

# REVISTA DE LA ASOCIACIÓN CULTURAL “AMIGOS DE JOSA”



Panorámica de Josa desde San Jorge - Fotografía: Daniel Gómez



# Sumario

Editorial . . . . .	.4
Conferencia coloquio. <b>Edulcorantes naturales - La miel.</b> <i>Alberto Casasús</i> . . . . .	.5
Por los senderos de Josa. <b>La Cueva Roya.</b> <i>Enric Porcel</i> . . . . .	.6
Taller de cocina. <b>Rosquillas de la tía Concepción.</b> <i>M<sup>a</sup> Carmen Anel</i> . . . . .	.7
Taller de costura. <b>Primer taller de costura.</b> <i>M<sup>a</sup> Jesús Anel</i> . . . . .	.8
<b>Asamblea General Anual Ordinaria.</b> <i>M<sup>a</sup> Carmen Anel</i> . . . . .	.9
<b>Paleontología.</b> Mi historia . . . . .	10
<b>Hierbas de utilidad.</b> <b>La Malva.</b> <i>Antoni Graugés</i> . . . . .	12
Recetas de cocina: <b>Conejo en escabeche.</b> <i>Alicia Anel Muñio</i> . . . . .	14
Curiosidades. <b>Las cigüeñas visitan Josa.</b> <i>José María Quer</i> . . . . .	15

# Editorial

Queridos amigos de Josa:

El día 8 de junio de 2008 tenía lugar la fundación de nuestra asociación cultural y en este momento ya hemos rebasado el centenar de socios.

Desde entonces hemos intentado organizar actividades perfectamente definidas en los estatutos.

Pero hemos de ser realistas: con las cuotas de dichos asociados (10 euros al año) pocas actividades se pueden organizar, así que la única vía importante para podernos sufragar son las subvenciones oficiales. En abril de 2009 la Diputación de Teruel nos concedió 400 euros, que se destinaron íntegramente a la adquisición de un proyector.

Para el ejercicio 2010 se presentaron varias solicitudes ante los organismos públicos, pero hasta la fecha o bien han sido denegadas o bien no nos han respondido. La más importante es sin duda la destinada a la adecuación del antiguo “Horno de Pan” como sede de la asociación, a la vez que museo de “Usos y Costumbres”.

Ante dicho panorama podemos caer en la tentación de desanimarnos. Y precisamente desde estas líneas queremos transmitir ánimo y coraje para seguir trabajando por aquello que nos

motiva: nuestro amor por este pequeño rincón del planeta llamado Josa. El hecho de que la mayoría de socios resida lejos del pueblo no ha de ser impedimento para que procuremos participar en cuantas actividades organice la asociación en los tres momentos fuertes del año: Semana Santa, verano y Santa Lucía.

Debe ser también un reto el de animar a los más jóvenes para que se hagan socios y aporten nuevas ideas y proyectos. La asociación será lo que sus socios quieran que sea.

Con este ejemplar son ya 3 los números publicados de la “Revista de la Asociación Cultural Amigos de Josa”. Aunque sencilla, pero digna, intenta ser, junto con las noticias que aparecen en la web del pueblo ([www.josateruel.com](http://www.josateruel.com)), un canal de comunicación entre los socios, simpatizantes y personas interesadas por cuanto acaezca en Josa, así como actividades que hemos organizado.

Seguro que puede mejorarse, y ahí interviene precisamente la colaboración de todos.

¡Ánimo josinos! Y como dice el lema, y es a la vez el deseo de todos: ¡Josa, la más hermosa!

# Edulcorantes naturales - La miel

*Alberto Casasús*

*Fotos Enric Porcel*

Como estaba programado el sábado día 5 de Diciembre tuvo lugar, en la sede provisional de la Asociación, la charla sobre edulcorantes naturales con el objetivo adicional de hacer mención especial a la miel, producto emblemático en la zona y aún en el Pueblo.

El conferenciante comenzó con una breve explicación sobre la fotosíntesis como la razón fundamental que ha dado lugar a la vida en nuestro planeta. A continuación pasó una ligera revista a la fisiología del gusto cuya percepción radica en las terminales olfativas y en las papilas gustativas, por este orden de importancia.

Acto seguido repasa un completo listado de los edulcorantes naturales describiendo su grado de dulzor incluyendo la miel, comparando siempre con una solución de azúcar o sacarosa al 10% de concentración. Destaca la Esteviosa, edulcorante presente en las hojas de una planta abundante en Paraguay y en Brasil y cuyo poder edulcorante es hasta doscientas veces el del azúcar como promedio.

