

LA MARÍA DEL CARMEN Y SU LEGADO CULINARIO



Centenario: mar, memoria y gastronomía

Sección: [Dossier](#)

Número de revista: [#17](#)

VERANO 2026

TEXT: Antonia Sánchez Rodríguez. Nacida en El Palo (1955). Autora desde 2009 del blog gastronómico Mi cocina Carmen Rosa (micocinacarmenrosa.blogspot.com). Colaboradora en 101TV Andalucía, SER Málaga, COPE Málaga y Canal Málaga RTV. Autora de «Recetario marengo. Técnicas culinarias marengas» (Cuadernos del Rebalaje) y Cefalópodos en la cocina de Toñi Sánchez (Editorial Anáfora).

FOTO: Daniel Capilla / Wikimedia Commons

La jabega *María del Carmen*, la barca de los Rosilla de El Palo (Málaga), dio nombre a un legado de aromas, sabores e identidad marenga que hoy descansa en el Museo Marítimo de Barcelona.



Jábega en la playa de El Palo, Málaga. Foto: Daniel Capilla / Wikimedia Commons.

La *María del Carmen*, la jábega malagueña, la de El Palo, no es solo una barca, no es troncos de madera ensamblada por las manos sabias de carpinteros de ribera curados por la mar, es historia, es la unión de las almas que en ella bogaron, pescaron, sufrieron a golpes de las olas del mar, también cantaron aquellas canciones de jabegotes mientras los remos chapoteaban con el agua, hombres del mar, marengos unidos a una familia que le dieron su sobrenombre: los Rosilla.

El rebalaje fue el hogar de los hombres y mujeres de la playa, donde sus vidas giraban en torno a la mar, a la pesca, a las conservas de pescado; aferrados al salitre, a la brisa, a las olas, a sus barcas. Eran marengos: jabegotes, sotarraeces, gardones, malleras, cenacheros, calafateadores; varados en la orilla, como las barcas, jábegas y sardinales. Allí, en las playas de El Palo, siguen anclados mis mayores en el rebalaje de mi memoria.

Mi bisabuelo José Rosa, el Rosilla

Mi bisabuelo materno, José Rosa, fue jabegote y patrón de barcas, conocido como el Rosilla, apodo derivado de su apellido; tenía fama de buen pescador y de conocer todas las artes de pesca. Heredaron el apodo sus hijos Cristóbal (el Tobalo) y Luis, y también sus hijas, entre ellas mi abuela María del Carmen Rosa, la Rosilla, quien dio nombre a la jábega grande. Mi bisabuelo llegó a tener tres barcas: la *Rosilla grande*, la *Rosilla*

mediana y la *Rosilla chica*; además de sardinales, boliche y hasta una barquilla de arrastre. En la *María del Carmen*, el patrón era el marido de mi abuela, Juan Antonio Rodríguez, el Bichucho, y él era también el siete de oros —la carta de la baraja asignada a los Rosillas—, símbolo de prosperidad y trabajo en equipo.

Las barcas no salían a faenar sin antes asignar el turno de pesca, el llamado bol. El sorteo se realizaba cuando el último patrón varado colocaba el morrón, una chaqueta colgada en un remo hincado en la arena. Allí acudían todos, se barajaban las cartas y su orden asignaba el turno. Se colocaban en la Lonja —donde se vendía el pescado y que con el tiempo fue también taberna—, siempre en manos de Manuel Rosa, el de la Lonja, nieto de mi bisabuelo. Murió con 94 años, pendiente de sus barcas. En ese rebalaje nacieron, vivieron y murieron mis antepasados, los Rosilla.

Aquellas barcas eran mimadas y construidas por la familia paleña los Calafates. Miguel García y sus seis hijos construyeron más de cincuenta barcas de jábega antes de la Guerra Civil. Ya nadie calafatea barcas; nuestras raíces y las costumbres marengas quedaron varadas en la memoria, soñando con volver a surcar las olas. Como la *María del Carmen*, la barca de la Rosilla de El Palo, que hoy duerme su sueño eterno en el Museo Marítimo de Barcelona.

El Palo como ecosistema gastronómico

La historia de El Palo está marcada por dos elementos: su fuerte identidad popular y de pescadores y una vida forjada desde épocas remotas en la pobreza y la precariedad. Esto propició una gastronomía viva, legada de generación en generación, llena de sabores y aromas que conservan influencias fenicias, romanas y árabes: adobos, marinados, salazones, conservas y guisos. Ya desde la época romana se desarrolló una floreciente industria de viñas, olivos y salazones. Las colonias fenicias que se asentaron en el valle pintaban en sus naves los ojos del dios egipcio Horus; esos ojos que los paleños seguirían dibujando durante siglos en sus propias jábegas.

