

Gallinejas: qué son, ¿dan asco?, por qué entusiasman en Madrid y dónde comer las mejores

Todo lo que siempre quisiste saber (o lo que nunca te planteaste) sobre uno de los platos más castizos de la Villa en el día de San Isidro, patrón capitalino



Estas son las gallinejas que prepara Gabino Domingo en la mítica Freiduría de Gallinejas de la calle Embajadores. Nada menos que 65 años lleva esta casa preparando este plato tan castizo. Y no tiene tan mala pinta ¿no?

ANDRÉS GALISTEO

MADRID - 15 MAY 2019 - 13:32 CEST

“No se puede saber lo que son las gallinejas; no se logrará saber, aunque las probemos, ni aunque las clasifique y nos explique lo que son un dueño de carnicería”. Lo decía el ingenioso y callejero **Gómez de la Serna** en sus *Nostalgias de Madrid* (1955), aunque nosotros, qué osadía, lo vamos a poner en duda.

Qué demonios son las gallinejas

No le faltaba razón a este grande de las letras, y es que la definición oficial nunca ha estado exenta de polémica. Según la RAE, ahora, las gallinejas son las “tripas fritas de cordero o de cabrito, y que antes procedían de otros animales, que constituyen un plato popular de Madrid”.

Esto es ahora, repetimos. Hasta hace cuatro años se explicaban como "tripas fritas de gallina" porque es de lo que se hacían originariamente, de ahí su nombre.

Gabino Domingo batalló con la Academia para este cambio. Se ha pasado la vida al frente de la freiduría más mítica de la capital (65 años en activo nada menos), la del número 84 de la calle Embajadores (el bar no se puede llamar de forma más clara: Freiduría de Gallinejas) y es toda una eminencia *gallinejera*. No hay experto mayor en su definición. Tanto, que hasta la escribió en verso:

“¿Qué son las gallinejas? Preguntaba una paisana, y le dijo con gracia una vecina: ‘Mira chica, no hay comida en Madrid tan rica y castiza y con tan buenos sabores como las gallinejas que sirven en la calle de Embajadores’”.

Ya en prosa, Gabinio Domingo es claro y conciso: “Las gallinejas son el intestino delgado del cordero (mejor lechal). Suelen llevar trocitos de entresijos, que son el mesenterio del animal”. En cristiano, el mesenterio es lo que mantiene y une los intestinos dentro de la cavidad abdominal. O sea, el entresijo es parte de la gallineja. Y lo usual es servirlos juntos, fritos en su propio sebo, no en aceite. Primera duda aclarada.

Gabino no solo les ha dedicado un poema, porque él es prolífico escritor. Tiene hasta un libro, *Las gallinejas*, dedicado al plato más castizo de la Villa, cuyo aroma invade estos días, con mejor o peor fortuna, los alrededores de la Pradera de San Isidro.



'Chefs' de categoría como Abraham García han hecho una exquisitez de la casquería en su restaurante Viridiana: tripas de cordero con garbanzos salteados con pimentón, pisto y un huevo.

Cómo surgió con alimento típicamente madrileño

“El origen de esta comida está íntimamente ligado a la carencia y la escasez”, relata en sus páginas Gabino Domingo junto a David Sanz. Eran los despojos, de lo que fuera (también de la gallina, de ahí su nombre), seguro que no solo de los seis

tiernos lechales (¡seis!) que hacen falta hoy para una sola ración. Estos restos se ofrecían desde mediados del siglo XIX en el antiguo matadero de Puerta de Toledo (centro de Madrid) a quienes se acercaban a pedir algo que echarse a la boca.

La necesidad acabó por convertirse en oportunidad y, como aquello resultó que estaba bueno, era contundente y alimentaba con creces, cuando se construyó el nuevo matadero de Legazpi empezó a regularse su venta a través de licencias (“suertes”) otorgadas a mujeres que las vendían después en los barrios obreros. De una de esas *suertes* viene la freiduría de Gabino, ya con el cordero como estrella por ese inconfundible sabor a su grasita.



Como queda claro en uno de los carteles de la fachada, "esta casa no tiene sucursales". La Freiduría de Gallinejas, más auténtica imposible.

Consultamos con una experta en nutrición para confirmar que no podemos comer gallinejas todos los días, pero no pasa nada por atizarse unas de cuando en cuando. La médica nutricionista del estudio de **Paz Herrera**, Julia E. Almoguera Montero, comenta su alto aporte energético: “100 gramos de gallinejas suponen 233 calorías,

con un valor nutricional de 20,30 gramos de grasas, 12,50 de proteínas y prácticamente cero hidratos de carbono”. ¡Ojo con el colesterol, pues!

