

LA ESCANDA ASTURIANA

Alberto López García-Asenjo



“El hombre primero quiso comer para sobrevivir, luego quiso comer bien e incorporó la gastronomía a su mundo cultural. Ahora, además, quiere comer salud”.

Francisco Grande Covián

Origen Escanda Asturiana

Durante la edad media, en las mesas de la aristocracia no faltaba el pan de Triticum Espelta, mientras que la mayoría de la población comía pan de centeno.

Uno de los orígenes que atribuyen a este cereal es en la región de Irán donde pudo utilizarse con fines medicinales-curativos.

No obstante, tanto en el Código de Hammurabi (el código de leyes más antiguo encontrado y mejor conservado de la antigua Mesopotamia de cerca de 1.700 años a.C.), como la Biblia recogen el T. Espelta (Éxodo 9,30, Isaías 28.29 y Ezequiel 4.9), si bien pudo descubrirse en Irán y en el sureste de Europa 6.000 años a.C., aunque estudios recientes lo han cifrado hace 22.000 años para la elaboración de pan de cebada y pan de escanda en el lago israelita de Tiberiades.

Durante el primer triunvirato que se formó en Roma, 60 años antes de Cristo, una de las medidas para que el pueblo no pasara hambre fue la distribución gratuita entre los ciudadanos de la escanda que había en los graneros.

Los primeros datos del T. Espelta en Asturias datan de la antigüedad, siendo la Edad Media el período más floreciente. Es en este tiempo, cuando la abadesa, médico y escritora francesa Hildegard Von Bingen expresó en su obra "Liber Simplicis Medicinae", sobre "la escanda es el mejor alimento de gran poder alimenticio, es mejor tolerado por el cuerpo que cualquier otro grano. Provee a quien la come de todos los nutrientes para tener una óptima salud y proporciona una mente feliz. No importe como se tome, ya sea como pan o con otros alimentos, porque es buena y fácil de digerir". No obstante, el cultivo del maíz en el siglo XVI supuso el gran declive.

Los asturianos panificaban seis cereales: tres de invierno y tres de estío. Los de invierno (Escanda Asturiana, trigo y centeno), y en verano (maíz, mijo y panizo).

Entre todos los cereales que se cultivan en Asturias, ninguno se identifica mejor con la diosa de la fertilidad (Ceres Asturiana) que la Escanda.

Dicho cereal ha conservado todo su carácter original y conserva una cáscara que permanece en el núcleo. Se almacena y se envía con su cáscara para separarlo momentos antes de ser molido.

Utilidad

El trigo común puede ser sustituido por la escanda asturiana en panes, galletas, tortas, bollos preñaos, pastas, pizza, crêpes y pasteles, así como en la producción de pasta (macarrones, espaguetis, fideos,...).

En comparación con el trigo cruzado por hibridación, la escanda contiene más proteína, más grasa, y mayor contenido en minerales y en aminoácidos.

Una de las particularidades del pan de escanda es que mantiene en perfecto estado de consumo durante varios días después de su cocción. En cuanto al sabor no cabe comparación, la escanda Asturiana posee una agradable sensación que ofrece más sabor y es más digestivo que el trigo blanco.

Variedades

En el Principado de Asturias hay, al menos, una decena de variedades: la escanda roja (de grano rojo y excelente calidad panadera); la azulada de Grado (de ciclo intermedio, grano rojo y poco ahijamiento); la negra (de espiga negra vellosa y grano color rojo); la de Somiedo (grano color rojo oscuro, y peor calidad panadera); la escanda blanca o de la abundancia, etc. Todas ellas de la especie *Triticum spelta*. Simultáneamente se llaman escandas en Asturias a la povia de Malvedo, la povia Roja, la “escanda de la abundancia” y otras, encuadradas en la especie *Triticum dicoccum*.

El cultivo de la escanda merece una especial mención en los concejos de Grado, Belmonte, Somiedo, Proaza, Yernes y Tameza y zonas limítrofes, al igual que algunas parroquias de Salas y Tineo, donde conservan este cereal tradicional y de verdadero interés etnológico.

Éxito del Pan de Escanda

Según el ingeniero Manuel Gadea, “el *Triticum Spelta* es trigo rústico, propio para terrenos pobres en regiones montañosas; de talla alta, resistente al frío, al exceso de humedad o al tizón, así como al ataque de los pájaros e insectos. Su harina, muy apreciada, da un pan sabroso y que se conserva tierno más tiempo que el del *Triticum vulgare*”.

