

El secreto de la salsa

El garum era un compuesto industrial formado por peces grasos o azules como pueden ser las sardinas, los salmones, los boquerones o los arenques, así como pequeños peces como podían ser anchoas o salmonetes y vísceras de otros grandes como eran los atunes, los cuales los ponían en salmuera que maceraban al sol durante el verano. En el sur de España se sabe que ponían capas de hierbas aromáticas como eran hinojo, cilantro, eneldo, hierbabuena y apio. Todo este preparado se removía con frecuencia de tres a más veces diarias hasta que se convertía en un líquido, que por su maceración no debía ser muy apestoso.

Una vez que ya estaba todo bien macerado se introducía una cesta tupida y se dejaba que se filtraran los líquidos, los cuales se sacaban y le daban el nombre de liquamen, que era el máspreciado, el resto era de peor calidad y se llamaba hallec.

Cuando se habla del garum en la actualidad se hace como si fuera una fórmula única, lo que es un gran error, porque dependiendo del lugar de procedencia se manufacturaba de forma distinta, dándole a cada receta una seña de identidad o denominación de origen que lo hacía inconfundible.



Moderna preparación de lo que sería el Garum de época romana

El Garum era una salsa que mezclada con vino, vinagre, aceite e incluso con agua, servía para aliñar otros manjares. Las recetas conservadas nos relatan su proceso de elaboración. Se ponían en un recipiente las vísceras de una larga lista de pescados y mariscos (morenas, caballas, atún, sepia, calamar, ostras, congrios, bucinas, colias, marsopas...) y se le añadía sal de manera generosa. A continuación se ponen pescados pequeños (morralla, anchoas).

Todo bien salado se dejaba secar al sol moviéndolo con frecuencia. Una vez seco, por el calor del sol de la masa se desprendía un líquido que era el Garum.

Una de las diversas formas de preparar el Garum es el llamado "de sangre", hecho con las vísceras, branquias, suero y sangre del atún mezcladas con sal en proporción y se secan al sol durante algo más de dos meses. Se trata de una auto

digestión del pescado por las diastasas de su propio tubo digestivo, en presencia de un antiséptico (la sal), que impide la putrefacción.

A esta autólisis se añade una cierta fermentación microbiana que provoca la maduración de la masa, de forma parecida a la que provoca la fermentación de los quesos, según opinan los especialistas franceses Grimal y Monod.

Por el hallazgo frente a las costas abderitanas de dos embarcaciones cargadas con ánforas con Garum y salazones se conoce que los principales preparados para la exportación era el Garum Escogido, Garum de caballa (Garum Scombri), Garum Selecto (Liquamina o Liquamen), citado por primera vez a mediados del siglo I d.C. por Columela era una salsa de pescado muy apreciada por su calidad. Salmuera de atún selecta (Muria) y Salmuera de atún corriente (Muria Secunda) también llamado hallec un subproducto del garum no muy apreciado por los gourmets de la época.

El pensar hacer garum en la actualidad, aunque se tuviera la fórmula exacta y detallada, sería una labor difícil de llevarla a la práctica porque para ello deberíamos reproducir y disponer de los mismos elementos de la época para la fermentación de los pescados, ventilación óptima, horas de sol y por último el volumen necesario para que fuera como el que consumían los romanos.

Es evidente que este preparado industrial no estaba hecho para su consumo directo y era un saborizante de la cocina, prueba de ello son las 493 recetas de Marco Gavio Apicio.

Existe una creencia equivocada en todo lo referente al sabor que podría tener este producto como consecuencia de razonamientos erróneos al pensarse que todo el compuesto era una amalgama de pescado corrompido y putrefacto, nada más lejos de la realidad, porque tanto la sal, como las altas temperaturas en las que se desarrolla todo el proceso de maceración, entre 40 y 50 grados, hace que se bloquee el desarrollo de microorganismos, obteniéndose, una vez terminado el proceso de producción, un compuesto totalmente esterilizado. Por otra parte, las enzimas proteicas del pescado, unidas a los microorganismos presentes en los intestinos, branquias y escamas hacen que se produzca la licuefacción parcial del compuesto en pocos días. Esta parte líquida, que se llamaba 'liquamen' está exenta de proteínas, pero sí es rica en aminoácidos libres y pequeños péptidos, siendo estos aminoácidos un aporte importante en la dieta. Otro factor, que puede sorprender a muchos, es que gracias a éste proceso se produce una concentración de glutamato en el 'liquamen', el cual hacía resaltar los sabores de las comidas, de ahí su gran aprecio e inestimable ayuda en la elaboración de platos sabrosos.