Pese a la gran abundancia pesquera, la vida de la gente de la mar era dura y sacrificada. Hombres y mujeres curtidos por el sol y el salitre que salían a faenar cada día *alarboreá* (al amanecer). Ellos y ellas me inculcaron aquellas recetas antiguas que, a través de los *Cuadernos del Rebalaje*, intento que la memoria gastronómica de El Palo perdure y no se pierda. A principios del siglo xx, El Palo se consolidó como importante núcleo industrial pesquero: fábricas de conservas (los fridó), lonjas, atarazanas de redes. Comenzó el auge de los merenderos que hacen famosa a Málaga por sus *pescaitos* fritos y espetos de sardinas.

La gastronomía asociada a la pesca de jábega

Dijo Mintz que nuestra alimentación, nuestra gastronomía, la cocina en sí, está relacionada con la historia, con lo que somos y a lo que pertenecemos, es decir, con nuestra identidad. La cocina de El Palo está ligada a la frescura del pescado capturado —sardinas, boquerones, jureles, bacaladilla, chanquetes, salmonetes, calamares, pescadilla— y su consumo inmediato. El espeto de sardinas es el máximo exponente: insertadas en espetones de cañas de cañaveral, hincadas en la arena, al calor de las brasas de leña de olivo, asadas por manos expertas en la misma playa.

Esta gastronomía marenga está íntimamente ligada a los merenderos que nacieron desde la cocina de los pescadores. Señal de identidad eran los cenacheros, aquellos marengos que, con sus cenachos de esparto, esperaban que se llenaran con los manjares que traía el copo y luego recorrían las calles malagueñas pregonando: «¡Sardinitas, niñaaa, que llevo los boquerones vitorianos, que están vivos... *acabaito* de pescá...!».

Frituras, adobos, conservas, asados y guisos

En El Palo existían hasta mediados del siglo xx fábricas de conservas —los fridó—, donde se freían los *pescaitos* enharinados con harina de trigo y fritos en aceite de oliva. Lo mejor eran los chanquetes, hoy prohibidos. Al pescado se le aplicaban los adobos —compuestos de pimentón, orégano, sal, ajos y vinagre—, técnica nacida para la conservación que hoy es un regalo al paladar: se adobaban pintarroja, rape, lubina y boquerones al limón. Las sardinas se conservaban en escabeche. Y los boquerones, curados en vinagre y conservados en aceite de oliva virgen extra, eran los denominados boquerones al natural.

Las anchoas —boquerones en salazón— son el ejemplo de una técnica ancestral. Las mujeres de El Palo, casi niñas, eran expertas: descabezaban y quitaban las tripas al boquerón (escalar), lo tenían dos o tres días en agua con sal y luego lo embarrilaban en capas alternando sal y anchoas durante meses, incluso hasta un año. Los boquerones de la bahía malagueña ya eran famosos en tiempos de fenicios y romanos: ingrediente principal del *garum*, la apreciada salsa romana.

En cuanto a los asados, aún escucho a mi abuela María del Carmen contando cómo su madre, Clementa, en la negrura de la noche, en el rebalaje, encendía una candela con troncos arrastrados por los arroyos para calentar los cuerpos ateridos de frío. El fuego servía de referencia a las barcas para volver a la orilla. En sus ascuas, ensartadas en espetones de cañas, asaban esa plata de la mar —las sardinas— que arrastraban las redes que ellos mismos habían hecho y remendado con sus manos.

Los platos emblemáticos: pimentón de chanquetes (hoy con boquerones), emblanco de jureles o pescadilla, cazuela de papas con raya jabegota y almejas, caldillo de pintarroja, gazpachuelo marengo, fideos a banda, cazuela de arroz caldoso con gambas y almejas, arroz con boquerones a la malagueña, moraga de sardinas. Y, por supuesto, el emblema malagueño, los espetos de sardinas.

Relación con la pesca con jábega

El secreto de la calidad del pescado malagueño está en el mar de Alborán. El constituir zona de tránsito entre el Mediterráneo y el Atlántico le confiere particularidades únicas: el intercambio de aguas, las diferencias de temperatura y salinidad, favorecen la formación de biomasa y afloramientos de nutrientes a la superficie. La producción planctónica presenta valores altos de biomasa, lo que crea áreas favorables para la puesta de sardina y boquerón. En particular, la bahía de Málaga es de gran importancia para el ciclo vital completo del boquerón a lo largo del año.

