



# CALABAZA DE ALMA

VARIEDAD TRADICIONAL  
DEL BAJO ARAGÓN  
(TERUEL)



Red de Semillas  
de Aragón

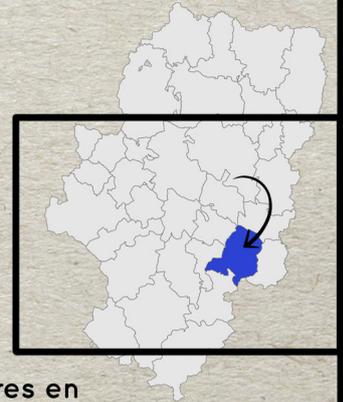
*“Una planta es madre como lo puede ser una gallina, si le dejas ese instinto, se centrara en producir la nueva generación olvidando la función de dar producción.”* Paco Alquezar 86 años



## ORÍGENES

Su cultivo se extiende por toda la comarca, sobre todo para la elaboración de las tortas de alma (zona de Bajo Aragón y Andorra) o casquetas en la zona del Matarranya.

En Andorra, entre muchas otras hortelanas, las cultivan Antonia y Paco, sabiduría agraria donde las haya, y Jose María Villanueva. Pero la distribución y uso se extiende por una amplia zona que abarca pueblos como Calanda, Alcorisa, Alcañiz, Valderrobres, Beceite, La Portellada, etc. Se han llegado a presentar ejemplares espectaculares en el concurso de calabazas que se realiza cada año en el municipio de Castellote.



Andorra se sitúa a 714 metros nivel del mar, con un clima centrado en inviernos fríos y secos, veranos calurosos. Se le conoce como la pequeña Zaragoza por sus vientos constantes, a veces con fuertes ráfagas. Temperatura media entre 10°-13 ° en los meses más fríos y 25° en los más calurosos, y precipitaciones rondando los 350-400 mm.



## CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS

La calabaza de alma presenta un fruto de tamaño variable, por la parte externa evoluciona de un verde a un amarillo intenso, mostrando un rayado transitorio en el periodo de maduración. Existen frutos de hasta 40 kg., pero el tamaño más común oscila de 7 a 12 kg. Forma alargada, aunque si el tamaño es grande torna un desarrollo esférico. La corteza es gruesa y difícil de pinchar y cortar.



## CARACTERÍSTICAS AGRONÓMICAS

Familia: Curcubitaceae

Género: Curcubita

Especie: C. Moschata

Nombre popular: Calabaza de alma

Planta vigorosa de producción media alta, presenta una morfología alargada, de hasta 5 metros, con flores masculinas y femeninas. Para extraer la semilla basta con sacarla del fruto maduro cortado, se deja secar y se eliminan todos los posibles restos de carne que pudiesen quedar para evitar putrefacciones o fermentaciones.



## CARACTERÍSTICAS ORGANOLÉPTICAS

La cáscara según evoluciona en su maduración se hace dura, difícil de trabajar y de un color amarillo intenso. La carne abundante, de color amarillo, fibrosa, con fuerte aroma agradable y de tacto suave. Su sabor en fritada (como si fueran calabacines) agradable y sabroso, para puré o para dulce (tamaño calabaza) exquisito, son importante el resto de las materias primas que se utilicen.



## MANEJO DEL CULTIVO Y CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

**Siembra:** en plantero en marzo, y directa en abril/mayo  
**Recolección:** octubre y noviembre

La floración comienza en el mes de junio, se puede despuntar para favorecer el desarrollo lateral. También se puede tratar con cobre para evitar la presencia de hongos en las hojas o incluso ayudar a la polinización con pinceles. “Hay, a veces, que se recogen verdes como si fueran calabazas de 40 días o calabacines.”- Antonia





## ACEPTACIÓN EN EL MERCADO Y COMERCIALIZACIÓN

El único mercado en el que se trabaja este tipo de calabaza suele ser un mercado local, muy ligado con la gastronomía del territorio. Por la heterogeneidad de su morfología en el tamaño y su uso específico no tiene buena comercialización. Su durabilidad es larga pudiendo estar un mes o dos sin perder calidad.



## CULTURA GASTRONÓMICA

Se aprovecha la parte interior del fruto. Está indicado para comer o en verde en la primera fase de desarrollo del fruto con unos 20-30 cm de largura y color esmeralda, o en un proceso de madurez plena, donde el tamaño y el desarrollo han evolucionado de una manera sustancial cambiando el color a yema.





## TORTAS DE ALMA

### INGREDIENTES DEL ALMA:

- 1.200 g de calabaza de alma
- 400g de miel (mejor si es de romero)
- 300g de azúcar blanquilla
- La ralladura de una naranja (opcional)



### INGREDIENTES DE LAS TORTAS:

- 2 vasos de aceite de oliva suave
- 1 vaso de agua hirviendo o moscatel
- 1 vaso de anís seco o cazalla
- 1 vaso de azúcar
- 1 huevo
- 10 gr. de levadura
- 1 kilo de harina floja
- Confitura de alma

### ELABORACIÓN DEL ALMA:

1- Cortamos la calabaza longitudinalmente y extraemos las pepitas.

2- Precalentaremos el horno a 200° C.

Asamos la calabaza cortada por la mitad. Dejamos el tiempo suficiente para que quede blanda la cáscara, ese asado le dará un sabor peculiar a la calabaza que se reforzará con la mezcla posterior.

3- Sacamos del horno y retiramos la carne de la calabaza.

4- Cocemos el puré de calabaza con la miel, el azúcar y la ralladura de naranja, removiendo con frecuencia hasta que reduzca y espese.

5- Una vez alcanzada la textura que queramos, retiraremos el dulce del fuego con un color tostado o pardo.

## ELABORACIÓN DE LAS TORTAS:

- 1- Poner en un cazo grande el aceite con el agua caliente. Añadir el aguardiente, y el azúcar. Mezclar con el huevo batido.
- 2- Mezclar la harina con la levadura y añadirlo.
- 3- Trabajar unos momentos sobre el fuego y luego retirar y seguir trabajando hasta que se separe de las paredes del recipiente.
- 4- Una vez obtenida la masa. Tomar porciones del mismo tamaño, aplanar y dejamos de forma redonda.
- 5- Rellenar con el alma y cerrarlas haciendo un cordón, para que quede decorado.
- 6- Hornear en horno precalentado (a 200°C), una vez horneadas y aún calientes se rebozan en azúcar granillo.

iiBuen provecho!!

*"El patrimonio alimentario identitario es el único que podemos disfrutar con los 5 sentidos y el único que puede ser parte activa de la vertebración de las zonas rurales. Para recuperar una parte importante de la historia alimentaria tradicional, no solo vale contarla, se trata de vivirla y eso quiere decir comprarla, cocinarla y consumirla." Ismael Ferrer*

CONTENIDO DE LA GUIA: Francho Duque

*NO JUZGUES TU DÍA POR CUANTA  
COSECHA PUDISTE RECOGER, SINO POR  
CUANTA SEMILLA LOGRASTE SEMBRAR*

[www.redsemillasdearagon.org](http://www.redsemillasdearagon.org)

"La Red de Semillas de Aragón es una asociación sin ánimo de lucro que tiene la finalidad de promover la producción, la conservación y el uso y disfrute de la biodiversidad agrícola de Aragón, a través de agricultores, hortelanos, divulgadores, técnicos, cocineros y cualquier persona interesada en su cultivo, fomentando el intercambio y el acceso a las semillas."

OCTUBRE 2019



Red de Semillas  
de Aragón