

Andalucía



TURISMO DE CÓRDOBA
PATRONATO PROVINCIAL



Los sabores de **Córdoba**



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE TURISMO, COMERCIO Y DEPORTE



Córdoba

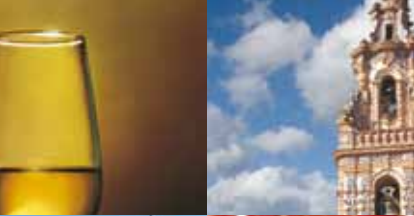
es aceite

es vino

es jamón

es naranja

es dulce



... es puro sabor



Córdoba sabe a todo aquello que producen sus tierras, a lo que elaboran sus gentes, garantía de auténtica calidad. Los sabores de Córdoba están ligados a nuestras comarcas, nuestras sierras, nuestra campiña y la vega del Guadalquivir. Si hablamos de aceite hablamos de las denominaciones de origen de Priego de Córdoba y de Baena. Si hablamos de vinos hablamos de Montilla-Moriles. Si hablamos de jamón recordamos los paseos por las dehesas de Los Pedroches. Igual sucede con la naranja de Palma del Río, la miel de Montoro y Hornachuelos, el ajo de Montalbán o los anises y mantecados de Rute.



Todos estos productos, de una extraordinaria calidad, sirven a una gastronomía con reminiscencias árabes, cristianas y judías, que ha sabido desarrollar una identidad gastronómica propia.



Acompáñenos en este agradable paseo por los sabores más característicos, las recetas más tradicionales y los restaurantes, tabernas y mesones más reconocidos, donde se degustan verdaderas maravillas culinarias llenas de sabor, calidad y tradición.



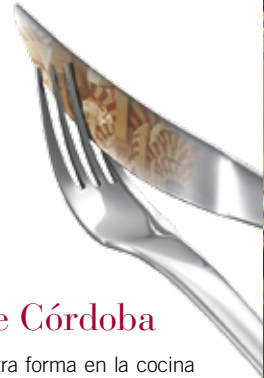


Índice

- 3** Presentación
- 4** Mapa de la provincia de Córdoba
- 7** Córdoba, patrimonio de la humanidad
- 9** Un viaje a través del Aceite de Oliva
 - Ruta del Aceite en Baena
 - Ruta del Aceite en Priego de Córdoba
 - Ruta del Aceite en Montoro-Adamuz
- 15** Un viaje a través del Vino
 - Ruta del Vino Montilla-Moriles
- 19** Un viaje a través del Ibérico
 - Ruta del Ibérico
- 23** Un viaje a través del Dulce
 - Ruta del Anís y el Mantecado
 - Ruta de la Miel y el Membrillo
- 29** Un viaje a través de la Tradición
 - Ruta de los Sabores Tradicionales
- 33** Productos Ecológicos
- 35** Recetas Típicas de la Gastronomía de Córdoba
 - 36 Las recetas de Córdoba capital
 - 42 Las recetas del Valle del Guadalquivir
 - 50 Las recetas de Los Pedroches
 - 58 Las recetas del Valle del Guadiato
 - 64 Las recetas de Guadajoz-Campaña Este
 - 66 Las recetas de Campaña Sur
 - 72 Las recetas de La Subbética
- 78** Oficinas de Turismo



Córdoba, patrimonio de la humanidad



La ciudad de Córdoba es sin duda uno de los destinos que mayor interés despiertan para los viajeros de dentro y fuera del país que practican el llamado turismo cultural. De todos sus monumentos, el más conocido por su grandiosidad y enorme valor histórico-artístico es la Mezquita-Catedral, situada en pleno Casco Antiguo, cuya belleza y monumentalidad han sido premiados por la Unesco, siendo declarado Patrimonio de la Humanidad. Existen infinidad de sitios que reclaman nuestro interés en esta ciudad, tan antigua como misteriosa. Asentamientos y yacimientos arqueológicos como Madinat al-Zahra y el Templo romano de Claudio Marcelo, sirven como testigos de lo que esta ciudad supuso en tiempos pasados. No en vano fueron varias las civilizaciones que hicieron de Córdoba su lugar de residencia enriqueciéndola y aportándole señas de identidad que convierten a esta ciudad en cuna de culturas.

Con carácter religioso se alzan a lo largo de toda la ciudad, numerosas iglesias, capillas, ermitas y conventos que merecen la pena conocer, además de la única Sinagoga que se conserva en Andalucía, en el bello barrio de la Judería.

El Alcázar de los Reyes Cristinos, el Puente Romano y un sinfín de palacios y casas señoriales son algunos de los múltiples monumentos que, unidos a sus museos, brindan al visitante una gran oferta de ocio y cultura.