La miel también es más dulce que el azúcar siempre que se utilice a temperatura ambiente o en frío; en caliente es ligeramente inferior a esta última.

Se describe somera y comprensiblemente la estructura molecular de todos los edulcorantes descritos.

A continuación se aborda el tema de la miel cuya composición se describe detalladamente y está compuesta fundamentalmente de Fructosa y Glucosa y que en Josa goza de mucho prestigio fundamentalmente porque los enjambres se alimentan del néctar de espliego, romero, tomillo y en menor medida de salvia y otras y que le confiere un sabor y aroma peculiar e intenso ayudado por lo seco del clima y escasas lluvias.

El conferenciante pasa revista a la reproducción de las abejas, llevada a cabo por el apareamiento de la reina con los zánganos y que tiene lugar siempre en el aire, única vez por cierto que la abeja reina sale al exterior.



La metamorfosis que sufren las larvas. Indica como en el caso de que en un mismo enjambre nazcan dos reinas, estas se enfrentan hasta que solo queda una.



Los enjambres suelen formar un mínimo de 30.000 individuos, aunque en algunos lugares lo forman hasta 70.000. De estos solo uno o dos centenares son zánganos que carecen de aguijón. Pasa revista a la producción mundial, europea y española incluyendo sus exportaciones.

Acabada la disertación del conferenciante se inició un coloquio el que hubieron algunas intervenciones, destacando por su importancia las de Pedro Nebra, quien nos explicó sus propias experiencias con sus panales, anécdotas y curiosidades de la vida de las abejas y de la obtención y recolección de la miel.

La charla que duró una hora y media se dio por terminada después de un animado coloquio.

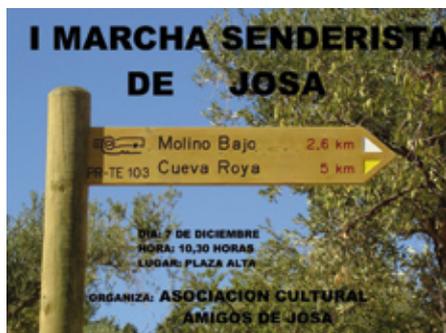
# Primera marcha senderista

Enric Porcel Caro  
Asociación Cultural  
Amigos de Josa

Convocada por la Asociación Cultural Amigos de Josa, y con motivo de la inauguración del sendero Josa-Cueva Roya, el pasado día 7 de Diciembre tuvo lugar una salida popular para dar a conocer este camino recientemente acondicionado por la empresa PRAMES dentro del “Plan de dinamización turístico de las Cuencas Mineras”.

El sendero de 5,2 kms. posee un ramal hacia el Molino Bajo. Se trata de la recuperación de antiguas sendas del término que actualmente estaban perdidas bajo la maleza.

En el caso de Josa, gracias a nuestro alcalde el Sr. José Luís Ayala, con la colaboración de esta Asociación Cultural, ha sido posible llevar a buen término este itinerario.



Así son los nuevos rótulos de los senderos  
Foto: Enric Porcel

La marcha senderista, después de las presentaciones, reencuentros y fotos de rigor, partió de la Plaza Alta a las 10:30 horas.

Participaron una veintena de personas de todas las edades, contando con caminantes venidos del vecino pueblo de Muniesa.

Por la calle Mayor y el Madero se cruzó la carretera para por el *cabecico* seguir las balizas por la pista que por el *costao de la campana* y el *carrascal plano* llega hasta el pinar. Previamente habremos pasado el desvío a la derecha del pequeño ramal que discurre hasta el Molino Bajo en el río Sús.



Por la “Hilada del Cojo”  
Foto: Enric Porcel

Aunque el frío de Diciembre se hace notar, poco a poco y con el esfuerzo físico, nos van sobrando prendas de abrigo. Pasamos el pinar y nos adentramos por el barranco de la Hilada del Cojo para más tarde divisar a nuestra izquierda el Mas de los Pablicos o del río Seco, ya que nos encontramos en la partida del mismo nombre.

Seguidamente, pasamos por unas rochas desde donde se divisa un espléndido paisaje con



La Cueva Roya - Foto: Miguel Felipe

los focinos del río Sús debajo de nosotros.

El corral de la Cueva Roya ya lo tenemos a la vista. Este corral también posee una cueva, dónde hacían vida generaciones y generaciones de pastores josinos. Se entra a esta cueva por una antigua puerta (hoy día inexistente, pero doy fe de que había una puerta de madera) que da a dos estancias con un impresionante mirador a la grandiosidad de la Cueva Roya y al río Sús.



