



Una práctica muy generalizada hasta el pasado reciente

Consumo humano de bellota

Félix Rodrigo Mora

La observación del deterioro medioambiental que origina la agricultura, en todas sus manifestaciones, está llevando a prestar atención a regímenes alimentarios del pasado abiertos a los frutos arbóreos, sobre todo la bellota.

Al ser una artificialización de los agrosistemas, cualquier forma de cultivo crea daños por lo general crecientes en la fertilidad de los suelos, al promover la erosión y reducir la superficie arbolada, de donde resulta el declive de la pluviosidad, la aridificación, la extensión de la sequía estival, el descenso del porcentaje de materia orgánica y el extremismo climático, perjudicando de muchas maneras más a la flora y fauna silvestres [1]. Ello se ha agravado con el productivismo en vigor, que está ocasionando el fenómeno de los rendimientos decrecientes por envejecimiento extremo del terrazgo y el clima. Las esperanzas puestas en la agricultura ecológica como pretendido remedio, no están siendo confirmada por los hechos [2], de manera que parece necesario buscar posibles alternativas ajenas a toda forma de agricultura, si bien la meta es reducir en mucho la superficie dedicada a ésta sin eliminarla por completo.

Que nuestro régimen nutricional dependa del cereal exige que enormes superficies sean desarboladas, o casi. Ello, en particular en el área mediterránea, es funesto, pues origina, entre otros muchos males, una sequía estival creciente en intensidad y duración que dificulta cada vez más la regeneración del bosque, pues las plántulas con dificultad pueden superar estíos cada vez más largos, secos y abrasadores. Ello podría remediarse reduciendo la dependencia del cereal. El análisis histórico, de tiempos remotos y del ayer inmediato, muestra que nuestros antepasados han incluido en su dieta una alta proporción de frutos arbóreos, sobre todo bellota, pero también castaña, hayuco, avellana y otros. En tales prácticas de antaño tenemos posibles remedios para los males del presente, si se aplicasen en el futuro.

La bellota en nuestra historia

Hasta hace muy poco la harina de bellota, así como la de castaña, solas o mezcladas

con las de cereales, han sido una parte importante de la dieta humana, elaborándose con ellas pan, talos, tortas, fritos y otros productos básicos. Las bellotas, además, eran comidas crudas, asadas y cocidas. Todo ello tiene una gran tradición. Estrabón, refiriéndose a los pueblos prerromanos de Hispania, asevera que se alimentaban las tres cuartas partes del año de bellotas, “que secas y trituradas se muelen para hacer pan”, aserto corroborado por Plinio, quien aduce que se asaban entre cenizas, lo que elimina el amargor. En efecto, se suele sostener que sólo son comestibles por las personas las de variedad dulce, de la encina *Quercus ilex* subsp *ballota*, pero la investigación de campo ha manifestado que también se tomaban, e incluso panificaban, las de roble, casi todas con bastantes taninos y de sabor amargo, una vez que se habían sometido a procedimientos efectivos para desintoxicarlas, algunos similares a los de endulzar la aceituna de mesa. En realidad, los seres humanos se han nutrido con bellotas de todos los *Quercus*, quizá con la excepción de la coscoja.

Una interpretación de extraordinaria importancia la ofrece San Isidoro de Sevilla en *Etimologías*, obra del siglo VII, donde sostiene que el nombre latino de la encina, *ilex*, deriva de *electus*, escogido, “pues el fruto de este árbol fue el primero que los hombres escogieron para su manutención”, ya que “antes de que comenzasen a utilizar los cereales, los hombres primitivos se alimentaban de bellotas”. Al considerar los hayucos, de tanta importancia como nutrimento humano antaño, aduce sobre la etimología del nombre del haya, *fagus* que “tiene un origen griego, pues ‘comer’ en griego se dice ‘phagein’”, lo que parece probar que su fruto fue preferente nutrimento humano. Tuvo, igualmente, mucha importancia el pan de castaña que, junto con el de bellota, fue alimento de los vascones, lo que les permitió tener una demografía y abundancia material nada desdeñables, como lo prueba que fueran capaces de repeler con éxito los ataques del reino visigodo de Toledo, y luego del Estado islámico, durante siglos.

La recolección de bellota, probablemente para consumo humano, está presente en la icónica de monumentos románicos, como el mensuario de la iglesia de Hormaza (Burgos), de hacia 1200, y las pinturas murales de la ermita de San Pelayo, en Perazancas (Palencia), del siglo XI. En el conocido documento, mandado elaborar por Felipe II, “Relaciones histórico-geográficas de los pueblos de España”, los vecinos de Las Mesas (Cuenca) loan un encinar comunal que les proporcionaba

una parte notable de su dieta, sobre todo en los años malos para el cereal.