Córdoba con sus calles y plazas de casas que esconden patios repletos de flores y tradición nos invita a pasearla perdiéndonos en su pasado y escuchando el susurro de su historia y sus leyendas.

Los sabores de Córdoba

Como no podía ser de otra forma en la cocina cordobesa quedan impresos sabores y matices de las distintas culturas que formaron parte de esta ciudad.

Los árabes dejaron la herencia del gusto por lo agrídulce como el cordero a la miel y postres con almendra como los alfajores y el típico pastel cordobés. La influencia de los cristianos se aprecia en el uso de las carnes en casi todas sus recetas y en cuanto a la repostería son las perrunas, pestiños y polvorones algunos de los dulces más característicos.

En esta rica cocina encontramos platos como el salmorejo, ajo blanco, gazpacho, rabo de toro, manitas de cerdo, flamenquín y pescado en adobo, que junto a el trabajo de las nuevas generaciones de cocineros que aportan nuevas recetas, hacen de la gastronomía cordobesa, un referente en la cocina andaluza por aunar tradición y vanguardia.

Muchos de los productos que forman la materia prima de la cocina cordobesa proceden de la provincia. Ingredientes de primera como el aceite de oliva y el vino de la campiña, las carnes y embutidos de la Sierra y Valle de los Pedroches, frutas y hortalizas, leche y derivados... sirven como fondo de multitud de recetas que deleitan a todo aquel que las prueba.

A continuación emprenderemos un viaje a través de los sabores más característicos de Córdoba. Descubriremos no sólo su riqueza y tradición gastronómica sino también el impresionante legado artístico e histórico de sus pueblos.



Un viaje a través del **Aceite de Oliva**



RUTA DEL ACEITE EN BAENA

Baena
Cabra
Castro del Río
Doña Mencía
Luque
Nueva Carteya
Zuheros

RUTA DEL ACEITE EN PRIEGO DE CÓRDOBA

Almedinilla
Carcabuey
Fuente Tójar
Priego de Córdoba

RUTA DEL ACEITE EN MONTORO-ADAMUZ

Adamuz
Córdoba
Espiel
Hornachuelos
Montoro
Obejo
Villaharta
Villanueva del Rey
Villaviciosa



El aceite de oliva ha estado siempre ligado, por su tradición histórica, a Córdoba. Desde tiempo inmemorial en nuestras tierras se han cultivado olivos de cuyos frutos se han extraído los mejores aceites. Hoy las aceitunas se recogen, como ayer hicieran nuestros antepasados, directamente del árbol en el momento más óptimo de maduración y se molturan en frío para obtener el aceite virgen de la máxima calidad. Prueba de ello es la reconocida fama que éstos tienen en todo el mundo.

DENOMINACIÓN DE ORIGEN DE BAENA



Baena
Cabra
Castro del Río
Doña Mencía
Luque
Nueva Carteya
Zuheros

Consejo Regulador de la Denominación de Origen Baena

C/ Valenzuela, s/n, 14850 Baena (Córdoba)
Tel. (+34) 957 691 121
www.dobaena.com

DENOMINACIÓN DE ORIGEN DE PRIEGO DE CÓRDOBA



Almedinilla
Carcabuey
Fuente Tójar
Priego de Córdoba

Consejo Regulador de la Denominación de Origen Priego de Córdoba

Avda. Niceto Alcalá Zamora
Parque Multiusos-Pabellón de las Artes
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)
Tel. (+34) 957 547 034
www.priegodecordoba.org

DENOMINACIÓN DE ORIGEN DE MONTORO-ADAMUZ



Adamuz
Córdoba
Espiel
Hornachuelos
Montoro
Obejo
Villaharta
Villanueva del Rey
Villaviciosa

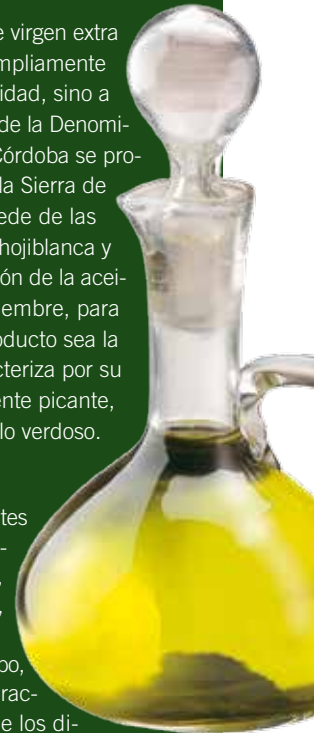
Consejo Regulador de la Denominación de Origen Montoro-Adamuz