Por qué a los 'chef' les encantan estos despojos

A pesar de tal enraizamiento, en la actualidad es un plato popular nada popular. Apenas pueden encontrarse direcciones donde probarlo. Y eso a pesar del *boom* de la casquería que *chefs* como **Javi Estévez**, curtido en el también casquero Mesón de doña Filo, promulgan desde negocios como su Tasquería.

Él no tira de gallinejas, pero sí lo hace quien le menciona como referente, el también cocinero Javier Aparicio. En Salino, su última apertura después de Cachivache y La Raquetista, propone un taco de gallinejas que sabe a gloria. “El guiso de callos, por ejemplo, ha envejecido mejor porque es un guiso, lleva mucho morro, mucha pata y el *cuchareo* gusta mucho. Las gallinejas a secas quizá asustan porque se ven y huelen demasiado potentes. Yo quería intentar ponerlas de actualidad y así lo hemos hecho, cociniéndolas primero con especias y luego fritas. Al cocerlas quedan completamente limpias (esto es clave) y más suaves. Servirlas en un taco con ingredientes como el aguacate, el mango, el chipotle o la lima también ayuda”.

Abraham García, *chef* del restaurante Viridiana, es otro enamorado de las entrañas, en concreto de las gallinejas. Lo demuestra en su discurso diario en su restaurante, en su libro *De tripas corazón* y en un plato brillante que sigue sirviendo, entre otras joyitas: las tripas de cordero con garbanzos salteados con pimentón, pisto y un huevo. Él también las cuece primero con verduras y complementa para hacerlas más asequibles: “Ha habido un manifiesto desprecio a los despojos cuando ya las primeras recetas registradas hacían mención a la casquería. En la cocina grecorromana eran un manjar, pero ahora hasta el lenguaje, su propio nombre, despojos, los desprecia”, nos ilustra.

Incluso dentro de esa categoría de despojos, estos del cordero son los menos queridos. Según datos de consumo en hogares del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, están a la cola. Por suerte, de momento, los esfuerzos de Abraham, los de Gabino, los de Javier y los de otros tantos hacen que aún podamos encontrar un plato tan característico de Madrid como el chotis.

En Salino, Javier Aparicio propone un taco de gallinejas que sabe a gloria.

Y parecen dar fruto. Escribía Cela en un artículo allá por el año 97 que “los jóvenes de hoy día no saben lo que se pierden habiendo dado la espalda a los sabores antiguos”.

Cuáles son los mejores lugares de Madrid para comerlas

Nosotros hemos comprobado, en más de uno y más de dos establecimientos de la lista que sigue, que las gallinejas vuelven a tener su público. Aquí puedes celebrar San Isidro con la comida que se debe:

- **Freiduría de Gallinejas**. Embajadores, 84. Gallinejas, 8,70 € / 6 unidades. En bocadillo, 4,90 €. Entresijos, 7,60 € / 8 unidades. En bocadillo, 4,35 €. Bocadillo mixto, 5,35 €.

- **Salino**. Menorca, 4. Gallinejas en taco Madrid-DF. 4,50 € / unidad.

- **Viridiana**. Juan de Mena, 14. Tripas de cordero con garbanzos salteados con pimentón, pisto y un huevo. 27 €.

- **Casa Enriqueta**. General Ricardos, 19. Gallinejas 2,20 € / unidad. Entresijos 1,20 € / unidad.

- **Casa Ricardo**. Fernando El Católico, 31. Gallinejas 4,50 € / unidad. Entresijos 4 € / unidad. Por encargo excepto en la temporada de casquería que comienza en octubre.

- El Mirador de San Isidro. Toledo, 151. Gallinejas 1,50 € / unidad. Entresijos 1,20 € / unidad.

- **Freiduría El Chaval**. Esfinge, 76. Gallinejas 16 € / kilo. Entresijos 15 € / kilo.

- **El Divino**. Betanzos, 37. Ración de gallinejas y entresijos 12 €. Bocadillos 6 €.

Puedes seguir ICON en [Facebook](#), [Twitter](#), [Instagram](#), o suscribirte aquí a la [Newsletter](#).

ARCHIVADO EN: [GASTRONOMÍA](#) · [HISTORIA](#) · [CULTURA](#)

**10 jardines verticales
espectaculares que querrás
visitar**

UN HÁBITAT MEJOR – LEROY
MERLIN

**Rostro radiante. Descubre la
microvibración inspirada en
prácticas japonesas**

BRAUN

**Hermosas ubicaciones
abandonadas en las ruinas**

EDITOR CHOICE

Y ADEMÁS...