La obtención del garum según el libro Geopónica o Extractos de Agricultura de Casiano Baso que lo describe en el Libro XX, capítulo 46, se realiza de la siguiente forma:

Se echan las vísceras de los peces en un recipiente y se salan; también, pequeños pececillos como pejerreyes, salmonetes de fango pequeños, chuclas, boquerones o los que tengan un aspecto diminuto, todos se salan igualmente y se conservan en salmuera al sol, removiéndose con frecuencia. Cuando hayan permanecido en la salmuera un verano, se saca de ellos el garum de este modo: se mete en el recipiente lleno de dichos pececillos una gran cesta tupida y el garum se filtra en la cesta, y así, pasado por el tamiz de la cesta, se recoge el denominado liquamen; el residuo sobrante se convierte en hallec. Pero los bitinios lo preparan así: coges chuclas, mejor pequeñas que grandes, o en su defecto boquerones, chicharros, caballas o incluso hallec o una mezcla de todos ellos, los echas en una mesa de

panadero donde se suele amasar la harina y los amasas echando por cada modio de pescado dos sextarios itálicos de sal, de manera que se mezclen con la sal; tras dejarlo una noche, échalo en un recipiente de barro y ponlo al sol sin tapar durante dos o tres meses, removiéndolo periódicamente con una vara, después de lo cual tápalo y guárdalo. Algunos añaden también por cada sextario de pescado dos de vino añejo. Además, si quieres consumir inmediatamente el garum, o sea no ponerlo al sol sino hervirlo, harás como sigue: Salmuera líquida verificada de manera que al echar un huevo flote (pero si se hunde es que todavía no tiene sal bastante); echa luego en una olla nueva el pescado con la salmuera, adicionando orégano, y ponla al fuego preciso hasta que hierva, es decir, hasta que empiece a evaporarse un tanto; algunos añaden también arrope; a continuación, ya frío, viértelo en un colador, echando sobre éste dos otras veces lo mismo hasta que salga limpio, tápalo y guárdalo. Pero el mejor garum, el denominado haimátion se hace así: se cogen las vísceras del atún junto con las agallas, el jugo y la sangre y se les esparce la sal que necesiten; se dejan en recipiente y a los dos meses como mucho se perfora éste y sale el garum denominado haimátion.

Fray Isidoro de Sevilla (560-662) en sus Etimologías XX, 3,19-20 dice lo siguiente: *El garum es una salsa líquida a base de pescado. Antiguamente se elaboraba con un pez al que los griegos denominaban gáros; aunque hoy día se utiliza en su preparación infinidad de peces, conserva, no obstante, el nombre del pescado con el que comenzó a elaborarse. Al liquamen se le da esta denominación porque los pececillos disueltos en esta salsa se licuan dando lugar a tal condimento. Esta salsa es conocida con el nombre de salsugo o muria.*

En España se sabe que se consumió el garum, por lo menos, hasta mediados del siglo XV gracias a un tratado nazarí escrito por Abū Bakr Abd al-Áziz Arbūli, natural de Arboleas, partido judicial de Huércal Overa en Almería, y que llamaban 'Murri al-hút'. Escrito entre los años 1414 y 1424 y donde, como en otros de la época, se estudiaba su aplicación terapéutica, diciendo que *esta elaboración de pescado caliente, calma, limpia el estómago de flema y ayuda a digerir los alimentos pesados.*

Este escrito describe el producto, garum, como un vinagre sin alcohol que se confeccionaba con un tipo de sardinas grandes, llamadas satriyya, y con otros pescados con escamas, como prescribe la ley coránica. Este compuesto es más conocido como almorí en castellano o muria, el cual recomienda, dicho tratado, contra la mordedura de perros rabiosos por ser frío y húmedo, este vinagre es posiblemente un tipo parecido al llamado defritum de los romanos.

El consumo del garum fue decayendo con el tiempo, encontrando la última pista de su uso en la cocina, según Attilio A. Del Re, en Asia Menor, en concreto en la región de Bitinia, hoy Turquía, donde dice que existe constancia de su uso por lo menos hasta el año 1917.

FUENTE: HISTORIA Y FABRICACIÓN DEL GARUM. Artículo de Carlos Azcoytia
Última actualización: Agosto de 2007.

<http://www.historiacocina.com/historia/articulos/garum.htm>