



GASTRONOMÍA Y TURISMO

SAN MIGUEL DE ABONA



CONTENIDO

2 EL ARRAIGO A LA TIERRA

3 EL PRODUCTO LOCAL

*Mercado del agricultor.
Dulcerías.
Un paseo entre bodegas.*

8 EVENTOS

*Saborea San Miguel de Abona.
Día de Canarias.
Romería.*

11 A FUEGO LENTO

*Entre calderos.
Al calor de las brasas.
De la mar y el salitre.*

14 OCIO Y TIEMPO LIBRE

La tierra parió.
Y llegó el verde.



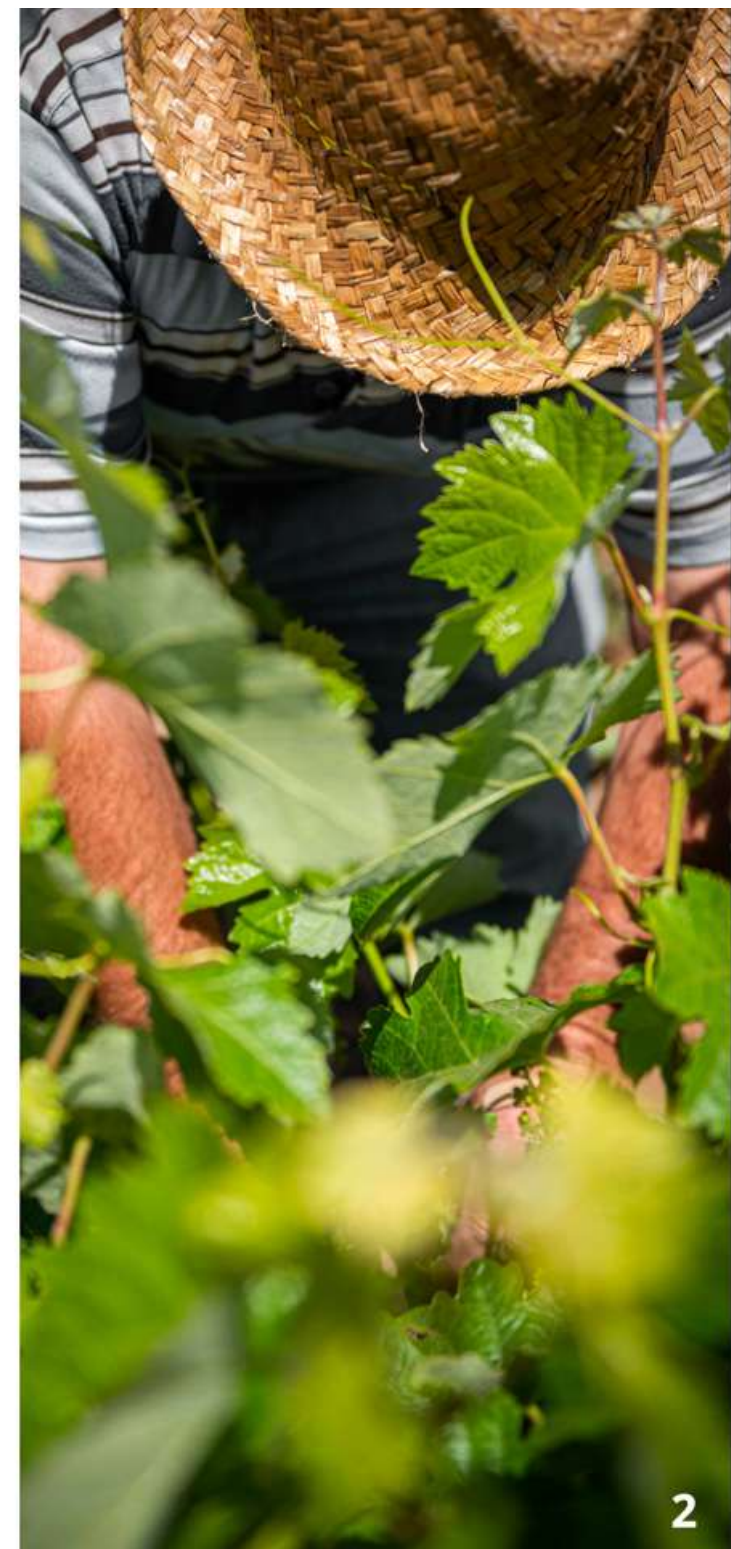
EL ARRAIGO A LA TIERRA

El paisaje de mi pueblo se desparrama con orgullo cuando alguien le mira.