En la primavera, cuando el boquerón adulto llega a desovar a este mar, encontramos ese delicioso manjar que en mi cocina no se tira: las huevas y los letones de boquerones malagueños. Solo durante dos o cuatro semanas al año, el Mediterráneo aporta esta exquisitez que casi todo el mundo desconoce. Las huevas son de las hembras; los letones, los testículos del macho, de textura más lisa. Revestidos en bolsas de tonos rosáceos y blanquecinos, son un manjar sencillo pero delicioso, con un sabor fino e inimitable.

Continuidad, identidad y proyección actual

Decían los marengos de El Palo que el *pescado* tiene sus días. Los jureles se pescaban en abril, los boquerones en junio, las sardinas de mayo a agosto y, en Pascua, el boquerón gordo con sus huevas. Así transcurrían los días para padres e hijos, generación tras generación, luchando con la mar. A finales de los cuarenta, las jábegas iniciaron su declive: el agotamiento de los caladeros, las restricciones legales y el avance de los barcos con motor llevaron a los hombres del mar a embarcarse en la pesca de altura.

La transmisión de recetas marengas constituye un pilar del patrimonio cultural vivo, de casa en casa, de

madres a hijas. La cocina de rebalaje se compone de técnicas nacidas de la necesidad, de los productos de las huertas, montes y de la mar. Hoy está en proceso de activación patrimonial: blogueras culinarias, La Carta Malacitana, escuelas de cocina e instituciones como la Diputación de Málaga con Sabor a Málaga buscan evitar su desaparición. Esa labor alcanza también la alta restauración malagueña, que eleva a alta gastronomía platos de aquella época casi olvidada.

Ya no vive ningún marengo de mi familia. Ya solo queda la *María del Carmen*, dormida, soñando con su lejano pasado, en el Museo Marítimo de Barcelona. En El Palo miro la misma mar, les veo pescar, tirar de la traya y del copo. Y en *Mi cocina* es donde los recuerdo, cocinando tal y como mi madre lo hacía; es la cocina de mi madre, de la mar, como ella: marenga, de El Palo. Recetas nacidas de mujeres de la mar, de la necesidad y de la humildad; platos marengos, paleños, joyas y tesoros de la gastronomía malagueña que perduran en la memoria.



Pasaje de El Rosario, en el barrio de El Palo de Málaga. Está ubicado en la calle La Bara, donde la autora vivió hasta los 7 años. Foto: Wikimedia Commons.



Playa de El Palo, Málaga, 1953. Foto: Biblioteca de la Facultad de Empresa y Gestión Pública de la Universidad de Zaragoza.

Los nombres de las jábegas

En aquella época llegaban a pescar hasta cuarenta barcas de jábega en El Palo. Cada una tenía su nombre escrito en la proa, pero también su apodo, por el que las conocían los paleños: *La Machucá*, *La Traganuo*, *La Herrera*, *La Sote*, *La Faca*, *La Rabiche*, *La Beata*, *La Calafate*, *La Rosilla de José Rosa*... y la *María del Carmen*, que quedó en manos de su yerno, Juan Antonio Rodríguez Martín. Sus nombres hablan de una comunidad enraizada en el rebalaje, donde las barcas y sus apodos eran espejo de la gente que las tripulaba y las quería.



María del Carmen Rosa, abuela de la autora, Antonia Sánchez Rodríguez, y quien dio nombre a la jábega *María del Carmen*. Foto: Fondo Antonia Sánchez Rodríguez.

Receta

Huevas y letones: el manjar olvidado

Solo durante dos o cuatro semanas al año, cuando el boquerón adulto llega a desovar al mar de Alborán, aparece ese *summum* gastronómico que casi todo el mundo tira por desconocerlo: las huevas (de las hembras) y los letones (testículos del macho, de textura más lisa). Revestidos en bolsas de tonos rosáceos y blanquecinos, son un manjar sencillo pero delicioso, con un sabor fino e inimitable. Después del desove se vacían y hay que volver a esperar otro año para poder disfrutarlos.



Receta

Cazuela de papas con raya jabegota y almejas

La raya jabegota —así la llamaban porque se cogía con redes de jábega— fue durante generaciones el pescado humilde de las cazuelas marengas. En una cazuela de barro se sofríe cebolla y ajo en aceite de oliva; se añaden tomate troceado, pimentón y azafrán. Se incorporan las papas cascadas y caldo de pescado, y se cuecen a fuego suave. Cuando las papas estén casi tiernas, se añaden los trozos de raya y las almejas bien limpias. Unos minutos más, un golpe de perejil picado, y a la mesa. Plato de rebalaje, de los que alimentaban a familias enteras con lo que el copo traía ese día.

