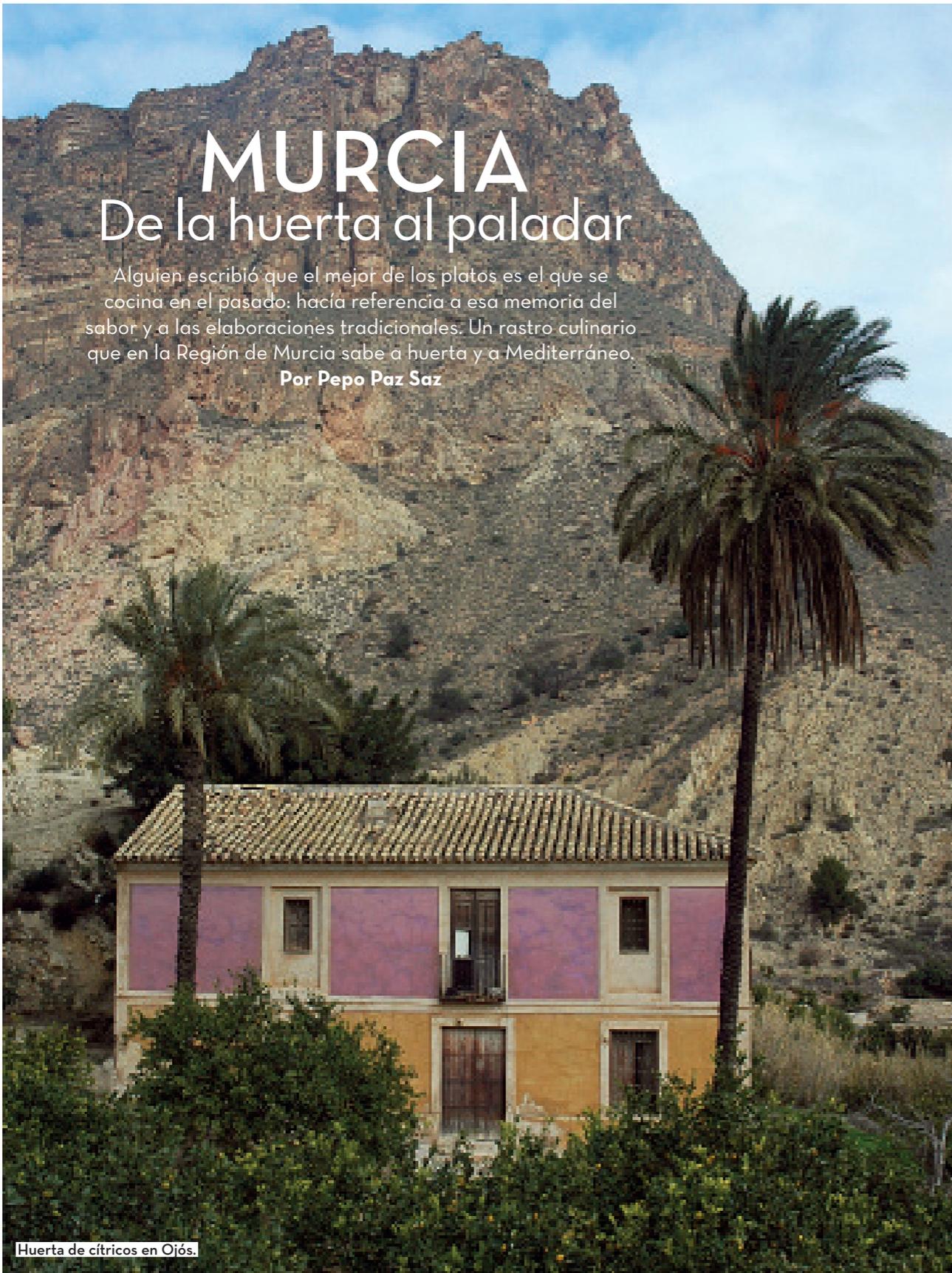


# MURCIA

## De la huerta al paladar

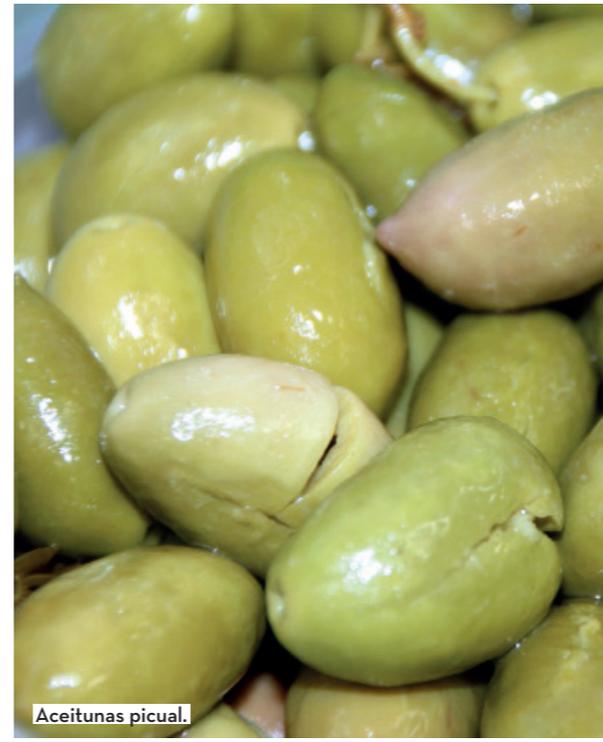
Alguien escribió que el mejor de los platos es el que se cocina en el pasado: hacía referencia a esa memoria del sabor y a las elaboraciones tradicionales. Un rastro culinario que en la Región de Murcia sabe a huerta y a Mediterráneo.

Por Pepo Paz Saz



Huerta de cítricos en Ojós.

FOTOS: PEPO PAZ SAZ



Aceitunas picual.



Verduras de cercanía.



Un clásico de la huerta murciana.



Langostinos del Mar Menor.



**Buen producto, mejores platos.**  
Cultivo de cítricos en Mula. Michirones de Los Zagales (arriba) y alcachofas laminadas con jamón (abajo) de La Parranda.



Nos encontramos, sin duda, ante una de las cocinas con más personalidad del recetario peninsular. Una variedad que alude de manera directa al territorio, dispar, y a las mañas con las que secularmente se han valido murcianos y murcianas para doblegar los rigores de una tierra que, del altiplano a la vega, parecía dotada para otras lides. Y, sin embargo, ahí está la Huerta, vivero incansable de verduras y hortalizas, y alma secular de lo murciano.

