

La elaboración doméstica del pan nel oriente d'Asturies comu espresión de l'autarquía campesina tradicional

ELOY GÓMEZ PELLÓN

Los camudamientos qu'afeutaren al campu asturianu en sieglu caberu fueron tan grandes que terminaren tresformando dafechu les estructures agraries. Estos camudamientos veníen anunciándose polo menos dende'l sieglu xvii, pero teníen tan pocu puxu que nun ficieren que llegara darréu la ruptura de lo que pue llamase 'l modelu campesín tradicional, afitáu n'Asturies dende tiempos baxomedievales. Namás al entamar el sieglu xix principiáse a notar el desanicu, poquiñín a poco, del vieyu modelu, que, sicasí, nun sería una realidá hasta la segunda mitada d'esi sieglu, anque'l procesu nun quedó xeneralizáu hasta les primeres décadas d'esta centuria, con dellos matices. La casería, auténtica unidá d'esplotación del campu asturianu que sobrevive al tiempu pasáu, ye un reflexu de lo acabante dicise.

Comu n'otres partes d'Asturies, na zona oriental la casería vien representando'l sustentu de la familia campesina dende hai sieglos. La casa pa vivir y los edificos anesos (cuadra, horru o panera y otros) y los campos propios

son el sofitu d'un grupu humanu que s'afita nos llazos familiares. Los campos de la casería yeren les tierres de cultivu cerealista y los praos, asina comu'l güertu familiar, parceles del monte y aprovechamientos comunales. La so estructura ye, entós, la mesma que la de les otres partes d'Asturies, porque respunde a una estratexa adautativa, de tipu ecolóxicu, que tien los mesmos nicios hestóricos que los del conxuntu d'Asturies y de la España northeña.

Esta unidá d'esplotación cumplió coles necesidaes de la familia campesina dende tiempos medievals, anque de forma diferente pola mor de la evolución. Pero hai delles carauterístiques que se caltuvieron, gracies a la so eficacia pa cumplir les sos funciones, faciendo de la casería una institución de primer orde, lo mesmo dende'l puntu de vista económicu que dende'l puntu de vista social. Ente eses carauterístiques alcuéntrase la poca superficie de les tierres, asina comu la muncha parcelación de les mesmes. Pero, y en primer llugar, estes pequeñes dimensiones de la casería, que vienen del interés de los grandes propietarios, o seya, los monesterios sobretoo por sacar les mayores ganancies de les sos posesiones, permitieren a los campesinos trabayar direutamente la tierra, comu arrendatarios primero y comu propietarios anguañu, dempués de llograr la titularidá d'ello.

Ye evidente que la parcelación de la tierra ye una estratexa adautativa que-y dio l'espaci u cerealista a les partes más llanes de les aldees, nes *eríes*, formando campos abiertos arrodiados pola sebia, mientres a los praos-yos fueron reservaos los llugares más húmedos de llau de los ríos o los sitios cuestos. Esta organización de la casería ye la que s'alvierte perfeutamente nes tierres baxes del Oriente d'Asturies, y sobretoo nos conceyos de la marina, onde la orientación económica foi más bien agrícola hasta la segunda mitada del sieglu pasáu, pa dende esi momentu facese ganadera y crecientemente intensiva.

Nes parroquies altes de la montaña, la ruina disposición

de tierras apropiadas para la agricultura dio lugar históricamente a una organización esencialmente ganadera, de carácter extensivo o semiextensivo, que siguió con fuerza hasta ahora, por la imposibilidad de la casería tradicional para adaptarse a las necesidades de una ganadería intensiva moderna. En parroquias más altas de los concejos de Cabrales, Cangues d'Onís y Amieva xúbese'l ganáu a les vegues de la montaña al terminar la primavera y cuando los calores del branu se faen más fuertes van a las *mayadas* de los puertos de la raya, bajando al principiarse la seronda, optimizando así el aprovechamiento de los pastos.

La casería afitose a la subsistencia, autoabasteciéndose como unidad de producción, autárquica y zarrada. Namás nos años venti d'esti sieglu hai una transformación, que primero afecta a la marina y los valles bajos pero después entra en el interior, atopando más dificultades en las zonas más altas.

