

## UN PLAN GASTRONÓMICO

# El pulpo reina en las calles de San Antón

Las fiestas del barrio cartagenero vuelven a estar marcadas por el inconfundible sabor de su 'vecino' estrella

ALBERTO FRUTOS  
@albertofrutos



Una fiesta, cuando son de barrio, son algo más que unas simples fiestas. El jolgorio, la diversión, el entretenimiento y las múltiples actividades están aseguradas, por supuesto, eso es algo que prácticamente viene adherido al contrato imaginario que se firma con aquel lugar al que perteneces, ya sea desde siempre o como recién llegado. Pero hay algo distinto en estas celebraciones. Un factor emocional extra, una emocionante sensación de pertenencia, de arraigo, de huellas fijadas a unas aceras, de sueños de adolescencia anclados a los bancos del parque de siempre, de escondites salvadores, de rincones formados por huesos del ayer y la mi-

rada cristalina e iluminada del futuro y sus expectativas de hierro y sal. Las fiestas de un barrio son las fiestas de decenas, miles de vidas que han compartido esquinas, portones, avenidas, terrazas, caminos cruzados y orillas de cemento y cristal. Las fiestas de un barrio recuerdan a quienes estuvieron, destacan a quienes siguen estando con el paso de los años y reciben con los brazos abiertos a quienes acaban de llegar. Alrededor, mientras tanto, juegos, risas, conversaciones, brindis, reencuentros, comidas y cenas sin horarios. Una ciudad necesita a sus barrios para continuar siendo ciudad. Y Cartagena, ya llegamos, necesita, para seguir siendo Cartagena, un ba-



rrío como San Antón y unas fiestas como las que arrancaron el pasado martes con el Gran Baile del Roscón de Reyes, el reconocimiento como Sanantonero del Año 2026 a Joaquín Ruíz Pérez, el pregón de Tomás Martínez Pagán y la presentación de las Miss

Infantil y Juvenil San Antón 2026. Un formidable comienzo para una iniciativa que seguirá desarrollando numerosas iniciativas de carácter cultural, religioso y gastronómico hasta el próximo domingo 24 de enero, fecha en la que finalizará con el XVII En-

cuentro de Bolillo, cita organizada por las Encajeras de San Antón, con exhibiciones y exposición de artesanía en el Casino del barrio. Pero no corramos tanto, que esto acaba de empezar y aquí, además de repasar la atractiva programación, hemos veni-

## EL ALMIREZ LA COCINA DE CADA DÍA

## La fruta prohibida

Murcia es la región europea que más pomelos produce y exporta, impulsada por la innovación

PACHI LARROSA  
@Pachilarrosa



Pues no. No hablamos de la manzana del Edén, sino del pomelo. Y se denominó así en sus orígenes porque un reverendo se encontró con esta fruta mientras buscaba el origen del árbol del conocimiento. Aunque el cuento tiene algo de real porque es cierto que es un alimento prohibido para aquellos que toman medicamentos contra la hipercolesterolemia, que interactúan negativamente con los compuestos químicos de la

fruta, con peligro de toxicidad. Así que mucho ojo.

El caso es que España es el principal país productor y exportador de pomelo, y la Región de Murcia, la comunidad española que mayor volumen produce y exporta. Y aquí tiene un importante papel el Imida, el Instituto Murciano de Desarrollo e Investigación Agrarias, que ha desarrollado nuevas variedades sin semillas y con una menor interacción con medicamentos. La Región ex-

portó pomelo por valor de 18,8 millones de euros en los ocho primeros meses de 2025.

Naturalmente, el pomelo se puede consumir al natural, fresco, como cualquier otra fruta, en zumos e incluso formando parte de cócteles, en los que su juego de notas dulces y amargas ejerce un interesante papel. Pero también es interesante su uso en la cocina salada, formando parte de salsas para platos tanto de pescado como de carne, y, por supuesto de postres. Y así, podemos elaborar un lomo de cerdo en salsa de pomelo, un guiso de pollo con pomelos –como es el caso de la receta que acompaña este texto–, o elaborar una muselina de pomelo –una especie de salsa holandesa a partir de mantequilla clarificada– para acompañar platos de verduras como unos espárragos o unas alcachofas.

Por supuesto puede formar parte de salsas frías que cuadran perfectamente como aliños para ensaladas, carpaccios de carne y

de pescado, así como en tiraditos y ceviches. Nuestro atún rojo, por ejemplo, recibe muy bien una salsa de pomelo para aromatizar y dar el toque cítrico y amargo a un tartar o a un tataki, al igual que lo hará un salmón marinado a la sal.

Los chinos –que son muchos– consideran esta fruta como un valioso regalo de Año Nuevo, ya que en su cultura es símbolo de buena suerte y prosperidad. Pero, entre nosotros, no recomiendo sustituir un regalo de Reyes por una cesta de pomelos. A lo mejor no se entiende.