Cada día, cuando el sol despereza sus primeros rayos, San Miguel de Abona exhibe el azul del océano, el verde de su monte y el amarillo de la medianía. Y es aquí donde me detengo, porque hoy quiero contemplar la tierra labrada por el agricultor; la tierra vestida por alfombras de jable; la misma tierra que, tímidamente, se maquilla de cultivos con arraigo. Porque mi pueblo también es de huertas, de gente de campo y de tradición... Y de papas, de papas y uvas.

Este es el pueblo que nos ha visto nacer, pero también es el pueblo que tú, ahora, podrás descubrir. Haz una parada en el camino y observa los maravillosos rincones y costumbres que conserva, porque estas han sido y son la seña de identidad de San Miguel de Abona, el resultado de unas raíces que desde antaño se han estado regando para que nuestras ramas fuesen creciendo y ganando en altura, y así, al fin, convertirse en el San Miguel de Abona que hoy conoces.

*"Las manos reseca
y torradas,
las de aquellos
hombres y mujeres
que, doblados bajo
el sol, labran la
tierra".*





EL PRODUCTO LOCAL

"Lo mejor, de lo más natural".

MERCADO DEL AGRICULTOR

Son las seis de la mañana. Mujeres y hombres comienzan a cargar sus vehículos con lo mejor de la temporada. Además, la semana ha sido productiva y están convencidos de que hoy será un buen día.

Cebollas, zanahorias, papayas, puerros, pimientos, naranjas, tomates, mermeladas, panes... Todo ello, se va colocando con mimo en los diferentes puestos de venta.



Mercado del Agricultor.

El mercado está listo para abrir sus puertas, y al hacerlo, ante mi se dibuja un tapiz de vivos colores emborrachado con los olores de la huerta.

Me pierdo entre sus pasillos contemplando la variedad, la frescura, la calidad de nuestro producto local, el mejor precio y, cómo no, la amabilidad de quien me atiende con una sonrisa y un buen consejo.

Ha merecido la pena acudir a esta cita. En mi bolsa, un trozo de calabaza, un manojo de espinacas, tres cabezas de ajo y dos bubangos. Hoy, comemos potaje.

DULCERÍAS

Hoy tengo un poco más de tiempo, aunque..., ahora que lo pienso, si no lo tuviese, me daría igual.

Y es que siempre hay un momento, por pequeño que sea, para recrearse con los sabores tostados que nos regalan los hornos de leña de nuestras dulcerías, **El Tagoro** y **El Portillo**.

"Batió las claras a punto de nieve y, cual cascada, dejó caer el azúcar".



Mimos, tortas de almendra, biscochos...

¿Quién puede resistirse a sus olores y no pecar? ¿Quién es capaz de no caer en la tentación y dejarse llevar para que el paladar se recree mientras juega con unos dedos de santo y la rayadura de un limón? ¿Quién no quiere viajar con la mente y parar en la cocina de nuestra abuela? Porque estos son los sabores de siempre en San Miguel de Abona, los sabores de las tortas de almendras, los mimos, el brazo de gitano, los biscochos finos... Los sabores que hacen diferente a mi pueblo.

"La puerta del horno se abrió y el olor a bizcocho echó a correr por la calle".



El olor de la bodega te invitaba a pasear entre las barricas, entre las botellas polvorientas que, sinuosas, nos iban mostrando su ropa interior... En rojo y en blanco.

Me senté en una vieja silla, apoyé los brazos en la mesa y me quedé observando. Manuel se acercó con dos vasos de vino en la mano y se sentó a mi lado.

-Pruébalo, es de la última cosecha.

Cogí el vaso y lo acerqué a mi nariz..., el aroma era inconfundible. Seguidamente, acaricié mis labios con el vaso y dejé que el rojo líquido escapara de él para pasarse por mi boca, sin prisas.

-Sin duda, la mejor cosecha - le dije.

Manuel esbozó una sonrisa, se sentía orgulloso. Sabía que aquel había sido un buen año y que el esfuerzo había merecido la pena.

Volvimos a saborearlo, a paladearlo, a disfrutarlo... La complicidad del momento era tal que solo hicieron falta unas cuantas palabras más.

-Manuel.

-Dime.

-¿No tendrás por ahí un poco de queso?.



