

la cereza



Trabajo realizado por :

Anselmo Bonfill Granell

Joaquín Ferreres Sabater

Pascual Calduch Traver

Eduardo Ferreres Castell

Seu del Nord, Sant Mateu

Proyecto de investigación:

Antropología e historia de los
productos naturales y la gastronomía
de nuestro entorno

Curso 2018-2019

Dedicatoria:

No sería de justicia agradecer la oportunidad que se nos brinda en este apasionante curso de la UGJ Senior para magnificar la existencia en nuestro mundo de uno de los productos estrella en la diversidad gastronómica, La Cereza, simbolo de salud, vitamínico, ancestral desde los tiempos más remotos de la existencia de nuestro mundo, como el aire que respiramos, alimento deseado, cereza, reina de todas las frutas, dulces sabores, mejor medicina natural, pureza ancestral, motor de nuestros sentidos, placer de nuestra lujuria gastronómica, cereza, grande de entre las grandes.

LA CEREZA

INDICE

EVOLUCIÓN ANTROPOLÓGICA E HISTÓRICA DE LA CEREZA.....	4
CUALIDADES DE LA CEREZA.....	8
RECETAS	
PRIM EN SIRERES.....	9
LICOR DE CEREZAS Y MERMELADA.....	10
CONCLUSIONES.....	11
BIBLIOGRAFIA.....	12

LA CEREZA

EVOLUCIÓN ANTROPOLÓGICA E HISTÓRICA DE CEREZA

La Cereza, la *Prunus Cerasus*, (ácidas) y *Prunus Avium* (dulces), de la familia de las rosáceas, es un fruto muy apreciado en la gastronomía por sus delicias gustativas y alta riqueza vitamínica.

La Cereza tiene su origen en Europa y sudoeste de Asia por lo que ha formado siempre parte de nuestro entorno natural y herbóreo.

Sin duda, ya formaba parte de la dieta que nuestros antepasados, los primeros pobladores que habitaron las cuevas de los valles y suaves montes mediterráneos hacían acopio de esas sabrosas cerezas contribuyendo sin duda, con sus variedades, al desarrollo de la especie humana en nuestro hábitat natural.

Las cerezas de nuestra Iberia se emparentaron con otras variedades *Prunus*, de sabor ácido procedente del mar Caspio y el mar Negro.

Los griegos en el 300 a.C. la consideraban como una fruta exquisita y necesaria, así como los persas y los romanos.

En el Reino Unido no llegó a conocerse hasta mediados del siglo XVI, siendo los responsables de colonizar la cereza en las nuevas tierras de América, los Estados Unidos, concretamente Massachusetts, creando la variedad denominada Kentish Red de producción tardía.

En España las variedades autóctonas se han caracterizado por su sabor dulce y agradable, diversificándose su uso no solo como fruta, sino como producto altamente cotizado en la repostería (1) y posteriormente con las investigaciones llevadas a cabo en los laboratorios, su riqueza vitamínica.

Las variedades que hacen presencia en este Valle del Ángel de Sant Mateu y la Salzadella, han sido muy numerosas, de todo tipo, dulzor, calibre, tempranas, tardías, destacamos la temprana Early Bigí que a finales de Abril se apresura para hacer acto de presencia y competir con la más preciada cereza que en meses posteriores seguirán apareciendo y compitiendo en belleza y calidad.



LA CEREZA

La cereza, la *Prunus Cerasus*, (ácidas) i *Prunus Avium* (dulces) de la familia de las rosáceas, es un fruto muy apreciado en la gastronomía por sus delicias gustativas y alta riqueza vitamínica

“La Garrofal”, autóctona del Maestrazgo, milenaria en su presencia, dulce, agradable, crujiente, no presenta los colores tradicionales de la cereza más moderna pero es exquisita y de buen sabor.

La cristalina, Burlat, Summit, Sweet Early, Cristobalina, Primulat, Nimba, Early Lory, Royal, Rubi, Santina, Prime Giant, Celeste, New Star, 3/13 Canada Giant, Lains, Somerset, todas ellas se cultivan en los campos de la Salsadella, Sant Mateu y municipios de la comarca por su tolerancia al clima y al terreno, existiendo muchísimas variedades, sobre todo tardías que no encajan lo suficientemente en este clima mediterráneo.

Todas ellas de diversos tamaños, injertos procedentes de países como, Canadá y Francia, variedades nuevas que apuestan por la máxima calidad en cuanto a calibre, aspecto y sabor, son las reinas en estos momentos de los mercados más cotizados del mundo.



