

La paella: comer bien y aprender mejor

Tratando de encontrar una actividad distinta de la habitual en la educación de adultos, buscamos un centro de interés que fuese suficientemente atractivo para motivar por sí mismo, dotado de un gran sentido lúdico, para integrar las distintas materias como un todo relacionado y que además permitiese una amplia participación. Para ello, los grupos de Graduado Escolar de la Universidad Popular de Rivas-Vaciamadrid, realizamos un trabajo globalizado que tuvo como tema el estudio exhaustivo de la paella, culminando con la realización y consumo de una «paellada» en el campo para 250 personas.

Hacer un trabajo globalizado es algo que nos parece sumamente interesante, pero a la hora de llevarlo a la práctica es muy difícil dar con un tema que genere de manera espontánea, o al menos sin forzar, los contenidos de las distintas áreas.

Comenzamos a madurar la idea de realizar en nuestra U.P., con los grupos de graduado escolar (G.E.), un trabajo distinto de lo habitual, que integrase el potencial humano del Municipio (disperso en distintos núcleos poblacionales), que potenciase la imaginación, el diálogo, la participación y el respeto a los demás.

Después de distintas reuniones la idea fue planteada a los diversos grupos que la acogieron con un cierto temor a lo desconocido, pero con un gran entusiasmo que rápidamente se hizo extensivo a los demás cursos y talleres de la U. P., además de otros vecinos del Municipio.

Este trabajo tuvo dos fases interrelacionadas que nos parece importante señalar:

Primera: Se trataba de trabajar desde las distintas áreas de G.E. los conocimientos de todas ellas desde una perspectiva única, que a la vez fuese lúdica y muy próxima a la realidad, intentando pasar de la abstracción a lo concreto y cotidiano.

Segunda: Consistía en pasar toda esa información a la realidad. Se trataría de una verificación de los resultados. Para esto, el trabajo organizativo, que posteriormente os detallaremos, fue importante.

Primera fase

Nos marcamos con prioridad los siguientes objetivos:

- Tomar contacto con lo que sería un trabajo de investigación.
- Ejercitación del pensamiento científico.
- Seleccionar y organizar la información.
- Favorecer el diálogo escuchando y argumentando sobre lo expuesto.
- Aplicar conocimientos abstractos a la realidad circundante.
- Cubrir unos contenidos básicos de forma interrelacionada y divertida...

Comenzamos con un trabajo de investigación en las distintas materias. Antes de detallarlo queremos hacer constar unas premisas que lo han determinado: no existen bibliotecas en el Municipio y las personas que integran nuestros grupos trabajan en su mayoría, por lo que no disponen de tiempo para desplazarse a consultar libros.

La solución a la carencia de material fue, en ocasiones, pasarles fotocopias de algunos libros especializados en la materia.

El tema se empezó a trabajar desde las distintas áreas de G.E. aunque los contenidos y su desarrollo los señalamos separados por áreas, para una mayor claridad en la exposición, hay que tener presente que en todo momento se han trabajado de forma interrelacionada.

En el área de LENGUA

Tratamos específicamente la evolución de las palabras a través del tiempo, comprobando que la lengua es un proceso de transformación permanente. Os transcribimos unos fragmentos del trabajo elaborado: **«La palabra 'arroz' procede del árabe 'ruzz', en catalán se denominó 'ris' y más tarde se convirtió en 'arroç'»**

«La palabra 'paella' procede del latín 'patella' y en catalán significa literalmente sartén. Este plato de arroz toma el nombre de paella debido al recipiente donde se cocina (mal llamado paellera en castellano)» «Desde principios de este siglo el término 'paella' traspasa el ámbito local y se utiliza en todo el país para referirse al arroz a la valenciana».

En el área de SOCIALES

Se desarrollaron los siguientes puntos:

- Influencia árabe en la región mediterránea (introducción del arroz, azafrán y diversos productos de huerta, así como de nuevas técnicas de regadío).

- Adecuación de la gastronomía a los productos del entorno que determinan los ingredientes: **«paella marinera o de la Albufera», «paella de la huerta», «paella del interior».**

- Estudio gastronómico de la paella y otros arroces de Valencia.

- Historia del cultivo del arroz en España.

- Influencia de los condicionantes históricos en el cultivo del arroz que favorecen o frenan su expansión. Relación directa economía-historia:

«El arroz experimenta una gran expansión y aumento de precios en la guerra mundial, ya que se exporta a los países beligerantes, y al final de la contienda cae repentinamente la producción provocando una crisis en el sector».

- Situar en el atlas las zonas donde se cultiva el arroz y hacer un estudio de los países de Asia Monzónica relacionando la agricultura con el clima.

Se trabajó en tres grupos, la polémica surgía con el tema de la paella al contrastar las recetas que conocíamos o habíamos consultado en los libros de cocina: ninguna coincidía.