UN PASEO ENTRE BODEGAS

El itinerario era sencillo, nos limitaríamos a descubrir y a paladear los mejores vinos de San Miguel de Abona, municipio que durante años ha podido presumir del cultivo de las uvas, de las maravillosas estampas que nos han regalado sus parras y, por supuesto, de su vino.

La primera parada fue en la **Bodega Altos de Trevejos**, situada en el Conjunto Histórico, declarado Bien de Interés Cultural, de San Miguel de Abona, concretamente en una casona de arquitectura tradicional canaria datada en 1790. Su patio principal alberga un importante lagar de tea para procesar la uva, el cual está fechado en 1822, así como muchos otros utensilios y herramientas agrícolas e industriales de la época. Actualmente se elaboran diferentes tipos de vinos, reconocidos a nivel nacional e internacional, con variedades autóctonas prefiloxéricas que provienen de viñedos en propiedad, ubicados estos en la comarca de Abona y a unos 1.300 m. de altitud.

Nuestra segunda parada nos llevó a la **Bodega Vento**, la cual nació en 2014 a través de un proyecto pequeño y familiar. Desde un principio, sus propietarios tenían claro que estaban ante un producto que se caracterizaba por la cercanía con el cliente, puesto que su venta era directa en bodega y mercados de agricultores. Una bodega que cuenta con su correspondiente certificación europea y que ofrece siempre un vino lo más ecológico posible.

Destacan sus vinos de Crianza, que nacen de las mejores parcelas y de las mejores uvas, haciendo que la intervención en ellos sea mínima. El resultado es siempre la mayor expresión de sus uvas y de sus suelos.



Finalmente, llegamos a la Bodega de la **Cooperativa Agrícola de San MIGUEL, LACASMI**, encuadrada en la Denominación de Origen Abona.

La bodega se crea por la iniciativa de varios agricultores que elaboraban vino con la uva procedente de sus fincas de papas. Las elaboraciones de la época eran artesanales y para la venta a granel, es por ello que sienten la inquietud de unirse en cooperativa para elaborar vino y comenzar a embotellar bajo el distintivo del Consejo Regulador de Abona con los parámetros de calidad mínimos exigidos por el mercado. De esta forma la bodega se convierte en la primera bodega comarcal de la isla, ofreciéndonos vinos de gran calidad desde hace más 30 años. Las características de sus viñedos son únicas, extendiéndose estos desde cotas cercanas a nivel del mar hasta latitudes muy altas, por encima de los 1.000 m. sobre el nivel del mar.

Final del trayecto. Sin duda, este día merece un brindis.



"Verde que te quiero verde. Y si me lo das blanco y afrutado, mil veces más te querré".



"Roja tienes el alma y tintos los sentimientos".

*"El rojo de la sangre
y el blanco de tus lágrimas"*

VENTO



LACASMI



ALTOS DE TREVEJOS





*"Brindemos por algo.
¡Por ti y por mi!"*

EVENTOS

"Acércate y vívelo".

SABOREA SAN MIGUEL DE ABONA

Durante los meses de octubre y noviembre tengo una cita obligada contigo, con la mejor gastronomía de este pueblo y con el incomparable vino que dan estas tierras. Dos meses que nos invitan a disfrutar de unos olores y sabores diferentes con la llegada de *Saborea San Miguel de Abona* y su *Ruta de la Tapa*. Es el momento de dar protagonismo a los grandes maestros culinarios que, día tras día, trabajan detrás de los fogones para mostrarnos la envidiable calidad y variedad de nuestra cocina.

Por ello, comenzaremos con la Ruta de la Tapa y, cada día, nos veremos en un restaurante diferente y en una mesa diferente, para deleitarnos y brindar con el mejor de los vinos. Hablaremos de lo de aquí y de lo de más allá, y casi sin darnos cuenta, la tendremos ante nosotros, a ella, a la tapa, con la mejor presentación y la mejor degustación, y acompañada, cómo no, por sus caprichosas texturas.



Te llamaré otro día por si quieres que nos veamos el martes, quizás también el jueves, porque quiero compartir contigo cada momento, cada jornada, cada taller que nos regale Saborea. Y disfrutaremos de una inmensa oferta gastronómica, dándonos la oportunidad de experimentar los sabores de este pueblo.

Una oportunidad que culminará con la tradicional Jornada de Degustación y que, acompañada de la mejor música, pondrá el punto y final a la recreación de una cocina que lleva por nombre San Miguel de Abona.