Si la institución de la casería fue para caltenese esto debióse a la su versatilidad, que siempre tuvo de llau de la ventaxa de la transmisión íntegra, como unidad de producción, entre generación y generación. La indivisibilidad del patrimonio representó una garantía gracias al matrimonio y la herencia. Por la mor del matrimoniu aseguróse la reproducción social del grupu domésticu na figura del herederu. Esta herencia indivisa transmitióse según la fórmula que diz que'l varón tien preferencia so la muyer y el más vieyu sol más nuevu. La flexibilidad d'esta fórmula contribuyó al éxito de la institución.

Estos cambios signifiquen pasar d'un mou de vida que podemos llamar tradicional a otro modernu. Desaniciase un mou de producción domésticu, pal usu de la casería, o seya, de subsistencia, y llégase a otro mou de producción de tipu mercantil y con excedentes destinados a la comercialización. Este cambiu notarase en paisaxe rural así como en los costumes y en las instituciones.

LA ESCANDA

Al afitase la vida tradicional na subsistencia, la producción empobinábase a lo más necesario pa consumir, primero los alimentos y dempués les otres necesidaes, comu ye'l casu de los pagos n'especie por distintos conceutos, particularmente la renta. Los bienes que nun se consumíen diben a los mercaos a comercializase, dando-y al campesín la oportunidá de llograr los pocos productos que nun daba la casería.

Poru, la producción d'alimentos yera lo más importante, en cuantes qu'asina cubríase la dieta diaria, ruina y seguramente antes de la producción d'escedentes. La supervivencia de los campesinos llográse namás gracies a munchísimu trabayu, qu'entavía tuvo que ser más grande dende'l sieglu XVIII al crecer la progresión demográfica, y too ello fizo emigrar a muchos campesinos del Oriente d'Asturies, especialmente a América.

Esta dieta campesina tenía comu sofitu les lleguminoses y los cereales. *Lashabas* cocíense con tocín y formaben, de llau del pan y del lleche y los sos derivaos, los alimentos básicos. Yera una dieta monótona y desequilibrada, porque yera perruín el consumu de carne, que namás apaecía nes celebraciones familiares o comunitaries. La dieta reforzábese estos díes o cuando'l trabayu yera más fuerte y la sidra, o en dellos casos el vinu, enriquecía les comíes. Pero paez que fue'l pan el fundamentu d'esta dieta campesina de subsistencia.

Esti pan, fechu na mesma casería y colos medios propios, yera principalmente de maíz nos conceyos costeros orientales dende'l sieglu XVIII polo menos, aunque la elaboración tradicional del pan blanco, de trigu o d'escanda, caltúvose nes caseríes nestos conceyos hasta finales de los años venti del sieglu presente. Namás dempués de la Guerra Civil la escanda tuvo otra vuelta unos años de puxu nes eríes. Nes parroquies asitiaes nel fondu de la rasa costera oriental caltúvose'l centén nel sieglu XIX, pero

ocupando poca tierra y más cola finalidá d'alimentar a los animales (segao verde, ensin espigar) qu'a los homes. Nes tierras altes, onde siempre hubo pocu maíz, caltúvose'l consumu de pan blanco, fecho na casería, hasta finales de los años cincuenta, pero nos últimos tiempos el trigu de Castiella sustitúi a la escanda, mientras les caserías van empobinándose más al ganáu qu'a l'agricultura.

El pocu ésitu de la escanda na zona oriental d'Asturies tien que ver cola ruina disposición de les tierras calcáries, mui llavaes pol clima, pa esi cereal. D'otru llau, comu nel Oriente astur tuvieren los monesterios poca influencia na propiedá de la tierra (al revés que nel Occidente) y comu foi pequeña la influencia del mayorazu, dióse llugar a un tipu de caseru propietariu d'una parte de la propiedá total. Esto fizo que se dedicaren poques tierras a la escanda, pa les obligaciones contractuales, mientras gran parte de la tierra dedicábase al maíz y a les fabes, con munchu ésitu. Esti fechu, que yá yera una realidá notoria en sieglu XVIII, cuando la cosecha d'escanda yera una cuarta parte de la de maíz, fizose más acusáu en sieglu XIX, reduciéndose munchísimo la escanda.