El grupo a punto de la salida  
Foto: Javier Isla

Aprovechamos para dar cuenta del bocadillo y hacer una fotos. A la vuelta los caminantes se van espaciando según sus aptitudes y cansancio acumulado, pero todos vuelven antes de las 15 horas. Fotos de rigor y despedida, esperando con ganas la próxima marcha senderista.

# Éxito del taller de cocina de Josa

*María del Carmen Anel*  
Secretaria de la Asociación  
Cultural Amigos de Josa

Organizado por la Asociación Cultural Amigos de Josa, se realizó el pasado día 2 de abril a las 5 de la tarde, un interesante Taller de Cocina dedicado a la confección de las riquísimas y tradicionales rosquillas.

Con gran entusiasmo y numerosa asistencia de público muy participativo, las conductoras de la actividad: Maricarmen, Julia, Pepi y Carmen con la ayuda de otras/os socias/os de la Asociación nos hicieron partícipes de todo el proceso de elaboración de las rosquillas típicas de Josa, según la receta ancestral de la “Tía Concepción”.



A punto de freirlas - Foto: Javier Isla

También es de destacar el esfuerzo de “las fogoneras”: Pilar, Angelines y Raquel (foto adjunta). Estas rosquillas, unas mil, fueron servidas como postre de la cena popular que se celebró al día siguiente, cena organizada por la Peña Okupas, Comisión de Fiestas del 2010 y en la que participaron unas 200 personas.



Pilar, Raquel y Angelines en plena tarea.

Foto: Javier Isla



Moldeando las rosquillas

Foto: Javier Isla



Los preparativos - Foto: Enric Porcel

El tiempo acompañó a la actividad, que se efectuó al aire libre en la barbacoa situada al lado de la ermita de Santa Lucia. Hombres, mujeres y niños disfrutaron modelando la masa de las rosquillas, pasando un rato agradable y productivo.

Enfín, una actividad más de la Asociación Cultural, esta vez de tipo gastronómico, que hizo posible divulgar la elaboración de este dulce tan típico de nuestra tierra.



¡Qué buena pinta ! - Foto: Javier Isla

# Taller de costura

Alberto Casasús

Fotografías M<sup>a</sup> Carmen Anel

En la tarde del día 9 de diciembre como estaba programado, tuvo lugar en el cubierto nuevo de la barbacoa junto a Santa Lucía, la primera jornada del primer taller de costura organizado por María Jesús Anel Muñio socia de esta Asociación cultural desde sus comienzos.



Pili, M<sup>a</sup> Jesús (la organizadora),  
M<sup>a</sup> Pilar Mari Carmen en el taller.

El taller contó con numerosos participantes (contamos hasta 45), en su mayoría, como era lógico, mujeres, pero destacamos la presencia de numerosas niñas y hasta de seis niños que demostraron su pericia e interés.

El taller contó con numerosos participantes (contamos hasta 45), en su mayoría, como era lógico, mujeres, pero destacamos la presencia de numerosas niñas y hasta de seis niños que demostraron su pericia e interés.

María Jesús había montado un panel demostrativo de los trabajos a los que podían acceder los participantes, teniendo prepara-

dos al efecto todos los materiales necesarios para realizarlos incluyendo retales de ropa de varios colores, dedales, hilos y los patrones necesarios para realizar cualquiera de los trabajos mostrados en el panel.

La primera jornada del taller de costura se desarrolló en un gran ambiente de trabajo y animado bullicio.

La organizadora iba supervisando los trabajos con la ayuda de sus tres eficientes y voluntariosos ayudantes que se encargaron de ir suministrando materiales y guiando a los más noveles.

Al día siguiente a la misma hora tuvo lugar la segunda jornada del taller. A la hora señalada cayó un chaparrón que hizo movilizar a organizadora, monitores y participantes desde el cubierto de la barbacoa hasta el interior del pabellón, dónde rápidamente se prepararon las mesas y sillas necesarias.



En plena tarea



¡Cuánta juventud!

En total, terminaron el taller cincuenta personas, incluyendo la organizadora y ayudantes, unos acabando lo que habían comenzado en la primera jornada y los más adelantados, confeccionando un segundo trabajo.

El curso terminó a las 20:00 h y una vez concluido se procedió a la entrega del correspondiente diploma de seguimiento del curso.



Panel expositivo

# Asamblea General Anual Ordinaria

Con día 14 de agosto a las 11:20 horas se inicia la Asamblea General Anual de carácter ordinaria con el siguiente orden del día:

1. Lectura y aprobación del Acta anterior
2. Memoria de la Asociación
3. Revista
4. Censo y estado de cuentas
5. Ruegos y preguntas

Al inicio de la sesión, el Vicepresidente de la Asociación da la bienvenida a la nueva Secretaria, M<sup>a</sup> Carmen Anel Quílez.