LA CEREZA

Ya lo decía Aristóteles, “El proceso de producción de la naturaleza, surgen de una necesidad”, necesidad imperiosa en que la cereza no fue una excepción. (2)

Prunus cerasus reina de mis deseos gastronómicos, bálsamo para las papilas gustativas que claman con satisfacción cuando tu jugoso sabor estalla en el crujir de la pulpa más deseada, manjar de sacerdotisas de ateneas, de los dioses del Olimpo que en la Grecia antigua pudieron degustarte como delicioso manjar ancestral de los Dioses.

Aristóteles, Sócrates, Platón, todos magnificaron tu belleza, tu sabor, tu aportación a la salud, a la vida, eras la reina de su paraíso soñado.

En nuestro Valle del Ángel, Maestrazgo, hiciste acto de presencia junto con los bosques más bellos de este, nuestro paraíso, encinas, alcornoques, sabinas, lentícius, azebuches...cerezos, formaste parte de nuestra evolución humana medioambiental.

Nuestros ancestros más lejanos, los prehistóricos de la cueva del Civil, Valltorta, Tirig, Benassal, Ares, compartían tu sabor en los mejores y succulentos manjares de la época, combinabas con la carne, se buscaba el equilibrio nutricional, formabas parte de nuestro mundo...de nuestra historia.

No tardaron los Fenicios en sus trueques económicos de aportarnos otras variedades del lejano oriente que como una simbiosis perfecta mejoraste tu sabor... tu belleza...tu frondosidad, te llamaron “Garrofal”...¿Sería por la espectacularidad de tu porte?, sea como sea, te atamos fuertemente en nuestra cultura, formaste parte de ella durante muchas generaciones, hasta nuestros días, ¡¡Ave prunus cerezae!!, dirían los emperadores romanos en su ruta, primero por la vía Hercúlea y después por la Vía Augusta a su paso por estas tierras frondosas de pastos, agua y en el descanso del caminar y en su ruta hasta la Roma Imperial, refrescaban y endulzaban los pretorianos de tu exquisita existencia.



LA CEREZA

Interminable sería la lista de reyes, Papa, embajadores, consejeros, nobles de todos los reinos a su paso por este valle del Ángel, agradecían y magnificaban tu sabor, sigilosamente los convertías en adictos a tu naturaleza... una... otra... otra... iban desfilando sin parar para cumplir los deseos de los nobles personajes que no cesaban en magnificar tu existencia mientras te degustaban pacientemente.

Adquiriste fama en la medida que las reposteras palaciegas confiaban en ti, hacías acto de presencia en sus más exquisitos banquetes, tus aportaciones jalonaban la satisfacción de las papilas gustativas, todo un manjar, “prim en sireres”, mermeladas, cerezas con ausenta, licor de cerezas, sopas, ensaladas, salsas, postres y ya en nuestros tiempos helados y como la summum de la repostería la cereza con ron y chocolate, manjar delicatesen, solo exclusivamente, para sibaritas.

Cuando muestras tus preciosas flores blancas en el equinoccio de la primavera, aparecen en nuestros recuerdos los ritos y culturas de nuestros ancestros.

Los japoneses te consideran como la belleza en estado más puro, la flor de sakura, símbolo de pureza, emblema del bushi, caballeresco, ideal de las vidas de los samuráis, festival de hanami, emblema nacional de Japón.

Nuestros pequeños ansiaban con deseo imperioso tu llegada, los niños con el cayado del abuelo querían arquear tus frondosas ramas para acopiarse de las deseadas cerezas, no menos las niñas, coquetas ellas que buscaban ansiadas las cerezas emparejadas para lucirlas en sus orejas como si emularan a las más hermosas de las princesas, toda una cultura de un pueblo transmitido de generación en generación, vida de nuestro cuerpo y placer de nuestros sentimientos.

No faltaban en el acompañamiento de la recogida de las cereza los canticos tradicionales de este valle frondoso, pues sin ellos, era imposible de llenar los cestos que deseosos esperaban impacientes el preciado fruto, la prioridad en llenar los estómagos, superaba con creces la voluntad de llevar algunas cerezas para degustar en los siguientes días pacientemente en casa.

Fiesta de la cereza, de la primavera, del buen tiempo, del amor por la naturaleza... de nuestra vida.