Plaza de la Virgen del Sol, 4
14430 Adamuz (Córdoba)
Tel. (+34) 957 166 013

Dieciocho almazaras producen, bajo la supervisión del Consejo Regulador, aceites bajo la Denominación de Origen de Baena. Son aceites afrutados y muy aromáticos. La principal variedad de aceituna de la Denominación de Origen de Baena es la picuda. También se producen otras variedades: lechín, chorúa, pajarero, hojiblanca y picual. Éstas imprimen al aceite las características especiales de su calidad. La cantidad de aceite calificado por el Consejo Regulador ronda los 40 millones de kilos anuales, que se producen en los 7.200.000 de olivos que se reparten por las 600.000 hectáreas de la zona.

La excepcional calidad del aceite virgen extra de esta comarca es general y ampliamente reconocida, no solo en la actualidad, sino a través de la historia. Los aceites de la Denominación de Origen de Priego de Córdoba se producen en el Parque Natural de la Sierra de las Subbética. Este aceite procede de las variedades de aceituna picuda, hojiblanca y picual. La campaña de recolección de la aceituna se inicia en el mes de noviembre, para conseguir que la calidad del producto sea la máxima. Un aceite que se caracteriza por su aroma afrutado, dulce, ligeramente picante, amargo al paladar y color amarillo verdoso.

De gran personalidad, estos aceites se elaboran con aceitunas procedentes de las variedades picual, nevadillo blanco, nevadillo negro, lechín, picudo y carrasqueño. Muy afrutados y con mucho cuerpo, es sin embargo su amargor la característica más acentuada y la que los diferencia del resto junto a una sensación buco-táctil algo densa, relacionada con el alto contenido de ácido oleico. Su color varía oscilando del verde al amarillo en función de la maduración del fruto, siendo éstos de gran complejidad aromática.



El típico paisaje de la campiña es atravesado de este a oeste por el río Guadalajoz. El olivo y los cereales son los habitantes naturales de estas maravillosas tierras a la que el Consejo Regulador ha otorgado la Denominación de Origen de Baena.

El sol y el agua riegan este suave perfil hasta hacer brotar de manera desmedida una innumerable variedad de aceitunas. La huerta, la caza y el trigo completan el elenco de artistas naturales que ofrecen su espectáculo al visitante.

Hoteles, hostales, casas rurales y albergues dan cobijo y mesa al viajero a su paso por este territorio inventado para el paseo, en el que por doquier se desliza el aceite. Sabido es que el sol sale por el este y es la campiña del este la primera tierra cordobesa en verlo cada mañana.

RUTA DEL ACEITE EN BAENA

La perfecta combinación
de variedades



Zona geográfica:

Baena, Cabra, Castro del Río, Doña Mencía, Luque, Nueva Carteya y Zuheros.

Variedades:

Picual, picuda y hojiblanca.

Características organolépticas:

Color:

Amarillo verdoso.

Olor:

Afrutado de intenso a maduro, muy rico en aromas por su carácter multivarietal, suave olor a manzana y muy fragante.

Sabor:

Entrada dulce y equilibrada, al final ligero amargor y picante. Muy redondeado en boca, deja regusto a almendra fresca.

La comarca, al sureste de la provincia de Córdoba, contiene el Parque Natural de las Sierras Subbéticas. Su aceite posee el atributo de la Denominación de Origen Priego de Córdoba.

El olivo en monocultivo ofrece un aceite de máxima calidad y prestigio internacional que brota de unas tierras calizas con abundante agua subterránea. El clima mediterráneo con influencia atlántica también interviene notablemente en el resultado final de este aceite.

En el paisaje se alterna el altiplano, las depresiones y los macizos abruptos. Sus habitantes humanizan el paisaje dedicados a la agricultura, la ganadería y la industria, ofreciendo productos acordes a la riqueza de la comarca.

RUTA DEL ACEITE EN PRIEGO DE CÓRDOBA

El aceite de moda
por méritos propios

Córdoba



Zona geográfica:

Almedinilla, Carcabuey,
Fuente Tójar y Priego de Córdoba.

Variedades:

Picuda, hojiblanca y picual.

Características organolépticas:

Color:

Amarillo verdoso.

Olor:

Afrutado suave, huele a hierba fragante con suave sensación a manzana, almendra y otras frutas.

