. Lo compartíamos todo y las puertas de las casas estaban siempre abiertas, eran otros tiempos.



ISABEL
LORENZO RODRÍGUEZ
Santa Adela

“ Mi marido trabajaba en un arte de pesca que ya en Motril se ha extinguido, la marrajera. Estos barcos podían estar de 30 a 45 días en alta mar y volvían cargados de peces espada y tintoreras, entre otros. Cuando sabíamos que venía íbamos al puerto a esperarles ya que luego estaban muy poco tiempo y volvían a marchar.

Las Abuelas del Pescao

MEMORIA DE LAS ABUELAS

“ Para comer pan a veces había que esperar a los barcos de los turnos y de la costa fuera. Los pescadores se llevaban el pan sobrante a su casa, podía tener 8 y 9 semanas.

“ Era habitual en la Bodega, en Padial o el bar del “Caurni” que los marineros pasaran varias horas de su tiempo en tierra. Era el sitio de socializar cuando venían de trabajar y en alguna ocasión “pillaban sus borracheras” y se evadían del duro trabajo. Algunas veces escuchaba a mi padre venir “contentillo”.

“ El puerto fue un barrio con mucha importancia, en ocasiones, en servicios superaba al mismo Motril. La primera discoteca/sala de fiestas que se abrió, era el Anticuario en los bajos del edificio Miami.

“ Estábamos rodeadas de tierras ricas. Detrás de la conservera había fincas de patatas y en la zona de entrada al Varadero, cañas de azúcar. Tanto era así que teníamos hasta una de las fábricas de chocolate más importantes de Andalucía, San Luis, que en aquellos tiempos ya tenían hasta coche de reparto.

“ Cuando entre las redes caía una tortuga, como eso no se vendían en la lonja, se convertía en todo un acontecimiento. Un vecino la cocinaba en una cazuela grande y fideos aparte, (era como ternera) y se repartía para todo el vecindario de la calle. Aunque había familias que vivían bien, la mayoría no disfrutaba de esa suerte, por eso ocasiones como esta se convertían en un festín.

“ Para lavar la ropa utilizábamos las tablas y lo hacíamos en los balates. Algunas personas cuando llegaban los mercantes, dada la necesidad económica, se acercaban a ellos y lavaban su ropa a cambio de unas monedas.

“ Había fincas extensas de subtropicales en nuestro barrio, en donde ahora se ubican los pisillos, junto al actual colegio, se encontraba una de las extensiones más grandes de claveles.

“ En las azoteas se secaban colgados los pulpos secos y cuando hacía mal tiempo tenían ventiladores en la habitación de la azotea y los metían a secar. El secado tiene un gran trabajo detrás, recuerdo cómo mi madre lo hacía: primero lo lavaba con mucha sal gorda para quitarle la babaza y después, enjuagar bien. Lo siguiente era congelarlos, de una a tres semanas, para que estuviera tierno. Después descongelar y secar. Mi madre lo hacía mucho, ese puede ser el causante de los problemas de artrosis que tiene.

Las Abuelas del Pescao

MEMORIA DE LAS ABUELAS

“ El chanquete no se freía, no había aceite, se echaba en la sartén con un poco de perejil y listo, prácticamente se cocía.

“ Era costumbre poner la sartén en mitad de la mesa y compartir directamente. Si se tenía pescado sin raspas o pequeño, se hacía un hoyo en el centro y cucharada de pescado, cucharada de migas. Esta costumbre era muy típica de las chozas.

“ La confianza que se tenía era tal que en las tiendas se vendía “fiao”. Las tiendas del barrio se adaptaban a la dura realidad del momento. Cuando en los barcos se ajustaba, cada familia iba a la tienda y pagaba la cuenta de lo que debía, eran tarjetas de crédito, pero sin intereses.

“ Antes los barcos no llevaban ni una sonda, era muy precario navegar así. Cuando había niebla espesa que no se veía nada, las familias teníamos que ir a la punta del muelle a encender lumbres y con las caracolas hacíamos ruido para darles guía hasta el puerto.

“ La frescura del pescado hacía que los platos tuvieran un sabor especial, familiares que venían de visita destacaban el gusto de cada plato como algo diferente a lo que habían probado en otros lugares. Yo se que eso era por la frescura y la calidad del pescado con el que cocinábamos.

“ Mi abuela era del Varadero y trabajaba en épocas de la monda de la caña de azúcar, ella era la encargada de lavar, por supuesto a mano, la ropa en el lavadero público que había. Tenía las uñas deformadas de frotar y del agua. Como eran familias grandes, las niñas combinaban el ir a la escuela con las labores de la casa, mi madre planchaba, mi tía cosía... cada una tenía signado su trabajo, el trabajo conjunto era uno de los valores familiares.