La secretaria de la Asociación M<sup>a</sup> del Carmen Anel Quílez procede a leer la Memoria de lo ocurrido durante el pasado año 2009, dando su conformidad y aprobación después de su lectura por todos los presentes.

Seguidamente el vicepresidente Alberto Casasús, vuelve a resaltar el cometido en sí de la Asociación cultural. También y con el consenso de los presentes se llega a un acuerdo de programar las Asambleas anuales ordinarias de la Asociación Cultural unos dos o tres días, si es posible, antes de las Fiestas del pueblo para que ambos eventos no coincidan.

A continuación, hace referencia al gran éxito participativo y entusiasmo con que fueron acogidos

los talleres sobre el postre típico de las rosquillas de la abuela Concepción efectuado por M<sup>a</sup> del Carmen Anel y ayudantes, como la originalidad del taller de costura impartido por María Jesús Anel, y propone que se siga en esta línea de participación por parte de todos.

También destacar la interesante conferencia sobre la miel y sus propiedades impartida por Alberto Casasús, con una exposición del tema y participación enriquecedora de los presentes.

**Revista:** Se vuelve a resaltar que la revista se hace llegar a unas diecinueve personas socias que carecen de internet, ya que las demás tienen acceso a la web de Josa donde se puede descargar, y con esto conseguir un menor coste de la publicación, teniendo en cuenta que somos una asociación reciente, aunque dicho sea de paso el número de socios sigue incrementándose, llegando en este momento a la cifra de 105 miembros.

Alberto y todas las personas de la Junta proponen diseñar un logotipo para la Asociación cultural haciendo partícipes a las personas conocidas más preparadas para su creación.

**Estado de cuentas:** Jordi Xavier Romero, pone al corriente a todos los presentes del estado de

cuentas actual, y del pequeño gasto que han supuesto los talleres, la publicación de la revista, etc. Teniendo un saldo positivo en el último año, invita a los asistentes a consultar el libro de cuentas, si lo desean.

Hace mención de las personas que por motivos de “despiste” no han abonado la cuota de la asociación, y declara que enviará una circular a los mismos para comunicarlo.

Se indica que la cuota anual seguirá siendo de 10 euros. Y se tramitará a través del banco, con la conformidad de la protección de datos y el consentimiento firmado de los nuevos socios.

**Ruegos y preguntas:** Nuestra presidenta Julia Sanmartín, toma la palabra informando que deja la Presidencia, alega a este fin que es por motivos personales que atañen a su vida familiar al no poder disponer de tiempo para dedicarse a la Asociación. Aceptada esta decisión por la Junta, nuestro vicepresidente toma el cargo de la presidencia hasta el verano que viene, que se someterá a votación la composición de la nueva Junta y a sus cargos tal y como queda reflejado en los estatutos de la Asociación Cultural Amigos de Josa. La Junta y la Asamblea agradecen la labor realizada por la que

ha sido la primera Presidenta de la Asociación.

**Propuestas:** Se acuerda que la Junta directiva de la Asociación traslade al Ayuntamiento la solicitud para que sea restablecido el nombre de “Plaza Alta” tal y como es conocido a lo largo de la historia del Pueblo y que además figura en el catastro, reemplazando la actual donde figura “Plaza Mayor”.

Del mismo modo solicita el traslado de la placa conmemorativa de los caídos en el monumento de la cruz de los caídos (que figura a la entrada de la Iglesia) al cementerio y dejar la cruz sin inscripción alguna.

Debido al éxito de los talleres y conferencias, se proponen varios más para el año siguiente:

Taller de buñuelos, taller de fabricación del jabón tradicional, taller culinario de cocina original, conferencias de veterinaria, clase de baile en verano, charlas sobre el Parque Cultural y cuevas que existen en el término del pueblo, alimentación y dietética, sobre el medioambiente actual, etc. Lo cual anima a los presentes a participar en el transcurso del próximo año.

También y voluntariamente se le pide a Jordi Xavier Romero que como en el anterior año, sea nuestro guía particular del

pueblo, para cuantos visitantes deseen conocer nuestro patrimonio artístico y cultural, como la Iglesia, el museo etc., a lo que él mismo se ofrece.

Concluida esta información, saludamos a todos los josinos.