Sabor:

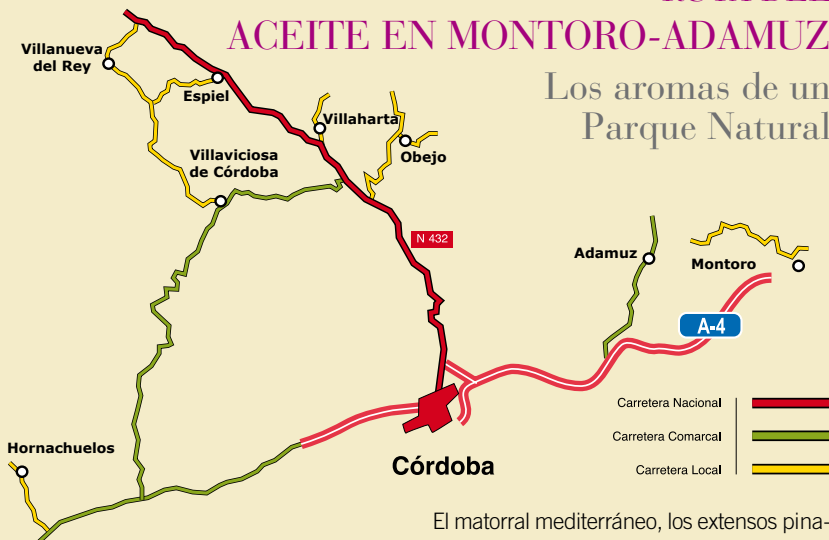
Resulta especialmente dulce al paladar, tiene un ligero amargor y picor muy equilibrados. Regusto a alloza fresca.



Carretera Nacional	
Carretera Comarcal	
Carretera Local	

RUTA DEL ACEITE EN MONTORO-ADAMUZ

Los aromas de un
Parque Natural



Ocupada por los Parques Naturales de Cardeña-Montoro y de Hornachuelos, de oriente a occidente paseamos por más de 110.000 hectáreas entre escarpados acantilados y suaves laderas, al norte de Córdoba capital.

El matorral mediterráneo, los extensos pinares y el majestuoso roble melojo se nutren de los ríos Yeguas, Bembézar y el Retortillo. Y más abajo los olivos.

Linces, nutrias o el águila imperial son algunas de las especies que habitan estos parajes sin igual.

Zona geográfica:

Sierra de Montoro, Adamuz, Espiel, Hornachuelos, Obejo, Villaharta, Villanueva del Rey y Villaviciosa.

Variedades:

Nevadillo blanco, nevadillo negro, lechín y picual.

Características organolépticas:

Color:

Verde Amarillento - dorado.

Olor:

Aroma fresco, afrutado medio a intenso y agradable olor a higuera silvestre.

Sabor:

Fresco, con mucho cuerpo y equilibradamente amargo y picante.





Un viaje a través del Vino



RUTA DEL VINO MONTILLA-MORILES

Aguilar de la Frontera

Córdoba

Fernán Núñez

La Rambla

Lucena

Montemayor

Montilla

Moriles

Puente Genil

Ruta del Vino Montilla-Moriles

C/ Capitán Alonso de Vargas, 3

14550 Montilla (Córdoba)

Tel. (+34) 957 652 354

www.rutadelvinomontillamoriles.com



Es el vino el más claro ejemplo de la perfecta mezcla entre tradición y calidad en la gastronomía cordobesa. Ya desde antiguo en el sur de Córdoba se cultivaban vides y se producían vinos. Esta producción se ha profesionalizado, derivando la misma en excelentes caldos de la tierra dignos de ser apreciados en la buena mesa. Si buenos son los finos que se producen bajo el amparo de la Denominación de Origen Montilla-Moriles, no menos buenos son los tintos que se elaboran bajo la Indicación Geográfica Vinos de la Tierra.

DENOMINACIÓN DE ORIGEN MONTILLA-MORILES



Aguilar de la Frontera
Baena
Cabra
Castro del Río
Doña Mencía
Espejo
Fernán Núñez
La Rambla
Lucena
Montalbán
Montemayor
Montilla
Monturque
Moriles
Nueva Carteya
Puente Genil
Santaella

Consejo Regulador de la Denominación de Origen Montilla-Moriles

C/ Rita Pérez, s/n
14550 Montilla (Córdoba)
Tel. (+34) 957 699 954
www.montilla-moriles.org

INDICACIÓN GEOGRÁFICA VINOS DE LA TIERRA DE CÓRDOBA



Asociación "Vino de la Tierra de Córdoba"

C/ Rita Pérez, s/n
14550 Montilla (Córdoba)
Tel. (+34) 957 699 954

La Denominación de Origen Montilla-Moriles se extiende por todo el sur de la provincia de Córdoba, cultivándose diferentes variedades de uva entre las que destacan Airén, Moscatel, Pedro Ximénez, Torrontés y Baladí. Sus orígenes se remontan a la llegada a España de las primeras civilizaciones mediterráneas de helenos y latinos, hacia el siglo VIII antes de Cristo. Gozan de fama internacional y son pieza fundamental de la gastronomía cordobesa.