Esta gramínea, también denominada trigo salvaje, y cuyo crecimiento y rendimiento se desarrolla con mejores condiciones en suelos de clima adverso, se benefició de las zonas donde el trigo no podía plantarse. Casi exclusivamente en Asturias se está iniciando un esfuerzo para el fomento en sus replantaciones, lo que está propiciando un resurgimiento en panadería y confitería. Dicha circunstancia está repitiéndose, por ejemplo, en la Borgoña francesa, Alsacia y en países de Europa del este.

Acciones e Iniciativas

A lo largo de este año 2006 sería muy justo destacar las actividades y actuaciones que diferentes emprendedores están ejerciendo para apostar en el fomento y dimensión gastronómica, cultural y social de la escanda asturiana. A continuación se enumeran cuatro importantes.

1. El Café de Vicente de Villaviciosa va a comercializar una línea de productos elaborados a base de harina de escanda. De momento el asesoramiento del Servicio Regional de Investigación y Desarrollo Agroalimentario (SERIDA) y la materia prima que proporcionará Fernando Farpón auguran pronto a disposición del cliente dulces Churros, suspiros y bizcocho imperial; o bollos preñaos, pan, empanadas y croquetas de cabrales y jamón, en lo salado.

2. La Defensa de la cultura y afición gastronómica por la escanda asturiana. Este atrevido deseo lo ha puesto en marcha la Asociación de Amigos del Pan de Escanda / "La Robla" en Quirós a partir de la asociación de aficionados y rescatadores de un producto incomparable.

3. En el primer trimestre de este año, se celebró la I Jornada de la Escanda Asturias en Collanzo (Aller), una iniciativa única que ha contado con la participación de los productores (ASAPES), el Principado de Asturias, el SERIDA y los ayuntamientos de Grado y Aller. Este es un primer paso de esperanza y que gozó de un entusiasmo unánime.

4. En junio de 2006 tuvo lugar la Feria Internacional Semana Verde de Galicia en Silleda (Pontevedra) donde se premió a cinco innovadoras iniciativas asturianas. La Asociación Asturiana de Productores de Escanda (Asapes) en 2002, constituida con la ayuda de la Consejería de Medio Rural y el SERIDA ganó el tercer premio en el apartado de 'Iniciativas de Asociacionismo Agrario'. No fue una sorpresa sino una recompensa a este colectivo que se constituyó en junio de 2002, por productores de los municipios de Grado y Lena. Actualmente cuenta con cerca de 20 socios, pero tiene el mérito de haber conseguido fomentar la recuperación del cultivo de la escanda en Asturias. Y en un periodo muy corto, desde el año 2000 hasta hoy, han logrado pasar de sólo cuatro hectáreas en el año 2000 a 100 en la campaña actual. La asociación aspira a conseguir una denominación de origen de la Escanda Asturiana. Todo un reto.

Fiestas

En primer lugar, durante el último fin de semana de agosto en el **concejo de Lena** se celebra la **Fiesta del Valle del Güerna** dedicada a este cereal. Se preparan los panes de escanda con toda su tradición en la elaboración de la masa y el posterior horneado y se podrán degustar si se consigue uno en la "Puya'l Ramu", donde se subastan.

En segundo término, el Certamen del Pan de Escanda, Fiesta de Interés Turístico Regional, que se celebra en Salcedo el 15 de agosto con ocasión de las fiestas de La Virgen del Alba. No olvidar visitar el Horno de Fresnedo (pan de escanda y queso de bota) en Fresnedo (Tlfn: 985 972 104).

Por último, el 13 de Junio se celebra en Cangas de Onís la fiesta de San Antonio. La devoción data del siglo XVII y desde 1.749 es costumbre de la subasta del pan de escanda.

Turismo

Visita al Museo Etnográfico del Ayuntamiento de Grado (Tlfn: 985 753 532)

La exposición permanente está organizada en varios espacios que permiten conocer la vida tradicional asturiana: La casa y sus espacios y utensilios; los aperos de labranza; los oficios tradicionales y la Cultura del Pan, donde se atiende especialmente a este cereal panificable hasta el siglo XX en muchos concejos de la región.

La ruta de la Escanda

Tiene como punto de partida Grado y la posibilidad de visitar su museo etnográfico. Tomando la Carretera Nacional 634 (dirección Galicia), en el Alto de La Cabruñana nos desviaremos a la izquierda por la Carretera Comarcal hacia El Fresno, lugar de peregrinación tradicional ([Santuario de Nuestra Señora, de los siglos XVII, XVIII, muy remodelado](#)); prosiguiendo camino por una carretera serpenteante desde la que se aprecia una magnífica panorámica de Grado y su vega en la confluencia de los ríos Cubia y Nalón. En Moutas podemos contemplar un molín de *desergar* recientemente restaurado, adentrándonos poco después en el antiguo territorio de Salcedo, partido que fue el mayor centro de producción de [escanda](#) de la región.