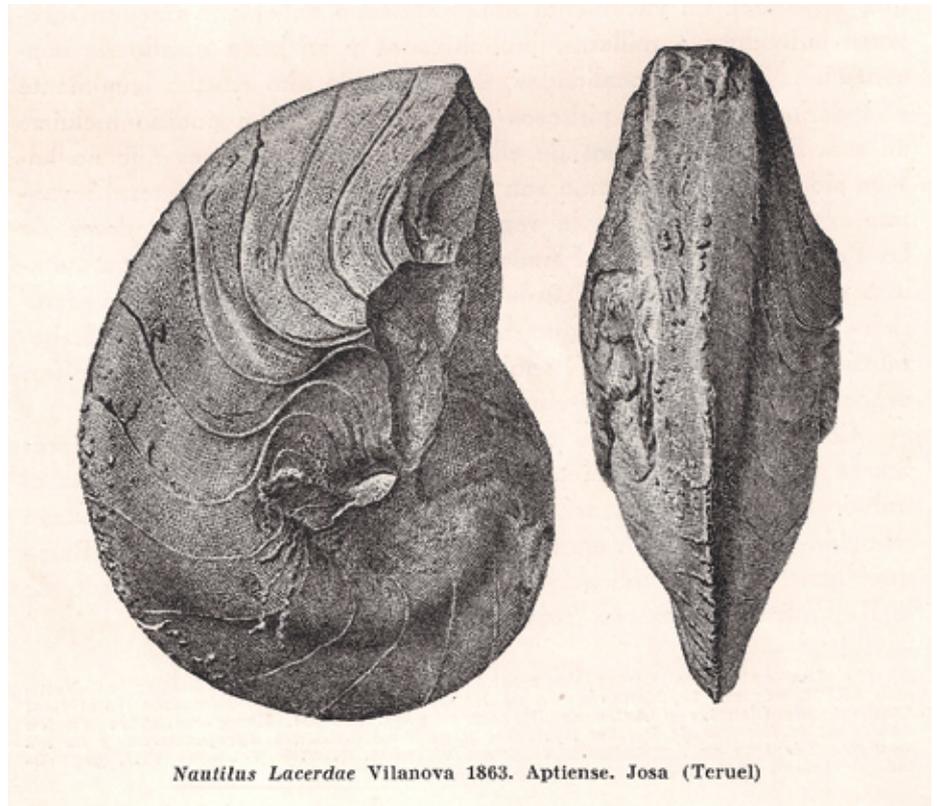
# Paleontología: mi historia

Hola, soy el fósil catalogado con el número I-14855 del Museo de Ciencias Naturales de Madrid y soy un *nautilido*. Los *nautilus*, (algunos de mis parientes todavía viven), somos *cefalópodos*, es decir, tenemos las patas en la cabeza como los pulpos, pero a diferencia de ellos, tenemos una concha externa que nos protege el cuerpo y que como parte dura tiene más facilidades para fosilizar si se dan las condiciones óptimas.

Quedé fosilizado en la Tejería, en la localidad de Josa. Naturalmente, cuando vivía hace aproximadamente 124 millones de años, la Tejería no existía como la conocemos ahora si no que era mar, una pequeña área con conexión al gran mar que se llamaba *Tethys*. Por movimientos de placas, distintas orogénias y movimientos eustáticos o cambios del nivel del mar hemos llegado a lo que es hoy esta región.

Los seres vivos hemos ido diferenciando nuestra morfología generación tras generación en un proceso de evolución continuo, por eso mi especie tenía este aspecto hace 124 millones de años; las anteriores fueron especies distintas y los posteriores también o se extinguieron.

El primero que me encontró fue el valenciano Juan Vilanova y Piera, Catedrático de Geología y Paleontología de la Universidad de Madrid desde 1852. Me



*Nautilus Lacerdae* Vilanova 1863. Aptiense. Josa (Teruel)

recogió y viendo que soy distinto a mis parientes próximos conocidos hasta el momento, me bautizó como *Nautilus lacerdae* y así lo publicó en 1863. Lo de *lacerdae* me lo puso en honor a una conocida suya, la Condesa de Oñate, Sra. Josefa de la Cerda, que parece ser era aficionada a la paleontología. Lo publicó con un dibujo de mí muy bien hecho, pero su manera de trabajar no era igual a la que se emplea en nuestros días.

La primera objeción en cuanto a la metodología de trabajo empleada en comparación con la actual es que no se suele crear una especie nueva con un solo ejemplar, se tienen que ver varios para estudiar la variabilidad entre individuos y observar

las distintas fases de crecimiento si es posible. La segunda objeción es que hizo de mí una descripción bastante escueta, como era costumbre en aquella época: “testa discoidea, compresada, carinata...” y contenía algún error porque sólo se fijó en mí sin ver otros ejemplares.