Los vinos denominados Finos, son de color pálido, secos y ligeramente amargos, con cierto aroma almendrado. Son elaborados por el clásico procedimiento de crianza biológica bajo el "velo de flor".

Los Amontillados son secos y de intenso aroma avellanado, de color ámbar u oro viejo. Los Olorosos son vinos aterciopelados, aromáticos, secos de color similar a la caoba. Los Palo Cortado son semejantes a los Amontillados en su aroma y a los Olorosos en sabor y color. Los Raya son parecidos a los olorosos, pero con menos paladar y aroma.

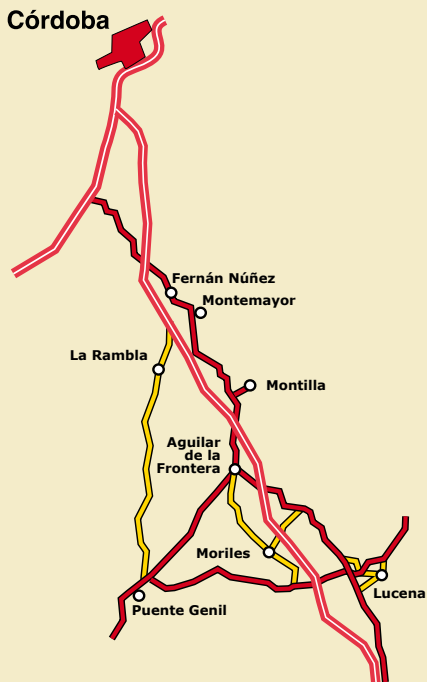
Los Pedro Ximénez son vinos dulces naturales obtenidos a partir de uva de esa variedad, de color rubí, muy ricos en azúcares. Los Moscatel son vinos dulces naturales obtenidos a partir de mostos de esa variedad. En definitiva un amplio abanico de sabores y olores que invitan a ser degustados.

Creada con el objetivo de promover la producción de los vinos tintos que se elaboran en la provincia de Córdoba. Aunque la zona de producción está prácticamente restringida a la de la Denominación de Origen de Montilla-Moriles, a esta Indicación Geográfica se pueden acoger bodegas de toda la provincia. En las 800 hectáreas dedicadas a esta producción se cultivan las variedades Cabernet Sauvignon, Merlot, Syrah, Tempranillo, Pinot Noir y Tintilla de Rota, que dan como resultado excelentes tintos y rosados.



La Ruta del Vino Montilla-Moriles es mucho más que conocer un vino excepcional, único en el mundo. Es un viaje con los cinco sentidos al corazón de Andalucía, el lugar donde nace esta joya natural.

¿Había imaginado alguna vez ver un flamenco volando entre viñedos y olivares, domar un tonel a base de fuego, ver la crianza del vino bajo el velo de flor? La Ruta del Vino Montilla-Moriles es todo eso y mucho más. Nueve lugares sin igual le esperan para darle a conocer lo mejor de sí mismos: Aguilar de la Frontera, Fernán Núñez, La Rambla, Lucena, Montemayor, Montilla, Moriles y Puente Genil. Ocho municipios de la Campiña Sur cordobesa junto con la capital desplegarán ante usted su rico patrimonio cultural, histórico, artístico, gastronómico y ocio temático.



LA RUTA DEL VINO MONTILLA-MORILES Mucho más que Vino



La Ruta del Vino Montilla-Moriles es conocer tierras y gentes nobles, cercanas y cordiales que le ofrecerán una forma distinta de disfrutar conociendo un mundo, el de la enología, que le sorprenderá descubrir. Una experiencia que merece brindar por ella, por supuesto con una copa de uno de los mejores vinos del mundo.

www.rutadelvinomontillamoriles.com



Un viaje a través del **Ibérico**



RUTA
DEL IBÉRICO
Belmez
Cardeña
Conquista
Espiel
Fuente Obejuna
Hinojosa del Duque
Peñarroya-Pueblonuevo
Pozoblanco
Villanueva de Córdoba



Los productos derivados del cerdo ibérico han estado desde siempre ligados a la dehesa de Sierra Morena, al norte de la provincia de Córdoba, donde estos animales se crían en plena libertad. Su crianza, a base principalmente de bellota, y las manos expertas de aquellos que elaboran sus derivados han hecho que la fama de estos jamones y chacinas traspase sus fronteras y sean reconocidos y degustados en el mundo entero.