*¡Me gustan tus costumbres.
Me gustan tus fiestas!"*



DÍA DE CANARIAS

Nos baña el mar, nos acaricia el alisio, nos abrigan los pinos y nos arrulla el volcán. San Miguel de Abona es tipismo, folclore, costumbre, historia...

San Miguel de Abona es Canarias. Y cada 30 de mayo abrimos las puertas de la cultura para que conozcas nuestro patrimonio arqueológico y etnográfico, para que disfrutes de nuestra música, la de aquí, la de Canarias, y para que descubras nuestra pelota de gofio, vino y almendras, la que cada año cambia y nos sorprende con una forma diferente, haciéndonos peculiares ante los demás, pero sin perder la tradición.

ROMERÍA

Cada 29 de septiembre se celebra la festividad en honor a San Miguel Arcángel, patrón de este municipio. El domingo anterior, romeros y romeras, ataviados con sus mejores galas, se pasearán por las calles principales de mi pueblo para hacer protagonistas al folclore y a las tradiciones.

Faldas, pañuelos, polainas, sombreros y justillos se moverán con desparpajo, desplegando todo un abanico de colores durante el recorrido. Siempre fieles, escucharemos el canto de las folías, isas, seguidillas y saltonas, acompañadas por el sonar de un timple, una guitarra o un laúd.

Ha llegado el día de la Romería.

El bullicio en la calle va en aumento con el paso de las horas. Las carrozas, decoradas por la gente de mi pueblo, comienzan su andadura repartiendo carne fiesta, vino, gofio, papas arrugadas con mojo... y sus sonrisas te invitan a acercarte, a compartir y a disfrutar de la Romería; una cita marcada en el calendario desde hace casi 40 años que tendrá su punto y final con la tan esperada verbena.

Hasta el próximo año.

"Tenemos alma isleña".





"Salió de la cocina, puso la carne en la mesa
y dejó caer unos granos de sal sobre ella.
No necesitaba más!"

A FUEGO LENTO

El calor de una cocina se cuela tímidamente hasta el comedor. Allí estoy yo, disfrutando de un exquisito almuerzo, con un vaso de buen vino y en la mejor compañía. Nos hemos deleitado con cada uno de los platos que fueron decorando la mesa y hemos enmudecido mientras los saboreábamos.

Todos coincidimos, ha merecido la pena comer en San Miguel de Abona.

ENTRE CALDEROS

Así es la cocina de San Miguel de Abona. Una cocina que siempre desprende olor a puchero, potaje, ropa vieja, costillas con papas... Un perfume casero cuyo ingrediente principal es la familia.

Y es que nuestras recetas de caldero han sido heredadas año tras año para que tú, ahora, las puedas disfrutar en la mayoría de nuestros restaurantes y tascas.

*"La piña de millo,
protagonista absoluta".*



Potaje de berros.



Unas recetas que siempre vimos cocinar en casa, entre los nuestros, alrededor de una mesa y elogiando siempre a la madre, a la abuela, a las creadoras de tan sabrosas comidas que nos calentaban en los días de invierno.

Ese recuerdo es el que hoy te regala mi pueblo, el calor de un hogar.

Porque la mejor cocina es la que se hace con amor.

Porque esta también es una manera de conocernos un poco más.



Potaje de verduras.



Garbanzas.

"Cogió un pincel, lo empapó en cilantro y pintó las costillas!".

AL CALOR DE LAS BRASAS

Sin duda, es esta. Basta solo una mirada para darte cuenta de que tienes ante ti la mejor carne, siempre fresca, tierna y maquillada en su interior con apenas dos pinceladas en tonos rojizos. Con ese olor a los fogones, a las brasas... Con ese olor a leña que te envuelve y que, una vez más, te invita a conocer nuestra gastronomía.

Entonces, la pruebas. Y ese es el momento en el que entiendes por qué debes comer en San Miguel de Abona. Porque si por algo destaca mi pueblo es por sus asadores y por la calidad de sus carnes, poco hecha, al punto o muy hecha. Porque siempre te la servirán a tu gusto y con el asesoramiento y la profesionalidad de nuestros maestros de la cocina, quienes, día a día, trabajan ante el fuego y se esfuerzan por ofrecer lo mejor a sus clientes.



Escaldón.

La noche anterior había estado lloviendo y el asfalto se empeñaba en seguir jugando con los charcos.

Hacía frío y nos aparecía un buen escaldón con gofio de millo o trigo. Quizás ambos. Ese gofio amasado con su caldo de pescado, su grasa de cerdo desmenuzada y su cebolla picada.