Allí quedé depositado, en el Museo de Ciencias Naturales de Madrid. Nadie volvió a interesarme por mí, si bien al estar bien dibujado, aparecía en los catálogos de especies como las publicadas por de L. Mallada (1887 y 1892) y J. R. Bataller (1950) que incluso reprodujo el dibujo que hizo de mí Vilanova.

1. Antoni Graugés es geólogo, miembro de esta Asociación y mantenedor del Museo de Paleontología de Josa.

Con la clasificación actual correcta: Clase - Orden - Familia - Género - Especie; tenían mi nombre de especie, *lacerdae*, pero los criterios del género *Nautilus* variaban al descubrirse nuevos géneros y no sabían a cuál atribuirme. Según la nomenclatura taxonómica binominal, toda especie debe estar atribuida a un género determinado. B. Kummel (1956) ya reconocía 27 géneros distintos para el Mesozoico cuando en tiempos de Vilanova había solamente uno. Siempre en base al dibujo de Vilanova, distintos científicos como J. Wiedmann (1969); V. N. Shimansky (1975); J. Disk (1984) no me ubicaban claramente en un género al ser completamente diferente y a la vez ser ejemplar único.

En esta década, Ricardo Martínez y Antoni Graugés<sup>1</sup> de la Universitat Autònoma de Barcelona estudiaron los nautilidos de la zona, juntando una buena cantidad de ejemplares gracias a la recolección de fósiles sobre el terreno y el acceso a colecciones privadas, en especial las de Alberto Casasús y de José M<sup>a</sup>. Quer. De todos ellos había once totalmente distintos y les llamó la atención alguna característica que les recordaba a mí, aunque diferentes. En una visita a Madrid, el Dr. R. Martínez vino a verme al Museo (¡ya era hora de que viniese alguien!) y después de examinarme vio que mi forma figurada no era la real porque estaba deformada y aplastada por un extremo, la forma de quilla externa (*carinata*, según Vilanova) es en realidad redondeada, siendo los otros once fósiles de la misma especie que yo, parientes cercanos, vamos.

Gracias a esto pudieron conseguir dos objetivos: El primero fue poder describir correctamente mi especie y poder observar mi variación durante el crecimiento. El segundo fue atribuirme a un género; tuvieron que crear uno nuevo y le pusieron el nombre en honor a este bonito pueblo: *Josanautilus*. Así, ya puedo descansar tranquilo sabiendo cómo me llamo: *Josanautilus lacerdae*.

Después de la publicación de este estudio por parte de Martínez, R. & Graugés, Antoni Graugés (2008) he tenido conocimiento que han encontrado dos ejemplares además de los de Josa, uno en l'Ardèche (Francia) por G. Conte (2007) y otro en Morella (Castellón) por J. A. Moreno-Bedmar (sin publicar). Ya véis, me ha pasado lo mismo que a muchos humanos, me ha llegado el reconocimiento después de muerto. Gracias, Paleontología.

# Hierbas de utilidad: La malva (Malva Sylvestris)

En la sociedad moderna, debido al avance de la farmacopea y la comodidad y opulencia que nos brinda la sociedad de consumo, de forma totalmente injusta, hemos arrinconado plantas que nos han dado un gran provecho a lo largo de la historia; este es el caso de la malva.

**Descripción:** La malva es una planta herbácea entre bianual y perenne que en nuestra tierra no sobrepasa los 30-40 cm de altura. Los tallos son vellosos y leñosos. Las hojas son palmatinervias y lobuladas, con los lóbulos dentados (foto 1). Las flores que se cierran al anochecer y cuando hace mal tiempo para proteger el polen, son de color rosáceo con unas venas color púrpura. El fruto tiene forma de disco pequeño que se descompone y cae al madurar.

Es abundante en terrenos baldíos, márgenes de caminos, escombreras... en general terrenos bien nitrogenados.

Para disponer de las propiedades de la malva se usan las flores y las hojas. Se le conocen propiedades medicinales, aunque también tiene aprovechamiento alimentario y cosmético.

**Propiedades alimentarias de la malva:** Se conoce desde tiempos históricos, fue muy utilizada por los griegos y romanos que



la consumían abundantemente mezclada con otras verduras en ensaladas. Es una planta muy rica en vitaminas A, B, C y E.

Incluso he encontrado una receta actual. Para los valientes, ahí va.

**Sopa de malva:** Para esta receta se debe procurar hojas de espinacas, unas hojas de acelgas, un poco de achicoria, 2-3 puerros y manojos de malva. Debéis triturar todas las hierbas muy finamente y se ponerlas a cocer en agua y sal. En el momento de servirla, se añade un poco de nata fresca o bien una yema de huevo.

