

Hilos de sabor, la ropa vieja canaria

El sabor y origen en la rica tapestría de la cultura canaria, a través de uno de sus platos más emblemáticos

Ropa vieja, este plato es una obra de arte típicamente elaborada en un telar de carnes que comparte su nombre con una receta cubana hermana, es un testimonio viviente de las profundas conexiones históricas y culturales entre las Islas Canarias y América Latina, forjadas a través de siglos de comercio y migraciones.

La esencia de este plato se encuentra en su capacidad para transformar lo cotidiano en extraordinario, aprovechando al máximo los recursos disponibles.

Este plato, arraigado en la tradición de la cocina de aprovechamiento, es una lección de cómo las sobras de un día pueden convertirse en el platazo del siguiente, reflejando la sabiduría culinaria de nuestras islas.

Pero, ¿qué secretos se esconden detrás de su sabor único, y cómo ha llegado la ropa vieja a simbolizar tanto la tradición como la innovación en nuestra gastronomía? Hemos desgranamos los ingredientes, las técnicas y las historias que hacen de este plato una verdadera joya culinaria canaria. Nos adentramos en las cocinas donde se sigue [preparando](#) con amor y respeto por la tradición, al tiempo que exploramos cómo se

reinventa en los fogones más innovadores de las islas.

La ropa vieja canaria

Los ingredientes de la ropa vieja canaria son la base de su singularidad. A diferencia de la versión cubana, que se centra en la carne de res, el plato canario utiliza una variedad de carnes, incluidas la ternera, el pollo y, [ocasionalmente](#), el cerdo, junto con los indispensables garbanzos, papas y un sofrito de cebolla, ajo, pimientos y tomate.

Este mosaico de sabores se enriquece con especias como el comino y el laurel, ofreciendo un perfil aromático que es tan rico como su historia.

La técnica de preparación de la ropa vieja es un testimonio de la cocina de aprovechamiento, una práctica que subraya la importancia de no desperdiciar los recursos alimentarios. Tradicionalmente, este plato se elaboraba con las sobras del cocido o puchero, una estrategia ingeniosa para revitalizar las sobras en una comida completamente nueva y deliciosa.



La preparación de la ropa vieja canaria comienza con una cocción lenta de la carne (ternera, pollo o cerdo), generalmente parte de un cocido o puchero, para lograr una textura tierna y fácil de desmenuzar.

Una vez cocida, la carne se enfría y se desmenuza manualmente, permitiendo que absorba mejor los sabores durante la cocción. El sofrito, un elemento clave, se elabora con cebollas, ajo, pimientos y tomates sofreídos a fuego lento, formando una base aromática y rica que define el sabor del plato. Estas técnicas culinarias son esenciales para la textura y el sabor característicos de la ropa vieja canaria.

Hoy en día, aunque muchos optan por preparar la ropa vieja desde cero, el espíritu de reutilización y respeto por los ingredientes permanece en el corazón

de su preparación.

Pero la ropa vieja canaria es más que la suma de sus ingredientes y técnicas; es la historia viva de las Islas Canarias. Cada elemento del plato cuenta una parte de la saga de un archipiélago que ha sido punto de encuentro de culturas a lo largo de los siglos. La carne y los garbanzos reflejan las influencias españolas, mientras que las papas, traídas al Viejo Mundo desde América, son un recordatorio de los lazos históricos que unen a Canarias con el continente americano.

La ropa vieja canaria también habla de la capacidad de adaptación y creatividad de los canarios. En un entorno insular donde los recursos pueden ser limitados, la habilidad para transformar ingredientes simples en platos memorables es una virtud. Así, este plato no solo nutre el cuerpo, sino que también alimenta el alma, conectando a las generaciones actuales con sus raíces y tradiciones.



Ropa Vieja Canaria. Foto: Roger Méndez

Este plato ha trascendido su origen humilde para convertirse en un símbolo de identidad y orgullo canario. En restaurantes y hogares a lo largo de las islas, la ropa vieja se sirve con una sensación de celebración, una forma de honrar la herencia compartida y de acoger a amigos y familiares alrededor de la mesa.

Redescubre la ropa vieja canaria, no solo como un plato para degustar, sino como una experiencia para comprender y apreciar. En cada fibra de carne, cada grano de garbanzo y cada bocado de este estofado, se encuentra la historia de un pueblo resiliente, creativo y profundamente arraigado en sus tradiciones culinarias.

La ropa vieja canaria es, sin duda, una joya de la corona gastronómica de las Islas Canarias, una delicia que habla el lenguaje universal del sabor, la historia y la comunidad.