DENOMINACIÓN DE ORIGEN DE LOS PEDROCHES



Alcaracejos
 Añora
 Belalcázar
 Belmez
 Los Blázquez
 Cardeña
 Conquista
 Dos Torres
 Espiel
 El Guijo
 Fuente La Lancha
 Fuente-Obejuna
 La Granjuela
 Hinojosa del Duque
 Pedroche
 Peñarroya-Pueblonuevo
 Pozoblanco
 Santa Eufemia
 Torrecampo
 Valsequillo
 Villanueva de Córdoba
 Villanueva del Rey
 Villaralto
 El Viso
 Adamuz
 Hornachuelos
 Montoro
 Obejo
 Posadas
 Villaharta
 Villaviciosa de Córdoba

Consejo Regulador de la Denominación de Origen Los Pedroches

C/ Pozoblanco, 3
 14440 Villanueva de Córdoba (Córdoba)
 Tel. (+34) 957 121 084
www.jamondolospedroches.es

El cerdo ibérico es una especie única en el mundo. Su alimentación íntimamente ligada a las dehesas arboladas de encinas y su fruto, la bellota, hacen que los productos derivados del mismo sean de una calidad excepcional. Esta calidad queda refrendada por cuatro factores básicos: la raza, la edad avanzada, la crianza en libertad y continuo movimiento, y finalmente la alimentación exclusivamente a base de bellota e hierba.

Cumplidas estas exigencias, es un proceso totalmente artesanal el que crea los jamones y paletas de la denominación de origen. En un lento proceso que comprende la salazón, el secado, el envejecimiento en bodega y la cala final, expertas manos elaboran piezas de exclusiva calidad. Su "bouquet" es inconfundible y son consideradas auténticos tesoros de gastronomía mundial.

La zona de producción y elaboración de la Denominación de Origen Los Pedroches abarca unas 300.000 hectáreas de dehesa de encinar ubicadas en 32 términos municipales de la provincia de Córdoba: Alcaracejos (que alberga un Museo de la Matanza), Añora, Belalcázar, Belmez, Los Blázquez, Cardeña, Conquista, Dos Torres, Espiel, El Guijo, Fuente la Lancha, Fuenteobejuna, La Granjuela, Hinojosa del Duque, Pedroche, Peñarroya-Pueblonuevo, Pozoblanco, Santa Eufemia, Torrecampo, Valsequillo, Villanueva de Córdoba (sede del Consejo Regulador), Villanueva del Duque, Villanueva del Rey, Villaralto y El Viso, así como parte de los de Adamuz, Hornachuelos, Montoro, Obejo, Posadas, Villaharta y Villaviciosa de Córdoba, concretamente las zonas con una altitud superior a los 300 m.

Es uno de los encinares más amplios de España.



LA RUTA DEL IBÉRICO

La gran joya de la gastronomía



El cerdo ibérico es el alma y motor del norte de la provincia de Córdoba. Es, principalmente, en las comarcas de Los Pedroches y Valle del Guadiato, donde se encuentran las dehesas de encinas, alcornocal y quejigos más importantes de Europa y donde se cría este excepcional animal. Le invitamos a recorrer la Ruta del Ibérico y a disfrutar de esta delicia gastronómica.

Recomendamos al visitante una ruta que le permitirá conocer municipios como Belmez, Cardeña, Conquista, Espiel, Fuente Obejuna, Hinojosa del Duque, Peñarroya-Pueblonuevo, Pozoblanco y Villanueva de Córdoba. Y es que, para saborear los verdaderos y auténticos productos del cerdo ibérico nada mejor que hacerlo en cualquiera de los municipios donde se producen. Así podrá, además de apreciar este tipo de productos, conocer las tradiciones, historia, arquitectura y cultura de estos pueblos. Unos pueblos en los que la tradición deja paso a la innovación, aunque sin perder su propia identidad.





Un viaje a través del **Dulce** Anís Mantecados Miel Membrillo



RUTA DEL ANÍS Y EL MANTECADO

Rute
Montoro

RUTA DE LA MIEL Y EL MEMBRILLO

Cardeña
Hornachuelos
Puente Genil



Visitando los municipios de la provincia cordobesa y conociendo su gastronomía descubriremos con sorpresa que la parte más dulce de la misma es sobre todo una rica y elaborada amalgama de tradicionales recetas conservadas con mimo a través del tiempo y sabiamente elaboradas por las expertas manos de aquellos que las heredaron. La alta calidad de las materias primas con las que se elabora la dulcería cordobesa hacen que la degustación de estos dulces, postres y licores sea una experiencia realmente deliciosa.

