



Un análisis de la Federación Avícola Catalana revela el papel clave de las aves de corral en las comidas de Navidad en Cataluña

La revisión histórica, elaborada con el historiador Jaume Fàbrega, recoge ocho siglos de tradición navideña vinculada a las aves de corral

Esta recopilación documental recupera recetas, testigos y trazas gastronómicas desde la Edad Media hasta la fecha

La FAC reivindica la labor de los productores catalanes y el valor del producto de proximidad en el año que Cataluña ha sido designada como Región Gastronómica Mundial 2025

Barcelona, 3 de diciembre de 2025. – Las aves de corral son, históricamente, un símbolo de las comidas de Navidad en Cataluña. No sólo por su presencia en los fogones, sino porque ha sido siempre un alimento ligado a las celebraciones, a la familia y al territorio.

Coincidiendo con la llegada de la Navidad, la Federación Avícola Catalana (FAC) presenta un análisis histórico que repasa la evolución de las aves de corral en la cocina navideña catalana. A partir de documentación y testigos gastronómicos de diversas épocas, el trabajo confirma que las aves han sido, y siguen siendo, uno de los pilares identitarios de la celebración de Navidad en Cataluña.

Esta revisión documental recupera fuentes documentales, recetarios populares, archivos etnográficos y grabaciones de hace más de ocho siglos, gracias a la colaboración del historiador, escritor y consultor gastronómico Jaume Fàbrega. Es uno de los principales expertos en cocina catalana, autor de cerca de un centenar de libros y obligado referente en el estudio del patrimonio gastronómico del país. La síntesis hecha por la FAC incorpora también fuentes del proyecto *Gastrosàvies*, una iniciativa de la Generalitat que documenta y preserva el conocimiento culinario de las mujeres del territorio, guardianas de la tradición y transmisión oral de la cocina catalana.

Un legado que nace en la Edad Media

Los primeros testimonios documentados sitúan la presencia de la gallina y otras aves en las comidas medievales de Navidad. El plato más emblemático, la escudella i carn d'olla, incluía de forma habitual carnes de cerdo, ternera, cordero y también aves de corral, especialmente gallina. Esta combinación no era casual: las aves, menos comunes en el consumo diario, se asociaban a las ocasiones especiales.



Las aves de corral eran, entonces, un alimento de prestigio, reservado a las clases acomodadas y a celebraciones solemnes. Como recuerdan los autores Joan Amades y Néstor Luján, el consumo de pollo era considerado un lujo culinario, una percepción que se mantiene hasta entrado el siglo XX. Autores medievales de la tradición occitana y catalana, como Jofre de Foixà o Jaume March, también hacen referencia repetidamente el capón relleno como exquisita comida de celebración.

Los platos festivos que han marcado generaciones

A medida que la tradición gastronómica catalana evoluciona, las aves de corral se integran en todo tipo de prácticas culinarias asociadas a la Navidad. Éstas son algunas de las recetas que han marcado las celebraciones navideñas de los catalanes a lo largo de los siglos:

Escudella i carn d'olla con aves, el plato fundacional de la Navidad catalana

Documentada desde hace siglos, combinaba diferentes carnes, pero siempre con la gallina como parte del caldo y la pieza de la olla. Las aves de corral aportan sabor, untuosidad y el prestigio propio de un producto antiguamente reservado para días señalados.

Asado de ave, la esencia de la comida de Navidad

El pollo, capón, pavo o pato asado se convirtieron con el tiempo en el plato central de la Navidad. La evolución de la receta ha dado lugar a variantes emblemáticas, muchas de ellas todavía vigentes en los hogares catalanes.

Canelones, el plato de aprovechamiento que es símbolo del 26 de diciembre

Los canelones de San Esteban son un ejemplo de sostenibilidad culinaria: se elaboran con las sobras del asado, incluida la carne de ave, en un ritual gastronómico que forma parte de la memoria colectiva catalana.

Codornices en cesto, refinamiento leridano para ocasiones especiales

En Lleida las recetas con codornices, a menudo en un cesto de masa brioche, con foie gras y trufa, son un ejemplo de cómo las aves han generado elaboraciones festivas de gran valor gastronómico.

La aparición de aves especiales de Navidad: capones, pulardas, picantones y más

Con el paso del tiempo, la cultura gastronómica navideña se ha enriquecido con la llegada de variedades de aves especialmente vinculadas a las fiestas, como el capón, la pularda, el picantón, el pavo, introducido en el siglo XVI y ya presente en recetarios barrocos, la pintada, la codorniz y el pato.



Esta diversificación se refleja también en los asados más complejos y en el auge de rellenos sofisticados que incorporan frutos secos, trufa, orejones, hierbas aromáticas o vinos rancios.

El pollo relleno, un clásico que atraviesa siglos

La receta del pollo relleno, presente en prácticamente todos los territorios de habla catalana, es una de las joyas de la Navidad. Desde la Edad Media hasta los recetarios del siglo XX, el relleno ha evolucionado, pero conserva la esencia: ciruelas, piñones, pasas, butifarra, carne de cerdo, brandy y hierbas.

La obra de cocineros y gastrónomos como Amades, Luján, Rondisoni o Josep Pla recoge versiones y testimonios. Pla lo describe como “un pollo de carne blanca y deliciosa, relleno a la manera antigua, con ciruelas, piñones y pasas”.

Esta receta ha estado presente en hogares, masías, hostales y restaurantes emblemáticos, incluyendo el banquete de boda de Salvador Dalí y Gala en 1958, donde el plato central fue precisamente un pollo relleno y asado.