LA CEREZA

CUALIDADES DE LA CEREZA

Los científicos aportan con sus investigaciones anécdotas enriquecedoras sobre los deseos de los seres humanos en algunos productos alimenticios. ¡No forcéis a los niños a comer lo que no les apetezca, pues recibe órdenes desde su interior!... ¡pues no lo necesita su cuerpo, es más sabio que nosotros y nos lo comunica a través de los deseos! ¿Porque la cereza produce ansia adictiva en su consumo?...porque su riqueza vitamínica, despierta las necesidades del cuerpo para fortalecerlo y estabilizarlo,...sabia naturaleza...dirían nuestros filósofos, nada hay de nuevo, todo es comprensible, la naturaleza sigue su curso, cubre sus necesidades de donde puede, prunus cerezae, energía de mi cuerpo, equilibrio de mi mente, templanza de mis impulsos, sosiego de mi paladar... prunus cerezae... grande... grande... grande.

En cuanto a la riqueza vitamínica no te contentas con emularle al arándano o a las fresas en tu contenido de vitamina A, beta-caroteno, aportas 19 veces más vitamina A... Potasio, vitamina C, E, magnesio, hierro, ácido fólico, fibra (3).

Depurador intestinal, con tus pigmentos antocianinas nos aportas la mayor riqueza que existe en cualquier fruta de flavonoides de grandes propiedades depurativas, antioxidantes muy poderosos, según la Universidad de Arizona EEUU, eres notablemente beneficiosas para el tratamiento del cáncer, alzhéimer y enfermedades cardiacas (melatonina).

Ayuda tu consumo a la salud del cerebro y a la prevención de la pérdida de memoria.

Reduces la inflamación y los síntomas de la artritis y gota, el riesgo de la diabetes, cierto que en el interior de tu semilla conservas y proteges la parte negativa de tu existencia, semilla toxica que la naturaleza se encarga de que jamás salgas del interior de tu hueso, guardada como en cámara acorazada para no producir alteraciones en la salud, aunque el hueso sea tragado por error inconsciente, sabia naturaleza que protege a los seres vivos en la supervivencia de su acción gustativa.
(4)



LA CEREZA

ALGUNA RECETA ELABORADA A PARTIR DE LA CEREZA

Nos vamos a centrar de entre multitud de recetas que forman parte de su riqueza gastronómica, en las que por su tradición han marcado a través de la historia de nuestro Maestrazgo una calidad exquisita en sus propiedades gustativas:

PRIM EN SIRERES.

De obligada elaboración, cuando las cerezas llegan en su punto de maduración, el dulzor se dispara de entre su pulpa, adquieren color negro y es cuando los deseos reposteros de nuestras artesanas, invitan a hornear estos deliciosos “primos”.

RECETA:

Harina, un huevo, una tacita (de café) con aceite, tres de agua, una de azúcar, un kilo de cerezas (de las más duces y sabrosas), corteza de limón, treinta gramos de levadura panadera.



LA CEREZA

LICOR DE CEREZAS

Se llena el tarro de Cerezas, una ramita de canela y se le añade el licor (Aguardiente, Ausenta)



MERMELADAS.

Un kilo de cerezas y 350 gramos de azúcar aproximadamente ya que se tiene que buscar el equilibrio con el dulzor de la cereza.



Estas son las principales recetas que todos utilizan desde generaciones en sus casas cuando llega la recolección de la cereza.

El desarrollo gastronómico y repostero, han hecho que se investigue las cualidades de la cereza y acabe su presencia en las sopas, helados, y combinaciones múltiples que le da juego en sabor y calidad.

Con esta aportación, hacemos un homenaje a una de las frutas más importantes en su existencia y sin embargo muy desconocida por sus aportaciones gastronómicas y medicinales.

QUE APROVECHE.

LA CEREZA

CONCLUSIONES

La conclusión de todo lo que en este trabajo hemos reflejado se resume como un pequeño homenaje a una de las mejores frutas que existe en nuestro Mundo.

No solo por su calidad, sabor, digestiva, sino por las cantidades ingentes de vitaminas que posee, teniéndose en cuenta que existe desde los tiempos más ancestrales, se le considera como necesaria para la supervivencia de los seres humanos.



LA CEREZA

BIBLIOGRAFÍA

- (1) <https://es.wikipedia.org/wiki/Prunus:cerasus>.
- (2) Aristóteles-El Arte y la Felicidad-masdearte.com.
- (3) <https://www.google.es/search?source=hp&ei=dJOKXI7vIZCiUpbRnsgC&q=cerezas+propiedades+medicinales&oq=>
- (4) <https://ecocosas.com/cocina-y-alimentos/cerezas-propiedades-beneficios/?cn-reloaded=1>
- (5) Fotografías Autor y:
<https://www.google.es/search?q=cerezos+en+flor&tbm=isch&tbs=rimg:CQ4a8U8flQOSIjieH5K>
<https://www.google.es/search?biw=1567&bih=831&tbm=isch&sa=1&ei=K0i-XNSCH82MlwSv>