Extendida por la vega media del río Segura, en su confluencia con el Guadalentín, la Huerta es una comarca natural que abarca los términos municipales de Murcia capital y, por extensión, los de Alcantarilla, Santomera y Beniel. Sus orígenes se remontan varios siglos atrás, a la época musulmana, cuando aprovechando el legado romano se diseñó una extensa red de acequias y azudes para distribuir las aguas de ambos ríos y transformar el paisaje en un vergel hortofrutícola.

#### EL BANDO DE LA HUERTA

A día de hoy, la Huerta de Murcia sigue siendo uno de los símbolos regionales y a

ella se ofrenda el festejo más popular de la capital, el Bando de la Huerta, fiesta primaveral, multitudinaria y colorista que en 2019 tendrá su desfile un poco tardío, el día 23 de abril, por el retraso de fechas con que se celebra otra de las devociones más arraigadas entre los pimentoneros, la Semana Santa.

El desfile del Bando, con sus carrozas y trajes de época, es una exaltación de la primavera y, por extensión, del saber gastronómico murciano en su totalidad: ahí está el reparto de embutidos, del popular zarangollo –huevo revuelto con calabacín, cebolla y patata–, de los michirones –guiso a base de habas secas– o de ese pisto murciano bien cargado de calabaza. Términos, estos últimos, que nos llevan a otra peculiaridad local: la lingüística. Toma nota para no perderte cuando visites sus mercados: en Murcia al guisante lo llaman pésol y a la judía verde, bajoca; a la coliflor, pava; a la alcachofa, alcacil, y a la patata, crilla.

