

# EL ECO DE CARTAGENA.

## PUNTOS DE SUSCRICION.

Cartagena: Liberato Montells, Mayor 24, Madrid y Provincias, corresponsales de la casa de Saavedra.

## SEGUNDA ÉPOCA.

## PRECIOS DE SUSCRICION.

En Cartagena un mes 8 rs.—Trimestre 24.—Fuera de ella, trimestre 30.—Números sueltos un real.



LA SEÑORA

**D.<sup>a</sup> TERESA GABARRON LLORCA**

DE PALACIOS;

falleció ayer 8 de Setiembre, à las siete de la mañana.

SU ESPOSO, HIJOS, HIJOS POLÍTICOS, NIETOS, HERMANAS, HERMANOS POLÍTICOS, SOBRINOS Y DEMAS PARIENTES, suplican à SUS NUMEROSOS AMIGOS la encomienden à Dios.

Con el mas profundo dolor tenemos que participar à nuestros lectores, la irreparable pérdida que ha sufrido nuestro director, con el fallecimiento de su virtuosísima madre, doña Teresa Gabarron Llorca de Palacios, que víctima de una violenta y rápida enfermedad, ha bajado al sepulcro en muy pocas horas.

Desde nuestras columnas, enviamos à nuestro director, Sr. Palacios, así como à su señor padre y familia, el mas sentido pésame, por tan inmensa desgracia.

LA REDACCION.

Jueves 9 de Setiembre.

## El Eco de Cartagena

Nuestro ilustrado colega el «Diario Mercantil» de Málaga, en su número correspondiente al Domingo 29 de Agosto último, publica un artículo sobre la confeccion del pan, el cual creemos verán con gusto nuestros lectores. Dice así:

### EL PAN MEJOR.

En el ilustrado «Jornal de Horticultura práctica» del 6 de Junio, que se publica en Oporto, figura el siguiente artículo, escrito en portugués bajo el expresado título y firmado en Lisboa por George A. Wheelhouse que creo conveniente dar à conocer en nuestro país.

«Todo el mundo se queja del elevado precio à que han llegado los alimentos en estos últimos años, siendo uno de ellos, el mas necesario, el pan, en el cual desperdiciamos constantemente cantidades enormes de materia alimenticia. Este desperdicio es debido en gran parte à la moda y al placer que nos proporcionan, cosas, y por lo tanto en el pan, y es debido tambien à la ignorancia.

Las sustancias mas propias para alimentar al hombre son aquellas que contienen relativamente mayor cantidad de principios realmente nutritivos, ó propios y necesarios à nuestro organismo, mientras que al mismo tiempo sean facilmente digeribles.

Sabemos que la leche constituye el alimento mas adecuado para los niños, efecto de los muy variados

principios que contiene de naturaleza azoada algunos, y nosotros; de modo que viene à representar la alimentacion animal y vegetal à un tiempo.

Los cereales son, pues, para los adultos lo que la leche para los niños; puesto que contiene los principios nutritivos análogos à los de aquella, con la sola diferencia que en los cereales estos principios se hallan mas ó menos separados, mientras que en la leche se encuentran intimamente unidos.

La sustancia blanca del trigo, que se encuentra en el interior del grano, se compone principalmente de fécula; y el embrión y los tegumentos ó partes exteriores de la semilla, contienen gluten, albúmina, fosfatos, materias grasas y otros principios nutritivos.

Por la accion de las piedras del molino la parte interior de dicho grano se reduce fácilmente à polvo ó harina, mientras que otras partes ó espesados tegumentos se quebrantan tan solo, constituyendo el salvado, que recibe distintos nombres en diferentes localidades, según su diferente tenuidad.

De esto se deduce que cuanto mas tamizada es la harina, tanto mas pobre es en gluten y en los demas principios nutritivos mencionados.

El salvado del trigo contiene 13 por 100 de gluten, 26 por 100 de fécula y 5 veces mas de fosfatos y 3 de materias grasas que la harina del mismo trigo tamizada. En la misma relacion se halla la harina de los demás cereales respecto à su correspondiente salvado.

Como el gluten y los fosfatos constituyen para la nutricion los principios más importantes y análogos à los de la carne, y como ellos se hallan principalmente como queda indicado, en el salvado que se desperdicia, ó elimina de la harina para la elaboracion del pan, claro está que solo se aprovecha aquello que mas satisfice nuestra vista y que la moda indicada como lo mejor, fabricando por lo mismo, un pan poco nutritivo, puesto que carece de las partes y

principios mas importantes à nuestro organismo.

Hay mas: el pan elaborado con la harina en rama, que contiene todas las partes del trigo, además de ser mucho mas nutritivo que el confeccionado con la harina cuidadosamente cernida, es mucho mas sabroso é higiénico, da fuerza à los músculos del estómago para trabajar la digestion, é impide la acumulacion de las materias mucosas en ese órgano y demás puntos del tubo intestinal. Es difícil calcular las ventajas de un pan fabricado de dicho modo, tanto bajo el punto higiénico cuanto bajo el alimenticio, pudiendo con su uso prescindirse fácilmente de otras sustancias, tales como la carne y otras que son mucho mas caras.

Para elaborar dicho pan se amasa una porcion de harina en rama en agua templada, pudiéndose prescindir del fermento y de la sal, pero se pueden emplear las dos cosas si se quiere como es costumbre y se puede usar tambien el fermento de cerveza, si conviene. En todos casos se hace una pasta muy blanda y se deja en un lugar templado, por el tiempo de una hora: se divide despues en panes de una à dos libras y se cuecen en un horno no muy caliente por el tiempo de hora y media à dos horas.

Las personas acostumbradas à un pan de esta naturaleza apenas pueden pasar sin él y los ejércitos de Alemania é Inglaterra lo usan ya, y en Berlin, Viena y Lóndres se fabrica tambien para el uso de los particulares, aumentando su consumo todos los años.

Creendo por mi parte muy fundadas bajo el aspecto científico las observaciones del anterior artículo, toda vez que según los análisis químicos especialmente de Mr Millon, el salvado de trigo contiene entre almidon, destrina, azúcar, gluten, materia grasa y sales [principios todos asimilables à nuestro organismo] mas de 73 por 100; determinè hacer un experimento para saber prácticamente las cualidades de un pan confeccionado del modo anteriormente expuesto, aunque con una ligera modificación ó circunstancia no deta-