El anís proviene de las tierras del mediterráneo oriental y se cultiva principalmente en España, Italia, América Central y Japón. Es una planta aromática de uso medicinal y también da sabor al licor más reconocido de Córdoba: el anís de Rute.

Las destilerías de Rute constituyen una tradición de gran solera. Su elaboración sigue ligada a procesos tradicionales que, desde el siglo XVII, han dado al anís de Rute su merecida fama mundial. Su proceso de elaboración es totalmente artesanal, realizándose la destilación en calderas de cobre idénticas a las utilizadas hace siglos, alimentando las fogatas con madera de olivo, la que más calorías produce en la ebullición del jarabe compuesto de alcohol, agua y la semilla del anís *Pimpinella Anisum*, conocida popularmente con el nombre de matalahúga o matalauva.

Existen dos tipos de anises: anís seco, con elevado contenido en alcohol (55°) y anís dulce, más bajo en graduación alcohólica (35°) y con un exquisito paladar dulce por la incorporación de azúcar en el proceso de destilación.

El Anís



El Mantecado

El mantecado es una especie de bollo amasado de harina de trigo, manteca de cerdo y azúcar, que se consume como postre típico de Navidad. Sólo su nombre ya evoca recuerdos a canela y almendras, a tradiciones y recuerdos que se materializan en este dulce en estas fechas tan significativas.

El origen del mantecado data del siglo XVI propiciado por el excedente de cereales y manteca que se daba por esa época en parte de Andalucía.

Los mantecados se clasifican principalmente atendiendo a sus ingredientes y a su forma.

Algunos de los más clásicos son el mantecado de almendra, el más conocido; mantecado artesano, amasado con esencias de canela y coronado con ajonjolí; mantecado de chocolate; mantecado de limón y mantecado de hojaldre.

El polvorón es muy similar al mantecado, siendo la almendra el ingrediente habitual. Otros dulces navideños parecidos son los roscos de vino y los alfajores.

El mantecado de Rute ha alcanzado fama mundial debido principalmente a la alta calidad de las materias primas y la elaboración artesanal que data de la primera mitad del siglo XX.



La miel lleva miles de años acompañando en su dieta al ser humano. Las laboriosas abejas han sabido crear este nectar de flores, complemento perfecto de la alimentación en todas las épocas y culturas por sus cualidades nutritivas y medicinales. Existe una extensa lista de tipos de miel: de romero, cantueso, azahar, eucalipto, de flores...

La apicultura tiene un valor incalculable en la conservación de nuestro medio ambiente ya que basa su aprovechamiento en el respeto de los recursos naturales. En Córdoba se produce fundamentalmente en los Parques Naturales de la Sierra de Hornachuelos y de Cardeña-Montoro, donde los apicultores siguen usando técnicas centenarias que permiten que la miel de Córdoba tenga una calidad extrema.



La Miel



El Membrillo

Pocas cosas identifican tan bien a Puente Genil como su "carne de membrillo", un excepcional dulce elaborado con los membrillos producidos en este municipio. Tanto en dulce como al natural, el membrillo posee cualidades especialmente beneficiosas para la salud. El dulce de membrillo es un producto típico de la dieta mediterránea de un gran valor nutritivo, muy rico en fibra vegetal, por lo que es aconsejable en las regulaciones digestivas.

En Puente Genil, más de 220 hectáreas de terreno se dedican a este cultivo. Se producen alrededor de 4 millones de toneladas con el que se crea el famoso dulce de membrillo y se exporta a más de una veintena de países. Además de dulce de membrillo, en las fábricas de este municipio se elaboran exquisitas mermeladas, confituras y empastes de frutas. Pero no sólo en la zona de Puente Genil se cultiva y produce el dulce de membrillo; también se cultiva en las localidades de Zagrilla (Priego de Córdoba), Carcabuey y Fuente Palmera.



LA RUTA DEL ANÍS Y EL MANTECADO

La cara más dulce de Córdoba



La provincia de Córdoba está ligada desde antiguo a la elaboración de anises y mantecados. Este sector tuvo en su día gran relevancia; no hace muchos años en nuestra provincia y en especial en la Comarca de la Subbética existían más de 80 destilerías, de las que hoy en día sólo quedan 5, aunque eso no impide que al recorrer esta comarca, el aroma del anís nos envuelva irremediamente.

Hablar de Rute y Montoro es hablar también de los Mantecados, que aún se elaboran de manera tradicional en obradores donde manteca, harina, ajonjolí y canela se convierten en ingredientes estrella de este producto que no sólo se consume en Navidad.