Nesti sen, dende los años venti la escanda conviértese en testimonial. El so desaniciu coincide cola llegada, poquiñín a poco, del pan de trigu industrial nos años trenta, al abrise la vieya autarquía de les caserías gracies a los beneficios de los escedentes. La elaboración del pan d'escanda alitó otra vuelta unos años dempués de la Guerra Civil, pa más tarde quedar desaniciado. En cuantes al pan de maíz, caltúvose hasta los años sesenta, cuando nes caserías terminó imponiéndose'l pan de trigu industrial.

El paisaxe agrariu atestiga la importancia qu'en vieyes dómines tuvieren los cultivos de cereal. Mientras hubo escanda, comu cereal d'iviernu tenía qu'haber na ería un espaciu pa ella, estremao del maíz comu cereal de primavera y que tien el mesmu ciclu que *las habas*. Hasta los principios del sieglu XIX yera frecuente qu'hubiera una ería

del pan y nella cultivábase la escanda, pero más tarde pasó ésta a tar nun espaciu separtáu nes eries onde se semaba yá namás maíz y fabes. Esti espaciu estremábase gracies a una divisoria o *medianil*, con *portiella* propia, onde los vecinos teníen los sos *cuadros* correspondientes.

En desaniciándose'l barbechu na mariña oriental en sieglu XVIII, la escanda cultivóse rotatoriamente en tres años: el primeru pa la escanda y los dos que veníen darréu pal maíz y les fabes con rendimientos equilibraos. La escanda, que produz mal en terrenos mui cuchaos, semábase a mediaos d'avientu, aprovechando la fertilización del añu anterior col maíz y tamién el pasu de los animales na *derrota*. La tierra preparábase en terminando *la derrota*, pel venti de noviembre, usando la *endeza*, que ye un llabiegu cuadrangular, rústicu y de madera y que s'alcuentra xeneralizáu en Noroeste peninsular y en tola costa atlántica europea.

Esti llabiegu, al tener un *sechoriu*, repón a dures penes la capa fértil de la tierra, que va abriendo cola punta de fierru que se llama *reya*, que col *sechoriu* levantaba poca tierra. Dempués d'unos díes y n'aireándose la tierra (*puprise*), igualábase y desterronábase la tierra col *rastru* o *rastra*. Entós ye cuando se semaba la escanda, *a voléu* o *a riega*. Pa semar *a riega* úsase otru llabiegu de madera, de los llamaos *de cama*, que tamién s'alcuentren en Cantabria, Castiella y parte d'Andalucía y Estremadura, asina comu en Cataluña y tola faza mediterránea.

La simiente tapábase otra vuelta col *rastru*, rastrando perpendicularmente a los riegos del llabiegu si se semó *a riega*. Al terminar xineru sallábase con *zarcillos*, fesories de mangu mui cortu. Dempués d'esti duru trabayu, si la cosecha nun pasaba de multiplicar por cuatru lo semao, considerábase corta, anque nes parroquies de tierres altes nin siquiera los paisanos yeren a sacar el triple de la simiente, preba ésta de lo muncho que s'invertía y de lo poco que se ganaba. Pero la coyida yera'l trabayu más cansáu.

En dorando les espigues los homes diben separtando'l tallu de la espiga gracias a *las mesorias*, dos palos que s'agarraben comu pines y que medien unos cuarenta centímetros. Los manoyos d'espigues llevábense en *maconas* fuera de les tierras pa mayalos en tando dos o tres díes al sol. Dempués los homes con pequeñes foces o *segotes* diben cortando los tallos pa formar dempués *hacinas*, que más tarde valien pa comer los animales.

Pa *mayar* la escanda espardiense les espigues nes espuertes, onde-yos daben güelpes hasta quita-yos el granu. Pa ello usábense *las mayas* que son dos palos articulaos gracias a una correa, de manera que'l más llargu, de poco más d'un metru, ye'l que se garra coles manes. Los homes pónense en dos fileres unos escontra otros y mayen alternativamente y con orde. Costaba caro mayar porque'l granu d'escanda pégase más que'l de trigu. N'estremando los granos, amontonábense pa echalos al aire y apartar asina la *ponxa*. El granu quedaba asina preparáu pa llevalu al horru y defendelu de la humidá.

