

El tradicional ‘Gofio’ de la ‘A’ a la ‘Z’

Por: Juan Manuel Ruíz

La cocina tradicional canaria es el resultado de un fructífero mestizaje que tuvo como punto de partida la cultura guanche, a la cual se sumaron influencias peninsulares, europeas, africanas e hispanoamericanas, para dar lugar a una cocina regional rica y multifacética, sustentada en tierras fértiles, climas excelentes y abundante pesca en los litorales.

La autenticidad de la cocina de las “Islas Afortunadas”, como se conoce a nuestro Archipiélago Canario, se fundamenta en el uso de productos locales como el gofio, los quesos, los vinos, los mariscos, y en la incorporación de ingredientes naturales frescos como verduras, legumbres, cereales, pescados, carnes de ave, cochino negro, cabra que, aderezados con especias y preparados “a la manera canaria”, dan lugar a una cocina creativa, variada y exquisita que nos ofrece platos como las originales papas arrugadas, los aromáticos mojos, los caldosos potajes, el rico puchero, el tradicional cherne encebollado, el gustoso sancocho y el popular conejo al salmorejo, sin dejar de mencionar los deliciosos postres como el bienmesabe, la leche asada y las truchas, entre otros.

Acompáñanos en este apetitoso viaje para conocer y disfrutar de las delicias y exquisiteces de la cocina canaria y su vocablo.

[su_note note_color="#dadad5" radius="4"]

Ahoren: voz guanche usada para denominar al gofio.

Beletén: calostro que dan las cabras, ovejas y vacas después de parir. *2. Preparación que resulta de la cocción de beletén con agua, azúcar y gofio.*

Berrenda, o: Gofio amasado con agua, aceite, y queso troceado.

Comentario: *también se le puede agregar almendras o miel.*

Bimba. Billarda: pelota grande de gofio amasado.

Cabrilla, cabrillas: Ración de gofio en polvo que se consume con vino.

Cereal: Planta gramínea como el trigo, la cebada, el maíz, la avena, el arroz, etc., Cuyas semillas sirven para producir harinas que se utilizan como alimento.

Criba. Cedazo: utensilio usado para limpiar y separar las sustancias extrañas del gofio.

Escacho, escachón, escachado: Gofio amasado y aderezado con especias, sal, aceite, vinagre, queso u otros ingredientes.

Escaldar: Amasar gofio con caldo de carne o pescado 2.
Introducir unos instantes un alimento en agua hirviendo.

Escaldón: Gofio mesturado con caldo de puchero canario o pescado que tiene una consistencia espesa.

Gofiera: Cajón donde se recoge el gofio después de ser molido.

Gofiería: Lugar donde se vende gofio.

Gofio: harina de trigo, maíz, cebada, u otro cereal tostado y molido, que posee un gran valor nutritivo y es fácil de conservar.

Gofion: Glotón, comilón.

Gofio de chochos: Harina gruesa preparada con altramuces tostados.

Gofio jaragán: Gofio amasado con un poco agua o aceite

Gofio revuelto: Harina tostada y molida que se mezcla con caldo o agua hirviendo.

Gofio sobado: Gofio amasado repetidamente en un zurrón.

Goga, gainás, gasnais: Pequeña porción de gofio que se toma con la yema de los dedos.

Grano: Semilla de las plantas gramíneas y de otras especies vegetales.

Harina: Polvo fino que se obtiene al moler cereales, semillas y otros alimentos.

Helado de gofio: Postre hecho con gofio, leche, huevos y azúcar.

Lata de gofio: Envase de hojalata usado para guardar y conservar el gofio.

Lebrillo: Vasiija de barro u otro material, con forma de cono truncado, usada para amasar el gofio o la harina, preparar o guardar alimentos, etc.

Millo: Maíz, planta gramínea de tallos rectos y altos, hojas alargadas y frutos en mazorca. *2. Semilla o grano de esta planta.*

Moler: Deshacer un producto sólido hasta convertirlo en pequeños trozos[/su_note]