En la capital hay varios abastos que merecen la pena una visita: en el Mercado de Verónicas (<https://compraenveronicas.es>), situado a dos pasos del Segura >

**Aires mediterráneos.**  
Ojós (Valle de Ricote) y playa de Los Cocedores del Hornillo, en Águilas..



y del Palacio Almuı, podras hacerte con algunos de esos embutidos con marca local como el chiquillo murciano, la butifarra de sangre o de hígado, la longaniza roja o el morcon blanco de Torre Pacheco. Todos ellos a mayor gloria de una especie porcina recuperada: el chato murciano, evolución del gbano, el primitivo cerdo murciano.

Los puestos 50-51, que están en la planta baja del mercado, son el territorio de Paco Consuelo, un entusiasta de la carne de cabrito y cordero segureno: elabora minihamburguesas de pierna de cabrito y de cordero con piñones, orégano y tomillo, entre otras.

Si buscas producto ecológico, acércate hasta el puesto 183 (en la planta superior), donde Mercedes regenta el puesto "La Ecológica de Verónicas": arroz de Calasparra, con D.O.P., pimentón de Totana o ese vinagre de higo o de membrillos aejos de elaboración ecológica de Abanilla ([www.losmajostiendaecologica.com](http://www.losmajostiendaecologica.com)).

#### DE LA SAL AL SALAZÓN

Otra de las señas de identidad de la gastronomía murciana es el salazón, un pro-

ducto que, al igual que sucede en otras partes del Mediterráneo español, está vinculada a la presencia de fenicios y cartagineses en la antigüedad. Se cree que la desaparecida ciudad de Mastia, a la que los arqueólogos sitúan en el primitivo emplazamiento de Cartgena, ya habra sido un importante centro de salazón antes de la llegada del general cartaginés Asdrúbal.

Pero es un poco más al sureste, en el puerto de Mazarrón, donde la arqueología ha sacado a la luz los restos de una importante factoría de salazones romana (tel. 968 595 242).

Como también es de la época romana la explotación de las Salinas de San Pedro del Pinatar, que pertenecieron a la Corona española hasta el año 1.869. La empresa Soso Factory comercializa sal marina de San Pedro del Pinatar desde la pedanía murciana de El Raal (<http://soso-factory.com>).

Si lo que buscas son salazones, en la capital hay otro mercado, el de Saavedra Fajardo ([www.mercadosaavedrafajardo.com](http://www.mercadosaavedrafajardo.com)), donde debes acercarte al puesto de Salazones Auado. Fina Alcaraz ofrece las mejores marcas de bonito en sala-

#### De paseo por Murcia.

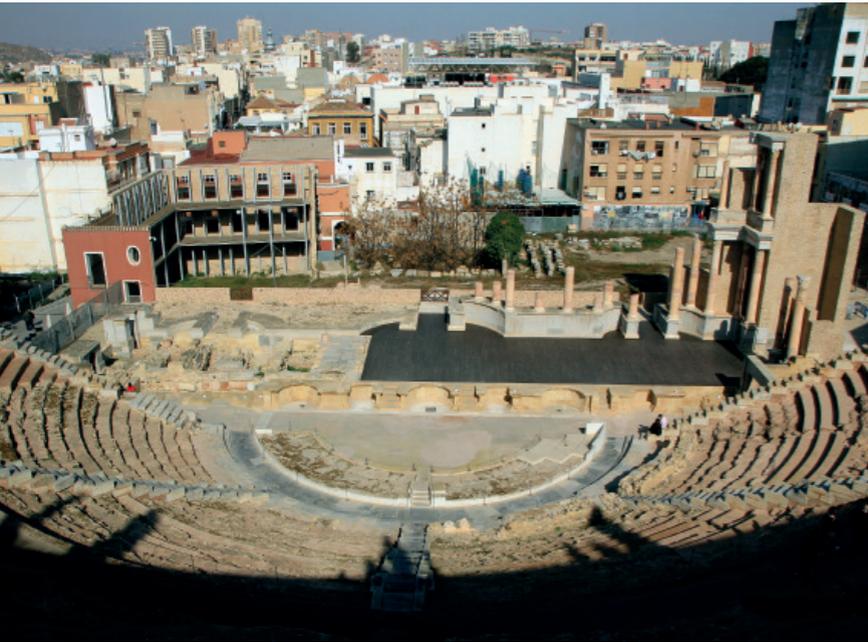
Detalle de la fachada del Teatro Romea y escultura "Venus en bicicleta", obra de Antonio Campillo, delante del Palacio Almuı (al fondo el Mercado de Verónicas)..