El tramo hasta Las Cruces discurre por la línea de demarcación entre los concejos de Grado y [Belmonte](#), permitiéndonos disfrutar de espléndidas vistas de la sierra del Aramo y del valle del río Pigüeña; una vez aquí, encontramos una antigua venta donde aún se elabora pan de escanda.

Como el topónimo indica nos hallamos en una encrucijada de caminos: hacia [Belmonte](#) de gran interés etnográfico ([Machuco de Alvariza](#)) y Dolia (antiguo Camino Real). Nuestro itinerario inicia el camino de descenso hacia Vigaña, donde comienza el valle de Seaza, mereciendo la pena desviarse a Villandás, antaño renombrado por sus artesanos de la piedra. Retomando la carretera, paralela al cauce del río Vega con numerosos molinos hidráulicos, atravesamos importantes masas de bosque autóctono hasta San Pedro, donde seguimos en dirección a Grado pasando por Agüera (piscifactoría y [palacio del siglo XVIII](#)) y Villanueva ([torre medieval, último vestigio de una fortaleza del siglo XII](#)).

Platos:

Delicias de Escanda

El tradicional pan dulce de Pascua

En Aller el postre estrella es el *Panchón*, realizado con harina de escanda. En los días de romería, cuando los mozos abandonaban las tabernas al amanecer, iban a casa de las mozas para la “pedía del panchón”, costumbre que aún pervive con algunas variantes en las fiestas de los pueblos.

Restaurantes.

Rest. **LAS MESTAS** (Oviñana - Belmonte de Miranda): Tel. 985 762 391.

Rest. **EL LLAGARÓN** (Belmonte de Miranda): Tel. 985 762 214

Hotel rural Ca'l Xabú (hotel, restaurante y museo de la cocina de Cuérigo. Tlfno: 985 487 331. Web: www.calxabu.com). Los productos del obrador pueden ser: panchón, pan de escanda, empanadas de escanda, de maíz, pegaratas, casadielles y otros. Además ofrecen cursos de recuperación de la tradición culinaria de la escanda.

Rest. Melchor (Cortes 3, 33116 Quirós- Asturias.)
Tel.: 985 971 965 - 607 540 074)

Rest. **DE TORRES** (Felechosa): Tel. 985 487 011

Agradecimientos por su colaboración: Carlos Ossorio

**Para la leña, la de faya
y para pan, el de escanda**

Proverbio Asturiano

Referencias bibliográficas a la Escanda:

- Calixto Alvargonzález, La escanda. Su origen y cultivo, Gijón 1908,
- Manuel Gadea, Trigos españoles, Madrid 1954. (F. L.)
- Julio Somoza, en su obra *Gijón en la historia general de Asturias*, dice: «Señalaremos como el más preeminente el cultivo de la escanda, que debió ser el primordial objeto de la agricultura asturiana (...).»
- Fue mencionada con encomio por el monje de Albelda, en el siglo x, como una de las cosas más celebradas en España.
- Don Benito Pérez de Valdés (a) el Botánico, natural de Candás (1759-1842), da de ella la siguiente definición: “es un trigo de montaña, *Triticum Spelta*, de Lnn. Se hace de él nuestro hermoso pan de fisca, más blanco, durador y feculento que el de los otros trigos” (por nota en su folleto Cánt. de la revolc. astur).
- Alude Feijoo en las Cartas eruditas y curiosas..., t. y (Madrid 1776), pág. 224-225 (carta VIII, 44): «Muy luego que vine á habitar este País de Asturias, noté, que padecían generalmente sus Colonos un pernicioso error en el gobierno económico. El grano principal, de que se hace el pan de esta tierra, se llama Escanda: especie de trigo diverso en varios accidentes del que es común en el resto de España, y otras Naciones. Este grano ha menester limpiarse sacudiéndole al ayre cada cinco, ó seis semanas, de cierto polvillo, de que sucesivamente se va cubriendo, sin cuya diligencia es desabrido al gusto, y mal sano. Pero han observado hasta ahora los naturales del País no hacer esta operación, sino en los menguantes de luna, imaginando, que en los crecientes se dañaría en algún modo el grano. Este error ha ocasionado la pérdida de millones de hanegas, porque sucede varias veces hacer en el creciente días oportunos, que son los serenos, y enjutos, para esta diligencia, y faltar en menguante.»