El toque final lo pone el mojo. Y el aroma... El aroma nos lo regala la hierbabuena.

El frío ahora ya no importa.



Carne fiesta.

"Gofio revuelto y cebolla picada".



Puchero canario.



Conejo encebollado.



DE LA MAR Y EL SALITRE

Frito o a la plancha, con su ajo picado, con su mojo rojo, con su pimienta picante, como a mi me gusta. O quizás tú prefieras el mojo de cilantro para acompañar a este espectacular pescado.

tienes una gran variedad de rincones donde poder degustar estas exquisiteces. Pero no olvides nunca pedir unas papas arrugadas para hacer compañía a estos platos.

¿Has dicho que prefieres marisco? ¿Quizás pulpo, lapas...? Me parece perfecto. Porque debo decirte que en San Miguel de Abona

Y si me lo permites, te puedo recomendar una buena cazuela, humeante y con el mejor aderezo que tengan en la cocina.

¡Aaah...! Los placeres de la vida.



Rejo de pulpo guisado.



Lapas con mojo.

"Hay imágenes que lo dicen todo"

"Los manjares de la mar siempre son bienvenidos".

OCIO Y TIEMPO LIBRE

"Ahora, sólo piensa en ti".

Me encuentro bajo el tímido rayo de sol de la mañana, sentada en una de las cafeterías que cada mañana despliegan sus toldos y dan la bienvenida a turistas y lugareños.

Sobre las mesas el protagonista es el café. Cada quien lo pide como más le gusta: solo, cortado leche y leche, barraquito, cortado natural... Algo irresistible para quienes somos golosos.

Mientras desayuno, envío un mensaje a un amigo. El día es perfecto para ir de compras por la zona comercial abierta de San Miguel de Abona, que siempre ha destacado por su variedad y calidad de productos, pero, sobre todo, por el trato personalizado que siempre he recibido en cada una de las tiendas.

Y sin darnos cuenta caerá la noche y terminaremos en alguno de los bares o terrazas de Costa San Miguel, brindando con un mojito o una caña.

¡A tu salud!

"¿Te vienes de cañas?"



Todo esto y mucho más es San Miguel de Abona. Sin embargo, si hay algo por lo que destaca este pueblo es por sus vecinos. Mujeres y hombres que siempre acogen a quien viene de fuera con una sonrisa, con una grata palabra y con un gesto amable. Por ello, no tenemos más que palabras de agradecimiento para quienes han colaborado en esta revista de turismo gastronómico; una revista con la que se quiere mostrar lo mejor de San Miguel de Abona a través de imágenes en las que, como no podía ser de otra manera, ha participado nuestra gente.

Gracias a quienes aparecen en estas páginas con su mejor sonrisa y a aquellas otras que, quedando detrás del objetivo, no han dudado en regalarnos su profesionalidad a la hora de mostrar nuestros platos, nuestra agricultura, nuestros vinos... Gracias infinitas.

Porque sabemos que San Miguel de Abona es un enclave ideal para vivir, pero también sabemos que es un pueblo ejemplar para recibir a quien nos quiera conocer un poco más de cerca.



Barraquito

Bebida dulce de café muy popular en Canarias. Se sirve por capas, que son, del inferior al superior, leche condensada, licor, café expreso y leche espumada. Se decora con canela en polvo y piel de limón o lima.

Cuando te sumerges por primera vez en el paisaje de San Miguel de Abona no puedes evitar quedar impregnado del pasado agrícola que tantas riquezas generó a la población sanmiguelera. Un pasado y un presente, puesto que todavía hoy destacan las muchísimas fincas que, sin descanso, labran agricultoras y agricultores de este municipio. Mujeres y hombres que, incansables, hacen reverencia cada día sobre una alfombra de jable, para que tú, yo, cualquiera, pueda tener mañana en su despensa la verdura más fresca, la papa de mejor calidad o la mejor fruta de temporada...

Esta figura es la imprescindible en la vida, en las costumbres y en la historia de San Miguel de Abona.



Ayuntamiento de
San Miguel de Abona

Concejalía Delegada de Turismo del
Ilustre Ayuntamiento de San Miguel de Abona.

Textos

Esther Marrero León

Fotografía

Juanmi Alemany

Diseño y maquetación

Juanmi Alemany

Diciembre 2021

SAN MIGUEL
Experience