Los ingredientes eran variadísimos y todos queríamos hacer valer nuestra paella **«particular»** no sólo aparecía la disparidad en los ingredientes, sino también en el recipiente utilizado; junto a la tradicional paella había quien defendía las excelencias de la cazuela de barro y hasta de la olla exprés.

Con esto nos dimos cuenta de que la paella es quizá el plato más popular de la cocina española, pero a la vez también uno de los más desconocidos, puesto que todos

asegurábamos nuestra capacidad para prepararla e ignorábamos muchos de sus principios básicos: el punto de fuego a lo largo de la preparación, los pescados y carnes más adecuados, su antagonismo con la cebolla, etc.

A lo largo de este estudio aparecieron también otros aspectos curiosos y divertidos referidos a la paella. Pascual Pérez y Rodríguez en su libro **«Los valencianos pintados por sí mismos»** (1859), entre bromas y veras da una serie de normas para comer la paella en el campo. Que resumido sería: **«Se dispone la paella en el suelo y a su alrededor se sientan los asistentes. Se clavan las cucharas en rueda, dentro del arroz, formando una especie de empalizada. El que ha llevado la voz cantante en la preparación del plato anuncia el comienzo, rogando que nadie se meta en el terreno del vecino. Inmediatamente se avanza desde el exterior hacia el centro, siempre en línea recta, a la velocidad que pueda cada uno. La paella se alterna con el vino, para ello se da la voz de alto clavando un trozo de pan en el centro de la paella y deteniéndose la comida hasta que todos han bebido.»**

El refranero popular también hace referencia:

«El arroz nace en agua y hay que hacerlo morir en vino», «El arroz crudo es para el diablo rabudo», «La paella cremá eta millor que la que no lo está».

En el área de Ciencias NATURALES

Se organizó una charla coloquio, abierta a todos los integrantes del municipio, impartida por una especialista en nutrición de la Comunidad de Madrid, centrada en el valor nutritivo de la paella utilizando la rueda de los alimentos, estableciéndose un diálogo muy vivo e interesante. En clase se estudiaron paralelamente: las proteínas, vitaminas, hidratos de carbono, grasas. Así como su asimilación por el cuerpo humano y la función que desempeñan (energética, plástica...), viendo la necesidad de completar la paella con carnes, verduras y pescado dado el bajo valor vitamínico y proteínico del arroz.

En el área de MATEMATICAS

Se trató de la elaboración de distintos presupuestos y contraste de éstos según distintas recetas.

A modo indicativo os comentamos uno de estos presupuestos:

Partiendo de una receta para seis u ocho personas, y mediante la aplicación de proporciones se calcularon: las cantidades necesarias de cada uno de los productos para 250 personas, el coste total (consultando diversos precios). Posteriormente se valoró el presupuesto más aconsejable económicamente y que resultase un plato completo desde el punto de vista nutritivo.

Algunos de los componentes de la paella tuvieron muchas posibilidades de aplicación de conocimientos sobre decimales, transformación de unas unidades de medida en otras distintas... Esos fueron, por ejemplo, el agua y el aceite que encontramos expresada, según la receta utilizada, en medidas como: tazas, vasos..., otros como el ajo al que se referían por dientes o el azafrán por hebras. Hubo que calcular según esos datos las equivalencias correspondientes y en ocasiones utilizar la báscula. El cálculo real de estos componentes era importantísimo teniendo en cuenta que íbamos a cocinar y comer una paella para 250 personas y las medidas utilizadas tenían que ser las adecuadas (no hubiera sido útil, por ejemplo, calcular el agua por vasos).

Otra parte del trabajo consistió en la invención y resolución de problemas en los que se aplicaron conocimientos matemáticos abstractos (m.c.m., ecuaciones, fracciones, geometría...) a temas concretos centrados en la paella, algunos de los cuales resultaron muy imaginativos y divertidos:

- Ejemplo en el que se aplica el cálculo del m.c.m.:

«Una persona come 1 cucharada de arroz cada 25 seg., otra una cucharada cada 12 seg., y otra una cada 30 seg., si acaban de coincidir las tres personas en dar la cucharada, ¿cuándo volverán a coincidir? Exprésalo en segundos y minutos». (Isabel Barras Nieves, G.E.)

- Practicando la geometría:

«Si una paellera para 50 personas mide 90 cm. de diámetro, ¿cuánto medirá una de 150 raciones? Hallar la longitud de la circunferencia y la superficie del círculo de la paellera». (Rosa M.ª Gómez Jiménez, G.E.)

- Representación en ejes de coordenadas cartesianas. Utilización de escalas:

«La finca en la que se va a comer la paella tiene las siguientes coordenadas (2,-4) (7,-4) (2,-6) (7,-6). Se representa gráficamente a escala 1:60.000. Hallar su superficie y diagonal». (Pilar Maza Cano, G.E.)