El granu d'escanda, *la fisga*, ta dientru d'una cápsula o *erga*. Pa sacar *la fisga* fai falta *desergar*, con unos molinos de mano, nes tierras altes del Oriente, o hidráulicos, na mariña en dellos casos. Los molinos de mano llámense *rabiles* y tresformen el movimientu vertical d'una rueda dentada, movida polos homes agarraos al *rabil*, en movimientu horizontal d'un tambor de madera y que fai mover la rueda d'arriba so la d'abaxu. Asina va desergándose'l granu nos molinos de *rabil*, mientras que nos molinos hidráulicos ye l'agua la que mueve una rueda vertical al caer del *cubu* o depósitu. Dempués de desergar hai que *pañerar* el resultáu de desergar p'asina estremar la *ponxa* del granu, que yá pue molese pa faer el pan.

El granu molíase nos molinos asitiaos pelos ríos del Oriente asturianu y que tienen el mesmu funcionamientu pal maíz que pa la escanda. El molín de rabilar alcontrábase nel mesmu edificiu del molín o n'otru mui cerca. De

llau del molín había tamién un fogón pa secar bien los granos cuando facía falta, porque sinón les muelas podíen *encudieyar*, o seya, dexar de funcionar porque ente ellos formábase una pasta fariñoso. En tando'l granu a puntu echábase na *tremoa* o *tremolia*. El granu baxa pel *molenilla* hasta llegar a les muelas, onde la muela d'arriba al xirar enriba de la d'abaxu, que ye más gorda y grande y ta quieta, va esfaciendo'l granu. El granu pue ser más o menos fino según se gradúe la distancia ente les muelas. La fariña va cayendo al *bandal* o *branzal*.

Entrambes muelas tienen *rayos* o radios acanalaos, pero en diferente direición y dalgunos rayos son más anchos pa que salga la fariña. Cuando les muelas de desgastaben había que facer la *picadura* con unos martiellos llamaos *picos*, pero antes fai falta llevar les muelas con una *cabria*, que tien una abrazadera. Cuando más se molía faciense dos o tres picadures per selmana. La muela d'arriba xiraba gracies al exe que tresmite'l movimientu del *roderu* o *rodeñu*, gran rueda vertical con recipientes aconchaos nos que cai l'agua dende'l *cubu* o depósiu d'agua. L'agua del ríu nun llega direutamente al *molín*, sinón qu'una *riega* ye la que lleva l'agua desviao hasta'l *cubu*.

Los molinos del Oriente d'Asturies teníen a media altura y de llau de la puerta al entrar una piedra saliente p'ayudar a descargar los sacos de granu. Estos molinos, auténticos espacios de sociabilidá, yeren grandes, de cubierta a dos agües y con tres o cuatro muelas funcionando, dalguna d'elles pa la escanda mientras les otres yeren pal maíz. Xeneralmente yeren de titularidá privada, especialmente en casu de los grandes propietarios, que gracies a que cobraben n'especie del mesmu granu (midiendo cola *maquila*) aumentaben la so renta. En dellos casos yeren molinos pequeños, con cubierta d'una vertiente namás y con una muela que valía pa la escanda o pal maíz. Fueren más bien raros nel Oriente Asturiano los molinos *de vecera*, moliéndose por turnos.

Cola fariña, guardao nun arca de madera, amasaba y facía'l pan la muyer, que yera adulta y esperta o nueva pero cola direición d'aquélla. La fariña bien cerníu poníase na *masera*, tabla de madera, nuna cantidá que nun pasaba de los diez o quince kilos. Abriase un furaquín y nél echábase'l formientu o *diellu*, preparao la nueche antes. Asina ye comu entama l'amasáu de la fariña, el formientu y l'agua templao, puesto nuna *batea*. La muyer tenía que llograr cola fuerza y habilidá de les manes una masa compacta, partida dempués en *bollos* o *panchones*, de forma allargada y d'un kilo de pesu más o menos, que se sobaben muncho. N'otres ocasiones faciense con forma redondeada, comu *hogazas*. Faciense tamién bollos pa los neños, llamaos *palominas* o *palominos* a los que se-yos ponía unes fabes comu güeyos, al tar cerca de dalguna fiesta.