“ Cuando los barcos descargaban el cemento y se derramaba en el suelo, los niños lo barriamos y llenábamos nuestras latas, para luego mezclarlo con arena y echarlo en unos moldecillos de madera que habíamos fabricado. Esos ladrillos que sacábamos al secar, eran un tesoro para nuestras familias pues cambiábamos las cañas de las chozas, para darle consistencia con muros.

“ El primer teléfono que se puso en el puerto fue el de mi casa. Mi padre, que era comprador, recibía llamadas habitualmente para comprar el pescado. Para llamar, había que hacerlo primero a la centralita de la que se encargaban dos mujeres jóvenes. Mis hermanos y yo, llamábamos avisando de que llegaban sus pretendientes y les gastábamos la broma para reírnos.

Las Abuelas del Pescao



GLOSARIO

A

- A bordo:** En el barco
- Abocaba:** Vaciaba
- Alba:** Amanecer
- Arrobas:** Por garrafas
- Aviar:** Preparar

B

- Baldes:** Cubos de zinc o chapa
- Beber a caliche:** Una forman de beber sin tocar la botella con la boca

C

- Calaban el arte:** Echar el arte a la mar
- Chorraba:** Sacar el arte de la mar
- Costo:** Compra de alimentos
- Cubierta:** Piso del barco
- El caballo:** Era una manguera que sacaba el agua de la mar
- Cerco:** Arte de pesca
- Cañuela:** Cañavera que se utilizaba para poner las espichás
- Copo:** Parte trasera de la red de arrastre, con la misma dimensión de malla

D

- Dársena:** Área que ocupa una parte del puerto.
- Dársena pesquera:** Donde se ubica el puerto pesquero y la lonja

E

- En tierra / a tierra:** En /a casa
- Escoger:** Selección de especies por tipo y tamaño en los pesqueros
- Estibar:** En cubierta se cubría con una capa de nieve
- Espichás:** Boquerones secos u oreados

F

- Fiao:** Pedir algo para pagarlo con posterioridad – (fiado)
- Fiestas:** Se refiere a las Fiestas en honor a la Virgen del Carmen

~113~





GLOSARIO

G

Gente: Marineros
Golpes de mar: Olas

D

Ir a la parte: Después de los gastos, lo que un barco reparte entre sus tripulantes

J K

Jibia: Choco, molusco de alto valor gastronómico y no demasiado coste

L

La costa fuera: Costa marroquí
Las Chozas: Viviendas fabricadas con cañiaveras donde se asentaron las familias de Santa Adela
La nieve: Hielo del pescado

M

Motorista: Marinero encargado del motor
Marrajera: Arte de pesca (Pez espada y Tintorerías)
Morralla: Dinero diario que se le asignaba a los barcos para los gastos diarios. Era repartida entre los marineros

N

Navegación: Travesía / Trayecto en la mar
Neveros: Encargados de todo lo referente a la nieve en el barco

O

Orear: Colgar algo con la intención de que pierda agua y quede semi seco

P

Patrón: Persona que manda el barco
Pillaba: Capturaba
Platera: Fuente o sartén para compartir comida

Q R

Rancho: Donde se guardaba la comida de los alimentos

S

Seco/os: Calderos
Secar: Orear el pescado, dejar al aire

T

Terraíra: Caldero
Turno: Ir a pescar a la mar más de un día

UW

Carmela: Tipo de sartén
Majao: Mezcla de varios ingredientes machacados con ayuda de un mortero para obtener una pasta fina
Ensartar: Atravesar algo con un objeto con punta

X Y Z

Zoquillo: Especialidad motrileña de pulpo con verduras

~115~

TIPOS DE ARTES DE PESCA

~116~

✓ TRAIÑAS

Barcos dedicados al arte de cerco, se hacen a la mar al caer la tarde y están toda la noche pescando. Ya de madrugada arriban en el puerto con las capturas del día como jurel, caballa, sardina, melva, boquerón y distintas especies de la gama de los pescados azules. Además de otras especies que caen en las redes como el lenguado, calamar, brecas, o besugos.

✓ BACAS

Barcos dedicados a la pesca de arrastre, se hacen a la mar en la madrugada y regresan a puerto 12 horas después si pesca "en el día". Los barcos que van al seco o a la isla salen normalmente sobre las 3 a.m. y pueden tirarse varios días faenando. Estos caladeros son más ricos en multitud de especies como las gambas, la Quisquilla de Motril, bocadú, pargos, pijotas, brótolas, cigalas langostas, y camarón, entre otras muchas especies.

✓ MARRAJERO

Barcos dedicados al arte del palangre que utilizan anzuelos para pescar, sobre todo, pez espada (aguja), tintoreras, entre otros. Suelen salir a distintas horas, pero la característica de estos barcos es que se pueden tirar varios días en alta mar, incluso, semanas. Antes los marrajeros se iban a la mar entre 30 y 45 días. Su arte se denomina palangre de superficie.