- Aplicación de números racionales: **«En una paellera con capacidad para 150 raciones se consumen las $\frac{4}{5}$ partes de la misma, entre 115 personas. ¿Cuánto tendrán que pagar cada una de las mismas, si el importe de la paella total es de 56.350 pts.?» (Francisco Javier Ortega Glez., G.E.)**

- Ejemplo basado en la utilización de un sistema de ecuaciones para resolver un problema de mezclas:

«Para hacer una paella se han tomado 3 clases de arroz, de 30 pts/Kgr., de 25 pts/Kgr. y de 40 pts/Kgr., obteniendo 100 Kgr. de mezcla a un precio de 35 pts. el Kgr. ¿Qué cantidad de cada clase se habrá tomado si de la clase intermedia se han tomado tantos Kgr. como entre las otras dos juntas?» (Juan Antonio Martín, G.E.)

«En un grupo de 120 personas reunidas para la fiesta $\frac{2}{3}$ se divierten, $\frac{1}{5}$ anima y colabora, y el resto cocina las paellas. ¿Cuántas personas forman cada grupo?» (Rosa M.ª Vicente, G.E.)

Como podéis observar por estos ejemplos las posibilidades son amplísimas. Se consigue con ello ver la parte útil de una ciencia que en ocasiones resulta algo iría y distante. Fue enormemente gratificante y divertido poder verificar que todos los cálculos efectuados para la preparación de la paella que en un principio parecían desorbitados, dado el gran número de personas, fueron correctos.

Segunda fase

Fue fundamentalmente organizativa. Se trataba de que todo este trabajo se hiciera realidad.

Comenzamos con una reunión abierta a cuantas personas quisieran participar sin ser necesario para ello pertenecer a nuestra U.P. Se tenía que preparar la infraestructura: conseguir «paelleras», todo el material necesario para cocinar, preparar bebida (agua, sangría..., hay que tener en cuenta que el lugar que pudimos elegir dado el gran número de

personas, era amplio pero carecía de agua), hacer las compras, preparar el fuego, promover actividades lúdicas...

Para todo este trabajo se crearon unas comisiones, con el consiguiente reparto de tareas concretas, en ellas trabajaron todos los monitores de la U.P. y las personas que se quisieron incorporar, su funcionamiento resultó altamente eficaz. Fueron las siguientes:

- Comisión de compras. Una vez con la lista de todos los ingredientes (elaborada por los grupos de Graduado Escolar) se encargó de comprar y transportar todo lo necesario para la elaboración de la paella.

- Comisión de bebidas. Consiguieron que el Ayuntamiento llevase un camión cisterna para solucionar el problema del agua, además de hacer una gran sangría. En esta comisión es de destacar la participación del grupo de alfabetización.

- Comisión del fuego. Se encargó de conseguir carbón y leña, y encender dos grandes hogueras para las «paelleras» de 150 raciones cada una de ellas.

- Comisión de cocina. Pese a los temores iniciales fueron capaces de cocinar unas deliciosas paellas. Aquí trabajaron junto con personas de alfabetización, corte y manualidades, otras que no asistían a los cursos.

- Comisión de juegos. Amenizó lo que se convirtió en una fiesta. Se prepararon juegos, para grandes y pequeños, a lo largo de todo el día. Además de la participación activa de uno de los grupos de G.E., trabajaron en esta comisión personas ajenas a los cursos de la U.P. que estaban haciendo un curso de animadores socioculturales en el Municipio.

- También se montó un pequeño bar, con música incluida, a cargo del grupo de preacceso a la Universidad para mayores de 25 años.

- Comisión de limpieza, en la que todos estábamos incluidos. Todos ayudaban allí donde era preciso.

Queríamos hacer con todo esto un trabajo cuyo aspecto académico trascendiese fuera del aula fomentando la comunicación y convivencia, en el que pudiesen participar todas las personas que asisten a la U. P. desde sus intereses concretos y que a la vez estuviese abierto al resto de los vecinos.

Lo que en principio suponíamos un trabajo globalizado dentro del área de graduado escolar trascendió rápidamente, muchas personas se iban sumando e incluyéndose en las comisiones de trabajo más acordes con sus posibilidades. Así las imágenes que ilustran este artículo son de un asistente al curso de fotografía; los del grupo de vídeo por su parte recogieron en una grabación el desarrollo de la actividad; los participantes de taller de pintura pintaron paellas resaltando el valor pictórico en su composición, etc.

La «regla de tres» no falló en esta ocasión y pese a los temores iniciales de conseguir cocinar algo apetecible y sustancioso para tanta gente, podemos decir que la gran «paella» resultó un éxito.

Dosinda Barrio Carracedo (Sociales y Lengua)

Alicia López Fernández (C. Naturales)

Olga Rodríguez Ogando (Matemáticas)

Joaquín Blanco (Fotos)