**Propiedades cosméticas de la malva:** Por sus propiedades emolientes, es muy utilizada en cosmética.

**Tónicos faciales:** Se pueden elaborar compresas para ponerlas sobre el rostro con una decocción de un puñado de hojas secas por litro de agua.

**Propiedades medicinales de la malva:** Infusión de malva contra el estreñimiento: A un litro de agua hirviendo añadir un par de puñados bien colmados de hojas y flores de malva, dejar reposar 15 minutos. Tomar 2-3 tazas al día.

Infusión de malva para afecciones de las vías respiratorias: A un vaso de leche añadir unos 10 gramos de hojas y flores de malva. Tomar antes de acostarse.

Decocción de malva para gargarismos: Para las afecciones bucales, tales como



laringitis e irritaciones de garganta, cocer el agua de una taza con un par de cucharaditas de flores de malva. Dejar reposar diez minutos antes de hacer las gárgaras.

Compresas de malva para usos tópicos en úlceras, quemaduras y erupciones cutáneas: A un litro de agua añadir un puñadito de hojas o flores machacadas. Dejar reposar unos 15 minutos y filtrar. Empapar una compresa en el líquido y aplicar sobre la zona afectada de la piel.

Aceite de malva contra las picaduras y quemaduras: Cocer un puñadito de hojas de malva en una taza de agua y majarlas con un poco de aceite de oliva. Aplicar sobre la zona afectada.

Parece ser que sirve para casi todo. Otras informaciones como su utilidad para aliviar los dolores de la dentición infantil dando al crío las raíces peladas para que las muerdan y froten sus encías, o la curación de hemorroides con baños de asiento calientes a base de malva, no las he podido contrastar.

**Recolección:** Se recolectan las hojas y flores. Las hojas deben estar limpias y sanas, es decir, que no estén atacadas por hongos *Puccinia*, efecto conocido como “roya anaranjada”; no

deben ser viejas y deben recogerse a mano en plena floración (primavera y verano), con tiempo soleado y estable.

Las flores se recolectan acompañadas del cáliz y sin pedúnculo, siempre con buen tiempo.

Cuando las hojas y flores no se consuman frescas (por supuesto imprescindible en las ensaladas), hay que poner las partes recolectadas a la sombra o en un secadero con temperatura no superior a 35° C y una vez secos guardarlos en recipiente seco y hermético. Las flores completamente secas adquieren una coloración azul.

*Antoni Graugés*



# Recetas de cocina

## Conejo en escabeche

*Receta de la Sra. Alicia Anel Muño*



### Ingredientes:

1 Conejo limpio y troceado  
1 Cabeza de ajos  
2 Hojas de laurel  
1 o 2 cebollas (al gusto)  
1 ramita de tomillo  
Sal (al gusto)  
10 o 15 granos de pimienta negra  
2 vasos de aceite  
(medidas de vaso de agua)  
1 vaso de vinagre  
(medida de vaso de vino)

**Preparación:** Primero salamos el conejo. Lo metemos en el horno, o lo freímos vuelta y vuelta para sellar la carne. Después tirar el agua que desprende.

Poner en una cazuela (mejor de barro) todos los ingredientes, es decir, los dos vasos de aceite, el de vinagre, la cabeza de ajos entera, la ramita de tomillo, el laurel, los granos enteros de la pimienta y las cebollas cortadas a trozos grandes.

Dejar cocer todo el preparado unos 3/4 de hora más o menos, hasta que la carne esté tierna.

Este modo de cocción en realidad no es una receta de cocina, sino un método de conservación, puesto que se puede guardar en la nevera más de un mes, e incluso un año en el sitio adecuado fresco y seco (siempre sin vegetales).

En tal caso, se dejará reposar esta cocción hasta que el aceite se solidifique un poco al enfriar, se recogerá el aceite que queda en la parte de arriba de la cazuela con cuidado y se añadirá el vinagre y la gelatina que desprende el conejo, cubriendo después con este aceite.

Antiguamente en vez de pasarlo por el horno o freírlo se sellaba en las “lumbres del hogar”.

Este mismo método sirve para el pollo, codornices, etc.

La fotografía muestra el conejo cocinado por la Sra. Alicia, con cebollas y ajos del huerto de su marido Gregorio.

# Las cigüeñas visitan Josa

José M<sup>a</sup> Quer  
(texto y fotografías)

El pasado viernes 27 de agosto, me desplazé a Josa con mi señora, con la intención de pasar unos pocos días de descanso en nuestro pueblo, (lo llamo así porque pienso que es “nuestro”). Este año debido a diversas circunstancias, no nos fue posible ir como en otras ocasiones a mediados de mes.