Un análisis excelente se encuentra en la gran novela de Cervantes (cap. XI de la primera parte), en el discurso de Don Quijote a los cabreros, donde se exponen las causas políticas del fomento de la agricultura. Se arguye que hubo un pasado de concordia, sin propiedad privada, ente estatal ni opresión de la mujer, en el cual los seres humanos se alimentaban de bellotas y miel silvestre, edad magnífica porque en ella "aún no se había atrevido la pesada reja del curvo arado a abrir ni visitar las entrañas piadosas de nuestra primera madre". Ello liga la agricultura a deficiencias cardinales en la libertad política y civil, y la recolección de frutos, la bellota en primer lugar, a su general existencia.

Más próximos a nuestros días, sabemos que la nutrición humana en las zonas menos desnaturalizadas de Asturias a comienzos del siglo XX seguía basándose en la harina de bellota y castañas, y que en la zamorana comarca de Sayago, en el Maestrazgo y en otros territorios se han comido bellotas hasta ayer mismo.

La bellota como nutrimento del futuro

Alimentos silvestres de Madrid, de J. Tardío, H. Pascual y R. Morales, ofrece datos de que hasta hace nada la bellota ha sido consumida por los seres humanos en pueblos de la Comunidad de Madrid, donde se apreciaban tanto que se cambiaban por garbanzos y judías. En algunos lugares "se preparaba harina de bellotas con la cual se elaboraban varios platos, como gachas o viejas, especie de masa como las croquetas, incluso pan".

Daniel Pérez [3] ha investigado el aprovechamiento de la bellota en el País

Vasco, estableciendo los lugares en donde ha sido sustento humano hasta fechas muy recientes, indagando las labores con que se desintoxicaba y los modos como ha sido preparada para su consumo. Una vez que estos conocimientos fueron dominados, añade, los seres humanos "optaron, no por destruir los bosques sino por 'tratar' los alimentos recolectados", observación decisiva si se proyecta sobre el futuro. Aquél ha recuperado los procedimientos para su recolección y almacenaje, molienda, panificación y elaboración de otros productos alimenticios con su harina, saberes prácticos que hoy poseen una importancia de primer orden.

Para tener una idea realista de los fundamentales obstáculos que hoy se oponen a la generalización de la bellota como alimento silvestre de consumo humano se ha de entender el por qué de la agricultura, asunto de una complejidad colosal. Simplificando, diremos que ésta no parece resultar de la necesidad de incrementar los rendimientos para nutrir a una mayor población (las glandíferas pueden ser tan productivas por unidad de superficie como el cereal, o incluso más) sino de los intereses políticos de las elites organizadas como Estado. El trigo fue el alimento de los ejércitos romanos, y para abastecerles se forzó la generalización de su cultivo. Al ser la romana una sociedad urbana, el suministro a las ciudades demandaba enormes extensiones cerealizadas, así como funestos monocultivos, de olivo y vid. Para trasladar los productos a las ciudades eran necesarios medios de transporte que demandaban muchísima madera, así como recipientes de barro cuya cocción convirtió en humo, literalmente, buena parte de los montes.

En la edad contemporánea la agricultu-

ra sigue estando rigurosamente sometida a los intereses estratégicos de los Estados (tal es el meollo de la PAC, la actual y de cualquier otra), de donde ha resultado la destrucción de bosques más terrible de nuestra historia, a causa de la desamortización civil, con las leyes de 1770, 1813 y 1855 sobre todo. La tierra adopta la forma de capital productivo, al que se exige ganancias monetarias, lo que imposibilita su uso según categorías medioambientalmente apropiadas, por ejemplo, de reforestación a gran escala con especies autóctonas, una parte *Quercus*.

El confinamiento de una fracción mayoritaria, y creciente, de la población en las ciudades imposibilita el aprovechamiento de frutos o hierbas, que no resulten de la agricultura y no ocasionen los males que ésta origina de forma inevitable. Por tanto, la superación de tal estado de cosas parece ser la precondition estructural para que la alimentación de los seres humanos incluya en su dieta hasta un tercio de productos de la bellota y de otros frutos silvestres, como sería deseable para tener una naturaleza bien arbolada y restaurada, húmeda y con tierras ricas en humus, con variada y abundante flora y fauna silvestres, en particular en el área mediterránea. 🌿

Notas y referencias

- 1 Este asunto está tratado con más extensión en el libro *Naturaleza, ruralidad y civilización*, Félix Rodrigo Mora.
- 2 Para un examen imparcial acudir a "Agricultura ecológica y capitalismo global", en *Brasero* nº 1, y a *Erosión en el olivar ecológico. Manual de campo. Diagnóstico y recomendación*, J. Milgroom y otros.
- 3 Sus textos más asequibles son *La bellota alimento de antaño. Manifiesto bellotero*, y "La bellota alimento de humanos", en *Aunia*, 2006-7, nº 17.