#### Sabor a mar.

Patio central del recién inaugurado Mercado de Correos. Bonito en salazón (arriba) y huevas de mújol (abajo), de Salazones Aguado (Mercado de Saavedra Fajardo)..





zón, huevas de mújol, bacalao ahumado y anchoas en salmuera. Podrás llevártelos envasados al vacío o tapear en la misma tienda (aunque la bebida tienes que adquirirla en la cantina del mercado, El Rincón de Paco). En Cartagena puedes encontrarlos en la tienda de Ricardo Fuentes e Hijos (Canales, 15).

Otras empresas dedicadas al salazón en la Región de Murcia son Salazones Diego ([www.salazonesdiego.com](http://www.salazonesdiego.com)) y Garre ([www.salazonesgarre.com](http://www.salazonesgarre.com)), que tienen su centro de operaciones en San Pedro del Pinatar, junto al Mar Menor, patria del caldero, otro de los imprescindibles en la gastronomía regional.

#### OTROS PRODUCTOS DEL MAR

En Cartagena es típico, por San Antón, tomar pulpo a la cartagenera (a la plancha y aliñado con aceite de oliva virgen extra y una gotitas de limón).

Fuera de esa fecha ándate con ojo porque los precios están por las nubes aunque te proponemos algo más original: degustar el garum que elaboran en El Vinañrillo (Canales, 16): sabemos con certeza que no es el mismo que utilizaban los

romanos como potenciador de sabor pero su receta es deliciosa y engarza con la tradición (y devoción) que por estas costas le tienen al atún rojo.

Delicatessen murciana es el atún rojo que se cría en cautividad en varias granjas marinas ubicadas a lo largo de este litoral, entre San Pedro del Pinatar y Cartagena. Se exporta a Japón, cómo no, pero en Cartagena puedes catarlo, por ejemplo, en La Catedral (Plaza Condesa de Peralta, 7), donde Pablo Cerezuela lo ofrece marinado con soja y jengibre y, también, de una manera que te sorprenderá: con su corazón en mojama y almendras.

Y una sugerencia que no debes perderte: la chef emergente de referencia en Cartagena es María Gómez, del restaurante Mañoña ([www.restaurantemañoña.com](http://www.restaurantemañoña.com)), local situado a diez minutos a pie del Teatro romano.

María se formó en las mejores cocinas del país, de Arzak a Ferran Adriá, hace cinco años que echó a rodar este exitoso proyecto culinario junto a su compañero Adrián de Marcos. Servicio escrupuloso, cocina de temporada y menú degustación (70 €) en el que disfrutar de platos como >

#### Historias de ayer y de hoy.

Teatro romano y terraza de la cafetería Columbus en la Calle Mayor de Cartagena.



**Mar y huerta.**  
Plaza de los Héroes de Cavite, en Cartagena.  
Plato de pulpo a la cartagenera de Ricardo Fuentes de (arriba) y plato de alcachofas de la abuela de La Pequeña Taberna, en Murcia (abajo).





la raya a la mantequilla con su torrezno y callos de bacalao guisados o la flor de sobrasada vegetal con sal de pimentón ahumado y miel. Todo ello regado con algún vino tinto de la variedad Monastrell, esa uva tan del Mediterráneo español, con sus taninos suaves y redondos y sus delicadas notas afrutadas.

#### VINOS, FRUTALES Y ACEITES

Los vinos murcianos se elaboran principalmente en el Altiplano, comarca natural situada al noreste de la Región de Murcia, siendo Jumilla y Yecla sus dos capitales vinateras. Ambas localidades tienen denominación de origen al igual que el que se elabora en Bullas. La uva mayoritaria es la Monastrell, que se ha aclimatado a las exigencias de un clima riguroso a la perfección.

Tanto monta, los vinos de Yecla y Jumilla se lanzaron hace años a la conquista del mercado internacional y algunos fueron alabados por gurús norteamericanos de la comunicación como Solomon o el prestigioso crítico Robert Parker.