Los *panchones* o *hogazas* envuélvense nuna sábana dedicada a ello, pa que dielden convenientemente. Mientres, el fornu atizase con *árguma* y *rebolla* y cuandu ta caliente bastante bárrese y arrástreñense col *badillu* les ascues, que queden xunto a la *boca del hornu*. Ye entós cuandu se mete en *hornu* la masa con una pala de madera pa dempués zarralu dafechu pa que nun marche'l calor, apegando bien la *tapadera* con barru y trapos. Anque'l procesu dura polo menos dos hores, ábrese'l fornu pa remover los panes y que cuezan toos bien. El resultáu tien que ser un pan semitostao y, o seya, *robráu* y non emblanquisnao y blando.

Munches cases del Oriente d'Asturies, especialmente nes parroquies interiores, siguen enseñando per fuera la presencia de los vieyos *hornos*, asitiaos cuasi siempre na cocina que ta na parte baxa de la casa. Pero n'otros casos el llugar del fornu ye *las corraladas*, apegáu o non a dalguna tapia. Tien una cámara semicircular y abovedada, fecha con ladrillu macizo y refractario, comu'l suelu. Estos fornos usábense xeneralmente una vez a la semana, polo menos según atestiga la tradición oral, y conservárense

más nes tierras altes de Peñamellera Alta, Cabrales, Onís y Cangues d'Onís, onde entovía a mediaos de sieglu siguiase faciendo esti pan, anque con fariña de Castiella de munchu tiempu antes.

EL MAÍZ

Pero, según lo dicho enantes, el maíz yera'l cereal dominante na dieta de la mayoría de la xente del Oriente d'Asturies, cola esceición de les de les tierras más altes y difíciles. La panificación del maíz fizose mui importante namás llegar a Asturies en sieglu xvii y darréu pasó a ser el sofitu básicu de l'alimentación, non namás en cuantes pan, sinón tamién n'otres formes d'alimentación. La bona adautación al clima y a los suelos del Oriente d'Asturies fizo que nel sieglu xviii ocupara les tres cuartes partes del suelu llabrau en conceyos comu Peñamellera -que, comu ye sabío, nun perteneció al Principáu hasta la reforma provincial de Javier de Burgos- Llanes y Ribesella y una estensión asemeyada nes parroquies baxes de los conceyos interiores. A mediaos del sieglu xix yá yera dueñu de cuasi toles tierras, faciendo namás testimonial el cultivu de la escanda.

Del maíz, que tradicionalmente tien comu destín l'alimentación humana, hai dos variedaes que s'aclimataren perbién. Una variedá ye'l llamáu *dentellín*, de ciclu llargu y otra variedá ye'l *tresmesín*, *tresmesino*, que crez poco y tien el granu mariello. Nos pasaos años trenta compitió tamién el *vizcaíno*, de cañes fuertes y munchu rendimientu, pero que maduraba mui tarde y dempués de la Guerra Civil semóse, como pocu ésitu, el maizón gallego, que comu crecía por demás tirábalu l'aire. Asina, el maíz propio de la mariña costera oriental yera'l *dentellín*, mientras nos valles interiores triunfó'l *tresmesín*, polo ceu que maduraba. Nos años cincuenta comenzaren a cultivase los maíces híbridos, con munchu rendimientu, pa l'alimentación animal,

de la que crecien les ganaderies y dexaba d'usase'l maíz pa la panificación.

Les tierras pal maíz rotaben, siguiendo a la escanda o al mesmu maíz: nel primer casu, dempués d'una llarga *derrota* y un poco más corta nel segundu casu. Los llabores entamábense nos primeros díes de marzu, cuando los ganaos tenien que marchar de la *ería*. Facíase entós la *secha*, o *seya*, cortábase la tierra con esa especie de llabiegu llamáu *sechoriu*, vieyísimu llabiegu de cuchiu, que facía unos riegos pa que la *endeza* fuera pa meter meyor la reya, anque contaba col *culter* propiu. Namás a finales del sieglu XIX principió l'usu del llabiegu de vertedera, que siguió siendo cuasi enteru de madera y anunciaba'l *bravant*, emplegáu nos años trenta.

Dempués d'unes selmanes la tierra resultaba *abatida*, o *seya* pasábase-y la rastra, comu cola escanda, pa mover y desterronar la tierra y convenia cuando se cuchaba munchu, porque'l maíz pide munchu cuchu, al contrario que la escanda. El cuchu facíase gracias al *mulliu* o cama del ganáu y que taba fechu con *hueva* y *helechu* de las *valellas* o parcelas que la casería tenía en monte. Yera mui importante pal paisanu tener cuchu y en dellos casos recurría a *borronadas*, enterrando materia vexetal pa que pudriera y asina mecelo col cuchu.