El detalle completo de la receta y de las variaciones tradicionales consolida el pollo asado como uno de los platos más universales de Cataluña, que el proyecto *Gastrosàvies* también ha querido destacar. Impulsado en el marco de la designación de Cataluña como Región Gastronómica Mundial 2025, este proyecto juega un papel clave en la preservación de nuestro patrimonio culinario. A través de mujeres que han mantenido y transmitido las recetas familiares, se recopilan platos como el tradicional pollo con manzana, una receta festiva que hasta no hace mucho era de consumo casi exclusivo los domingos y en celebraciones familiares. En esta versión, el ave se aromatiza con tomate, cebolla y ajos; la manzana, que suele ser de la variedad Golden, se incorpora dentro del ave o cocida al lado, y se combina con coñac, laurel y aceite de oliva virgen, dando como resultado un plato sencillo, de temporada y profundamente conectado con la tradición local. Esta receta, y muchas otras, contribuyen a demostrar que las aves no son solo carne: son patrimonio, memoria y cultura alimentaria.

Del asado tradicional al pollo al ast: innovación y continuidad

El siglo XX también aportó innovaciones relevantes. Una de las más destacadas es la creación del asador múltiple de pollos, inventado en 1957 por Ignasi Miró Argelada (Lleida, 1924).

Estos asadores han convertido al pollo al ast en un producto reconocido en todo el territorio e incluso en zonas turísticas, compitiendo con cadenas internacionales de frituras, pero manteniendo una cocina mucho más saludable, natural y arraigada.

Esta técnica, el asado al ast, es una de las formas de cocción más antiguas y universales, ya documentada en el siglo XIV por Francesc Eiximenis y presente en cocinas medievales europeas y mediterráneas.



Las ferias de aves: tradición viva en los mercados del territorio

Desde hace generaciones, el punto de partida de las comidas navideñas ha sido la compra del ave fresca en las ferias de aves.

Las familias adquirirían capones, pavos, gallinas, ocas y patos, entre otros. La Feria de Valls es un ejemplo emblemático, así como las ferias actuales centradas en variedades autóctonas y certificadas, como el Gall del Penedès IGP o el Pollo y Capón del Prat IGP.

Estas ferias refuerzan el vínculo entre agricultura, gastronomía y territorio, un elemento que la FAC defiende y proyecta cada campaña navideña.

Un patrimonio culinario que preserva el trabajo de los productores catalanes

El análisis histórico de la FAC reivindica el papel esencial de la agricultura y de las empresas avícolas catalanas, responsables de mantener la calidad, la proximidad y los altos estándares de producción que caracterizan a las aves del territorio.

“Hablar de la Navidad en Cataluña es hablar de aves: de producto local, de oficio, de tradición y de una forma de celebrar propia. El análisis histórico que presentamos lo demuestra con claridad: las aves han estado en el centro de nuestras comidas festivas desde hace siglos. Los productores catalanes han sabido preservar este patrimonio identitario adaptándose a los nuevos tiempos, innovando y manteniendo siempre la esencia de nuestra gastronomía. Su compromiso es clave para que la Navidad siga teniendo el sabor de nuestra tierra”, afirma Joan Anton Rafecas, presidente de la FAC.

Coincidiendo con la proclamación de Cataluña como Región Gastronómica Mundial 2025, la FAC reivindica la importancia de preservar y proyectar la cocina catalana como un tesoro colectivo. Nuestra gastronomía es el resultado de siglos de oficio, de un vínculo estrecho con el territorio y de un saber hacer que ha pasado de generación en generación. En este contexto, las aves son un símbolo vivo: un alimento que explica quiénes somos, de dónde venimos y cómo celebramos. Proteger esta tradición y apostar por el producto local es, hoy más que nunca, una manera de defender la identidad culinaria del territorio y garantizar su futuro.

¡Feliz Navidad y buen provecho!

Sobre la FAC

La Federación Avícola Catalana (FAC), con casi 50 años de trayectoria y más de 260 socios repartidos por toda la geografía catalana, representa al sector avícola ante la Administración y ante la sociedad, promoviendo y defendiendo la forma de producción conforme a los altos estándares de calidad de la Unión Europea.



Los socios de la FAC son empresarios, sea cual sea su personalidad jurídica, del sector avícola, el cual tiene una gran diversidad de actividades y producciones que dan servicio a lo que finalmente será la obtención de los alimentos: huevos y carne de aves.

Más información : www.federacioavicola.org - Síguenos:   

Referencias y bibliografía

Proyecto Gastrosàvies – Generalitat de Catalunya

Recopilación de testimonios, recetas y memoria culinaria de las cocinas locales catalanas. <https://agricultura.gencat.cat/ca/ambits/alimentacio/gastronomia/gastrosavies/> ; <https://www.youtube.com/watch?v=lpip8quwCV0>

Aportaciones del historiador Jaume Fàbrega

Fragmentos y documentos facilitados por el autor de algunas de sus obras sobre la historia del pollo relleno, la cocina medieval y renacentista, y el patrimonio culinario catalán.

Recetarios y obras de referencia

- Amades, Joan. *Costumari Català*
- Luján, Néstor. *Escrits gastronòmics diversos*
- Pla, Josep. *Els pagesos*
- March, Jaume. *Debat d'Honor a Delit (1365)*
- Arxiduc Lluís Salvador. *Die Balearen*
- Rondisoni, Josep. *Classes de cuina (1926)*
- *La cuynera catalana (s. XIX)*

Fuentes sobre cultura y tradición gastronómica

- *Documentación histórica sobre ferias de aves, cocina de comidas festivas y patrimonio culinario catalán*
- *Información institucional sobre la proclamación de Cataluña como Región Gastronómica Mundial 2025*