Hoy los encontrarás en cualquier restaurante murciano. Hay propuestas de

enoturismo ([www.yeclavino.com](http://www.yeclavino.com)) y unas fiestas de la vendimia declaradas de Interés Turístico Regional ([www.fiestadelavendimia.com](http://www.fiestadelavendimia.com)).

Otra fiesta que va ganando en adeptos es la de la floración de Cieza (<http://floracioncieza.es/>), cuando los campos de frutales de esta población de la vega del Segura tornan al rosa súbitamente. Cieza es famosa por sus melocotones, albaricoques y ciruelas. Y el Valle de Ricote, último refugio morisco en el Levante tras la expulsión decretada por Felipe III a comienzos del XVII, por sus cítricos.

Es una delicia pasear por las huertas de Blanca, Ojós, Ulea y Archena siguiendo el rastro del azahar. Los 'foodies' reservarán en El Sordo ([www.elsordo.es](http://www.elsordo.es)), en Ricote. Y, más al noroeste, en las estribaciones montañosas que limitan con el altiplano granadino, el 'aove' de la variedad cuquillo hará las delicias de los aceiteros.

La parada es obligada en el restaurante El Olivar ([www.restauranteolivar.es](http://www.restauranteolivar.es)), en Moratalla, donde Firo Vázquez elabora sus propios aceites y lleva la imaginación a su carta de papeles comestibles en continua evolución. ♦

#### Ratos de ocio.

Playa del Rincón, en Mazarrón y práctica de vela en el puerto deportivo Juan Montiel de Águilas.



Flor vegetal (restaurante Magoga).



Detalle mirador de Cartagena.



Salmonetes de La Veleta.



Restaurante La Pequeña Taberna.



Coliflor o 'pava' murciana.



Viñedos en Yecla.



Plaza del cardenal Belluga.



Pimientos de Cartagena

## MURCIA SELECCIÓN

#### Dónde Dormir

Tryp Rincón de Pepe ([www.melia.com](http://www.melia.com)), 4\* situado en pleno centro de la capital. Amplias habitaciones totalmente equipadas. Hotel Conde de Floridablanca ([www.cataloniahotels.com](http://www.cataloniahotels.com)), situado en el Bº del Carmen, a 5 minutos de la catedral, es un 4\* funcional, luminoso y bien equipado. En Cartagena, B&B Hotel Cartagena

Cartagonova ([www.hotel-bb.es](http://www.hotel-bb.es)), cuatro estrellas que ofrece 100 habitaciones, céntrico y bien equipado. Hotel Alfonso XIII ([www.hotelalfonsoxiii.com](http://www.hotelalfonsoxiii.com)), totalmente reformado en 2018, situado en el Pº Alfonso XIII, moderno y confortable. **Dónde Comer** En Murcia, La Pequeña Taberna ([www.lapequenataberna.com](http://www.lapequenataberna.com)), junto a

la plaza de San Juan, abrió en 1980 y en diciembre de 2017 recibió el galardón a mejor restaurante de cocina tradicional de la Región de Murcia (30 €). Keki ([www.keki.es](http://www.keki.es)) es la apuesta de Sergio Martínez Gómez, galardonado con el premio al Mejor Cocinero de la Región de Murcia y Valencia en 2008. Cocina fusión y viajada (35 €). En Cartagena,

La Catedral ([www.lacatedralcartagena.com](http://www.lacatedralcartagena.com)), junto al Teatro Romano y especializado en salazones y huevas (45 €). Magoga ([www.restaurantemagoga.com](http://www.restaurantemagoga.com)) es la propuesta culinaria cartagenera emergente (70 €). **Cómo llegar** En tren. Debido a las obras en la infraestructura, Renfe ([www.renfe.com](http://www.renfe.com)) oferta un servicio combinado tren+bus

de Madrid a Cartagena en 5 horas (36 €) y a Murcia en 4 horas (31 €). En coche. Madrid dista 400 km de la capital murciana y 444 de Cartagena. Hay que tomar la autovía A 3 hasta Albacete y luego continuar por la A 30. **Más información** Turismo de Murcia. Tel. 968 341 818 y <http://turismodemurcia.es>