Semábase na segunda quincena d'abril o primera de mayu, a *voléu* o a *riega*. Si yera a *voléu*, azotábase'l maíz a discreción, si yera a *riega*, echábense los granos nos riegos fechos enantes col *aladru*, otru vieyu llabiegu del Oriente astur. Igual que la escanda, la sementera terminaba enterrando'l granu gracias a la *rastra de dientes*, que cruzaba perpendicularmente los riegos del *aladru*, si se semaba a *riega*. En tou casu y pa esfacer los terrones, pasábase agora la *tabla d'alisar*, un simple tableru tiráu pola parexa de gües, comu los otros aparatos. Pa defendese de los páxaros poníense *espantapayos* en tolos cuadros o *hazas* de les eries.

Col maíz semábense, y sincrónicamente, *las habas* y asina coincidién el primer y segundu *sallu*, nos meses de xunu y xunetu y que yeren comunes pa entrambos cultivos. Arrincábense, coles manes y arrodiaos, les males yerbes qu'afogaben los cultivos, seleicionábense les plantes y movíase la tierra. A primeros de setiembre'l maíz resultaba *descrestáu* pa madurar más ceu y los mesmo les fabes, qu'esguilaben pel maíz. Mesmamente a primeros de la seronda arrincábense los tallos de les fabes y quedaben en suspensu pa secar más a escape pa finalmente coyer les caxes seques y poneles a sol pa desgranales a primeros d'ochobre.

Al mesmu tiempu coyíase'l maíz, cortando les cañes con foces o *sequetes* y amontonándoles formando *tucas*. Una o dos selmanes más tarde, en secando las *panoyas* estremábense del *nervasu*, que dempués de tar dellos meses secando en *tucas*, podía usase comu fertilizante, xeneralmente dempués de quemalo. Les panoyes llevábense en macones a los horros y desvanes y per payares celebrábense *las eshueyas*, onde había ayudes ente les families y solidaridá, dando llugar a circuitos de collaboración recíproca. Yeren allegres, nes nueches de la seronda, con pocos trabayos y con diversión. Quitábense-y fueyes a les panoyes y enriestrábense, poniéndose a secar nos correedores de les cases o de los horros. El maíz tenía bonos rendimientos: tanto'l *dentellín* comu'l *tresmesín* multiplicaben por venticincu la simiente, mientras les fabes multiplicábenla por doce.

Antes de moler el maíz hai que lo esgranar, quitando los granos del *tazón* al que tán pegaos, mayando primero les panoyes pa dempués esfregar unes escontra otre. Los granos llevábense al *molín* en sacos direutamente pa moler, ensin operaciones previes comu cola escanda. Na temporada dempués de la cosecha del maíz si los granos nun taben bien secos y ventilaos había que los calentar en fogones, pa que les muelas nun *escudieyan*.

Asina, cada una o dos selmanes el paisanu llevaba ún o dos sacos -de pelleyu, en Cabrales- al molín, pa traelos dempués con fariña, que tamién, comu la escanda, guardábase nun arca de madera. Dempués de *pañerar*, amasábase faciendo un furaquín na masa y echando l'agua de la batea y tamién sal y un poco de la masa anterior, que yera formientu. N'amasando, tapábase la masa con una sábana blanca.

Al otru día -aunque tamién podía amasase'l mesmu día, dexando polo menos dos hores pa *deldar*-, cocíase poco antes de caúna de les tres comies del día. Facíase una *torta* circular, separtando la porción correspondiente, d'un kilo más o menos, y sobábase hasta mecelo bien y dándo-y dempués la forma con una *tabla d'adelgazar*. Hasta los años trenta, poníase la torta en suelu onde tuviera'l fueu del llar, quitando les áscuares y les cenices, aunque poniendo debaxu la torta unes fueyes de castañal y otros fueyes so la torta, de manera qu'enriba d'estes fueyes poníense les ascues. Asina, la torta de maíz cocía uniformemente en pocu tiempu. Duró más tiempu otru sistema que yera poner la torta nuna chapa con asa que colgaba de les calamiyeres, enriba del fueu. Asina yá nun facía falta tapar la torta de maíz, sinón que en dorándose per un llau dábase-y la vuelta. Al llegar les cocines económiqes la torta pasó a cocese na chapa de la mesma

