

Elogio de los nabos

IGNACIO GRACIA NORIEGA

En el capítulo tercero de la *Historia de la vida del Buscón*, tan bien narrada por don Francisco de Quevedo, el referido buscón, llamado don Pablos, va a caer, para su desgracia, en el pupilaje del licenciado Cabra, en la ciudad de Segovia. Si bien la casa de Cabra no llega a ser la residencia de “el hambre viva”, como la del escudero a quien va a servir Lázaro de Tormes en Toledo, porque en ella algo se comía, aunque poco y malo, don Pablos padece en su estómago la tacañería del dómine. Cierta vez, sentados el dómine y los pupilos a la mesa, encuentra Cabra en su plato “un nabo aventurero”, y exclama para consuelo de los pupilos: “¿Nabos hay? No hay para mí perdiz que se le iguale; coman, que me huelgo de verlos comer”. Los nabos siempre gozaron de escasísimo prestigio en las mesas españolas: si alguna vez se comieron en el pasado, fue por pura necesidad. En el mejor de los casos se consideraba que eran alimento mejor para animales que para personas. Ángel Muro, a finales del siglo XIX, considera que se trata de “la legumbre-raíz más desdeñada, porque es muy dulzarrona y no tiene aroma. Tiene pocos amigos, y los que lo son de verdad son los gallegos”. Añadiendo que “se emplea más como guarnición, para guisar el pato y otras ánades, o para alternar con patatas en el guisado a la francesa”. Por tanto, no suele aparecer en los grandes recetarios. Ignacio Doménech incluye una receta de “nabos a la paisana” en *La cocina vegetariana moderna*, y, sorprendentemente, dado que el mayor reproche que se le hace a los nabos es su condición dulzona, indica como ingrediente “un pequeño polvo de azúcar”, por lo demás, galicismo atroz.

Magdalena Alperi, en su *Guía de la cocina asturiana*, se refiere a los nabos como “un plato muy popular en toda Asturias, principalmente en el occidente, en la zona que linda con Galicia”, y recomienda que se “debe preparar de un día para otro, pues los nabos, serenados, quedan de un sabor más delicado”. Sobre la popularidad de los nabos habría que matizar mucho. Evidentemente



lo fueron hasta entrado el siglo XIX, porque la necesidad hace virtud, y como la introducción de la patata en Asturias fue tardía, las castañas y los nabos continuaban siendo las bases del pote. Pote que el gastrónomo vasco José María Busca Isusi denominaría “precolombino”, por no contener patatas. El pote comienza a cocinarse en Asturias en el siglo XVIII, y como reconoce el doctor Jesús Martínez Fernández, alejó el fantasma del hambre de los hogares humildes.

Sin que el nabo llegara a ser en Asturias casi “plato nacional”, como en Galicia, sí gozó de cierto aprecio, y así, el padre Luis Alfonso de Carballo, autor de *Antigüedades y cosas memorables del Principado de Asturias* (obra concluida en 1613, aunque no publicada hasta 1695, por suspicacias de los dirigentes de la Compañía de Jesús, a la que el autor pertenecía), al enumerar la mucha abundancia de abastecimientos que hay en Asturias (en lo que el buen jesuita exagera), menciona “todo género de legumbres, nabos y hortalizas”. No obstante, los nabos no fueron apreciados por igual en todas las zonas de Asturias. En la Asturias oriental se desconocen como alimento humano, y en la occidental, su difusión obedece a evidente influencia gallega. En la actualidad, vuelven los nabos a los manteles, después de haber sido relegados de manera completa durante algunos años, y ello se debe, de manera principal, a su resurrección en tres localidades pertenecientes al centro de Asturias: Sotrondio, Proaza y La Foz de Morcín.

En La Foz de Morcín se celebra a san Antón Abad, protector de los animales domésticos y uno de los tres grandes santos gastrónomos de Asturias (los otros son san Martín y san Blas), con dos viandas de no mucho prestigio gastronómico hace unos treinta años, el pote de nabos y el queso de *afuega'l pitu*. Sin embargo, gracias a los nabos y al queso, el 17 de enero de cada año se convierte en una gran festividad gastronómica, y La Foz de Morcín ha pasado a ser, por propios méritos, la capital quesera de Asturias. En la buena cocina no hay vianda humilde y mucho menos digna de desprecio. Tampoco gozaba de prestigio grande el “sabadiego” y, a pesar de ello, la Orden del Sabadiego, con Miguel Ángel Fuente Calleja a la cabeza, lo ha convertido en uno de los emblemas de Noreña, localidad por lo demás ilustre por sus industrias cárnicas y por sus acreditadísimos callos y picadillo. Los nabos, siendo ingrediente tradicional y muy antiguo, en la actualidad permiten introducir una variedad muy notable en los potajes. Los nabos alimentaron a muchas generaciones de asturianos, siempre en feliz entendimiento con el inevitable “hermano cerdo”. Hoy el nabo ya no es una necesidad, sino un manjar que debe valorarse y a quien el refuerzo de chorizos, morcilla, morros, oreja, etc., atenúa el sabor dulzón que se le reprocha, y que, en sus mejores momentos, cuando está bien preparado, con un caldo ligeramente rojizo, llega a emparentarse con la suavidad del espárrago.