Llegamos al pueblo al atardecer y nos dedicamos a la descarga de trastos del coche, los que no tenemos la suerte de vivir cerca de Josa, en nuestros desplazamientos nos parecemos más a

vendedores ambulantes que a otra cosa. La tarde era una de aquellas de calma absoluta y el sol ya se estaba ocultando.

En un momento determinado, mientras estaba transportando cosas y estando en mi corraliza, escuché sobre mi cabeza un sonido fuera de lo normal, era como si algo grande rozara contra el aire... cuando levanté la cabeza me quedé totalmente parado, a unos 10 metros por encima de mí, pasaban en vuelo rasante cientos de pájaros de tamaño considerable, enseguida me di

cuenta de que eran cigüeñas, pero no unas pocas, si no cientos de ellas. Cuando me repuse de mi sorpresa llamé a voces a mi mujer que salió de la casa, me pidió que grabara aquel fenómeno ya que una cosa como aquella no se ve cada día. Corrí al coche en donde estaba la maleta sin desembalar y busqué la cámara de vídeo o de fotos, lo que encontré primero fue la cámara y con ella me puse a filmar lo que estaba pasando.

Salí a la calle armado con la filmadora, gran parte de los vecinos de Josa ya se habían apercebido de lo que estaba pasando y estaban por las calles contemplando el fenómeno. Una persona que estaba observando el acontecimiento comentó: “Mira que si cada una de ellas nos trae un bebé tendremos que ampliar el pueblo”. He de decir que yo he visto cigüeñas en muchas ocasiones, en Navarra son muy frecuentes pero todo lo más que se ven son varios nidos en el mismo pueblo con tres o cuatro





ejemplares en cada uno de ellos, pero la invasión que tuvimos en Josa ni yo ni nadie con los que hablé la habían conocido.

A la mañana siguiente mi esposa que se levantó muy temprano me avisó enseguida de que las cigüeñas continuaban todavía en el pueblo. Me levanté rápidamente y armado con mi cámara fotográfica me fui por las eras para sacar fotografías, el sol no había salido, pero ya había gente protegida por las tapias ya que aquello de que en “agosto frío en el rostro” doy fe de que es absolutamente cierto.

Con la luz del día pude captar la realidad de la situación, todos los tejados de las eras tenían aves, la concentración más grande estaba en la pequeña loma que hay a la entrada del pueblo detrás del letrero “Museo Paleontológico de Josa” llegué a contar en el lado que da al pueblo más de 85 ejemplares, supongo que en la otra parte de la loma debería haber otro tanto, aparte los tejados de los alrededores estaban llenos en donde menos, habían diez o doce cigüeñas.

Poco a poco fueron viniendo ejemplares de distintos puntos del pueblo concentrándose en

los alrededores de la loma, hacia las nueve y media alzaron el vuelo y abandonaron nuestro pueblo, supongo que para continuar su marcha camino de África.

Algunos ejemplares murieron por golpes contra cables o electrocutados en las torres de alta tensión. Jordi Romero de nuestra Asociación presenció la electrocución de dos de ellas que fueron recogidas por Hilario Nebra y llevadas a la Plaza Alta. Jordi llamó al número 112 de emergencias para informar de lo ocurrido. Al día siguiente se presentaron en el pueblo los



forestales para hacerse cargo de los animales muertos.

Algunos de ellos estaban anillados en Alemania, por lo que más seguro era esta la procedencia de la bandada.



### Breve reseña sobre las cigüeñas.

La cigüeña común que es la que nos visitó en Josa, tiene una envergadura de alas de unos 2,20 m. pico grande, patas altas y plumaje blanco, forman parejas que duran toda la vida. Nidifican en Europa y entre finales de julio y mediados de agosto inician su migración a África, en donde pasan el invierno. Gustan de vivir en proximidad al hombre, pero al mismo tiempo prefieren los ambientes tranquilos y poco urbanizados.

En su dieta entran toda clase de animales: lombrices, ranas, ratones, escarabajos, culebras e incluso serpientes venenosas.

Siempre regresan al mismo nido, primero lo hace el macho tomando posesión del mismo y a los dos o tres días lo hace la hembra que pone entre tres o cuatro huevos.

La incubación dura unos treinta días y ambos cónyuges se alternan en ella.

Para emprender la migración todas las familias se reúnen en lugares determinados y alzan el vuelo a la vez después de hacer crepitar los picos con fuerza.