El pan de maíz ye la *boroña*, comu en casi toa Asturias y comíase en ca comida, recién fecha y con lleche, convirtiéndose nel alimentu más importante del campesináu de l'Asturies Oriental. Delles variedaes de boroña cuécense con mantega de gochu, pa que nun se-y apegue nada. Cuandu la grasa ye tanta que fríe la masa, el resultáu ye'l *tortu*, que yera mui apreciaáu pal consumu. Apréciase muncho tamién la *boroña preñada*, que ye boroña na qu'enantes de cocer metiérense chorizos, xamón y tocín. Lo mesmo los *tortos* que la *boroña preñada* yeren alimentos esceicionales na dieta, reservaos pa les grandes ocasiones,

non comu la boroña común que yera de tolos díes.

La fariña de maíz tamién entraba na dieta n'otres formes, comu *las pulientas*, que yeren les fariñes, o seya, lleche con fariña de maíz. *El pantruque*, que tolos díes se-y axuntaba al pote de *habas*, faise meciendo tocín, cebolla, pimentón, güevu, sal y fariña pa envolvelu iguando un pequeñu bollu qu'enriquez munchu'l valir alimenticiu del pote. La fariña de maíz siempre tuvo muncha presencia nos alimentos de la casería, comu ye'l casu de *los emberzaos*, que son boles que resulten d'amasar la sangre de gochu con cebolla y fariña de maíz, pa coteles dempués envueltas en fueyes de berza.

En fin, la producción d'escedentes inxertó, poco a poco, a les caseríes del Oriente d'Asturies na producción de mercáu, cola esceición de los conceyos de montaña. Estes zones, poco afayadices pa la ganadería intensiva y la mecanización, quedaren nuna economía con ruina producción d'escedentes, anque suficiente pa una subsistencia estricta. Esto vese nel fechu de que nos años sesenta les cases campesines d'estos llugares dexaren de panificar los cereales que, dende iben varios años, compraben en tierras castellanes.

Nos llugares más afayadizos pal cambiu, comu la mariña y los valles medios, onde la producción d'escedentes yera un fechu dempués del primer quartu de sieglu, la panificación del maíz complementó les ruines economíes doméstiques, que pela mitada del sieglu taben yá desanicándose, porque yera yá un asonsañamientu nos años sesenta cola industria del pan bien afitada. Al maíz favoreciólo la fácil panificación (non comu la escanda) y la grani-ble adautación y productividá, pero al dir apoderándose de les tierres los forraxes y praderes artificiales manifestábase'l fechu de que'l maíz *del país* dexaba de servir pa la dieta humana.

La probeza y hasta miseria del pasáu campesín espiquen l'apreciu especial de los vieyos y los herederos direu-

tos de la tradición oral pol pan, porque yeren los actores d'una vida rural perdificil na qu'amás de producir namás pal consumu, aprovechábase hasta la última miga del pan ellaborao.

Bibliografía

- Álvarez Fernández Cañedo, J.**, (1963): *El habla y la cultura popular de Cabrales*. Madrid, Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Ferrer Regales, M.**, (1960): *La región costera del Oriente asturiano. Estudio geográfico*, Uviéu, Instituto de Estudios Asturianos.
- García Fernández, J.**, (1980): *Sociedá y organización tradicional del espacio en Asturias*, Xixón, Silverio Cañada.
- Gómez Pellón, E.**, (1994): *Vida tradicional y proceso de cambio en un valle del oriente asturiano. Estudio antropológico del Valle de Ardisana*, Uviéu, Principado de Asturias.
- Gómez Pellón, E.**, (1994): «El proceso de cambio del medio rural asturiano», en *Perspectivas del mundo rural asturiano*, pp.11-39, Xixón, Grupo de Encuentros de Torazu.
- Gómez Pellón, E.**, (1994): «De tecnología agraria preindustrial», en *Enciclopedia de la Asturias Popular*, II, pp.49-64, Uviéu, 'La Voz de Asturias'.