✓ NASEROS

Barcos dedicados a la pesca con trampas (nasas). Es un tipo de pesca característica para atrapar a la Quisquilla de Motril. Suelen salir a la mar sin hora fija y algunos pescan muy cerca de costa, frente al cabo Sacratif, y otros en caladeros más lejanos.

✓ ARTES MENORES

Barcos dedicados a la pesca más cercana a la costa. Suelen ser más pequeños y faenan todos los días, como las bacas, de madrugada. Obtienen menos cantidad de capturas y suelen llevar muy poca gente en el barco. Lo que más utilizan son las nasas y potes para los pulpos y el trasmallo, así como al palangre de fondo. Este tipo de barcos se denominan Palangreros, Pulperos o Trasmalleros.

✓ Tipo de arte ARRASTRE

Red que va por el fondo y arrastra por el fondo.

✓ Tipo de arte CERCO

Red que se echa en la mar haciendo una circunferencia o forma circular y el pescado queda cercado.

Las Abuelas del Pescao

TIPOS DE ARTES DE PESCA

✓ Tipo de arte PALANGRE: gran tamaño

De fondo, es un tipo de arte muy laborioso que utiliza anzuelos en un hilo continuo que hace de madre, los pescados que suelen capturar son borazos, pargos, samas, brótolas de piedra.

✓ Tipo de arte TRASMALLO

Es más pequeño y pesado, se utiliza sobre todo en zonas más costeras donde el pescado se mete dentro de las mallas y se queda atrapado. Es un arte menor.

✓ POTES O ALTRAMUCES

Trampas para los pulpos. La primera es una especie de bote donde suelen cobijarse o anidar los cefalópodos, mientras que los otros son de barro y tienen forma de ánforas.

✓ NASA PULPO

Jaula de tela plástica, rectangular con una sola entrada y sin salida donde se mete carnada y el pulpo entra a comer.

✓ NASA QUISQUILLA

Tienen formas cónicas/piramidales con una sola entrada y sin salida de tela plástica, donde se mete carnada y la quisquilla entra a comer.

~117~



Las Abuelas del Pescao



AGRADECIMIENTOS

ALCARAZ MOLINA ENCARNA
 ALMENDROS RUBIÑO M^º DOLORES
 ARQUELLADA GUZMÁN MARI CARMEN
 CAMPOY MALDONADO M^º ANGELES
 CARRASCOSA DE TEVA M^º CARMEN
 CASAS GALLARDO MERCEDES
 CASTILLO VACAS CARMEN
 CUMPIAM MARTINEZ M^º PEPA
 DOMÍNGUEZ RUBIÑO EMILIO
 ESTEBAN GARCÍA ANGELES
 FERNÁNDEZ DÍAZ MIGUEL ANGEL
 GALEOTE M ANGELES
 GARCÍA LÓPEZ M^º CARMEN
 GARROTE MARTÍNEZ ANGIUSTIAS
 GUERRERO GRAFIÓN M^º DOLORES
 GUTIÉRREZ ESTEVA ENCARNITA
 JIMÉNEZ LÓPEZ MARISA
 LÓPEZ CANO M^º TRINI
 LÓPEZ CANO MAGDALENA
 LÓPEZ CAMPOY MARÍA DEL MAR
 LORENZO RODRIGUEZ ISABEL

LOZANO RAMOS ROSA
 MACIAS FERNÁNDEZ ROSA
 MARÍN GARCÍA ANA
 MONTES MALDONADO NATI
 MUÑOZ FUENTES MARÍA
 NAVARRO MONTERO AURELIA
 PACO S BAR FM (PADRE E HIJO)
 PADIAL YOPIS FRANCISCA
 PALMA CUENCA M^º CARMEN
 PÉREZ ANTÚNEZ ENCARNACIÓN
 RODRÍGUEZ SABIO CHARO
 ROMERO PARODI M^º CARMEN
 RUBIÑO CALLEJÓN MARIPOSA
 SÁNCHEZ GARCÍA MARIAN
 SPA VÁZQUEZ BERNARDO
 TERRÓN MONTES M^º CARMEN
 TORCUATO LÓPEZ ROSA MARI
 VALERO SÁNCHEZ M^º EUGENIA
 VALLECILLOS LIGERO M^º DEL CARMEN

~119~

Restaurantes

Bar FM
 Restaurante La Piscina
 Restaurante Paquillo
 Restaurante Dorado (Familia López Cano)
 Restaurante Casa Eduardo
 Restaurante Juan García
 Restaurante Katena
 Cocineras Proyecto Quisquillá
Asociación de Vecinos Varadero y Santa Adela

Empresas

Pescados Terrón
 080 Formación – Escuela de Hostelería
 FRADOM Motril
 Caja Rural Granada
Organismos
 Grupo de Acción Local de Pesca
 Consejería de Agricultura, Pesca, Agua y Desarrollo Rural
 Fondo Europeo Marítimo y de Pesca