La Ruta de los Anises y Mantecados de la provincia de Córdoba invita a descubrir los secretos de estos tradicionales productos cordobeses que tienen la garantía de lo bien hecho.

- Carretera Nacional 
- Carretera Comarcal 
- Carretera Local 

LA RUTA DE LA MIEL Y EL MEMBRILLO

Dulce dieta mediterránea

La Ruta de la Miel y el Membrillo se extiende por la provincia de Córdoba principalmente en las zonas de los Parques Naturales de la Sierra de Hornachuelos, en la Vega del Guadalquivir y el Parque Natural de Cardena-Montoro, en la mancomunidad de Los Pedroches, principales punto de producción en el caso de la miel, y en las tierras adyacentes de Puente Genil, en el caso del membrillo.

Es ésta una excelente oportunidad para atravesar la provincia en busca de estos exquisitos y dulces tesoros naturales, ingredientes esenciales de la dieta mediterránea y conocer así, no sólo la calidad de estos productos sino también la riqueza histórico artística y las tradiciones de los numerosos

pueblos que, poco a poco y a cada paso iremos encontrando en el camino que nos llevará hasta el dulce y delicioso encuentro con la miel y el membrillo de Córdoba.





Un viaje a través de la Tradición

Ajo
Garbanzo
Naranja
Queso
Lácteos



RUTA DE LOS SABORES TRADICIONALES

Almodóvar del Río
Cañete de las Torres
Guadalcazar
Montalbán
Palma del Río
Posadas
La Victoria
Zuheros



La provincia cordobesa conserva una tradición culinaria de calidad, fruto de su mezcla de culturas a través de los siglos, no sólo por la originalidad de sus recetas, sino también por la excelente calidad de sus materias primas. Tradicionales ingredientes como el ajo que se cultiva en Montalbán o la naranja de Palma del Río, junto con el garbanzo y el queso tienen fama internacional y contribuyen por sí mismos a crear una gastronomía de primera categoría por calidad y por tradición.

Imprescindible en nuestra dieta, el ajo es uno de esos productos estrella de la cocina. Además de sus cualidades gastronómicas, posee una serie de propiedades terapéuticas de gran importancia. Reduce la presión arterial, el colesterol y repara los daños causados por la arterioesclerosis. Actúa como antiinflamatorio y previene ciertos tipos de cáncer. Ayuda a incrementar el nivel de insulina reduciendo los niveles de azúcar en la sangre. El ajo incrementa ligeramente el nivel de serotonina en el cerebro ayudando a combatir el estrés y la depresión.

El ajo es la base sobre la que se asienta la riqueza de pueblos como Montalbán, donde más de la mitad de su población trabaja en este sector.

Los ajos de este municipio se exportan a Francia, Reino Unido, Italia, Alemania, Brasil, Estados Unidos y Marruecos, entre otros.

Es tal la importancia del ajo en Montalbán que, desde hace años, se celebra una Feria Internacional del Ajo, de consolidada trayectoria en un sector de especial importancia económica, ya que España es el quinto productor mundial de ajo.

El Ajo



El Garbanzo

El garbanzo es la legumbre estrella de la gastronomía española, protagonista de platos tradicionales plenos de sabor. Por sus propiedades beneficiosas para la salud, es también muy apreciado por todo aquel que desea mantener una alimentación sana y equilibrada.

Muchas de las recetas caseras de Córdoba no existirían de no ser por el garbanzo, más aún si se tiene en cuenta la calidad de los cultivados en el municipio cordobés de Cañete de las Torres, en la comarca del Alto Guadalquivir. En esta localidad se cultivan dos tipos de garbanzo conocidos por los nombres de “perezoso” y “rabanera”, nombres tomados de cortijos de la zona en los que tradicionalmente se han cultivado estos productos.



Es, sin lugar a dudas, una de las frutas más importantes como fuente de vitaminas. Sobre todo las que se cultivan en los campos de Palma del Río. Son garantía de excelente calidad y sabor las diferentes variedades que se cultivan en nuestra provincia, entre las que destacan la Navelina, especialmente dulce y fina.

Antes de que se importaran técnicas californianas a la península, en la zona de Palma del Río los agricultores producían naranjas sin pipas, finas, azucaradas, de forma casi artesanal, aprovechando la riqueza de la vega del Guadalquivir y las técnicas de riego heredadas de los árabes. A este cultivo, que se ha desarrollado gracias a las especiales condiciones de clima y suelo que hay en la zona se dedican en la actualidad 3.800 hectáreas de terreno. De ellas casi la mitad pertenecen al municipio de Palma del Río, casi 700 hectáreas a Hornachuelos, y en menor cantidad a municipios como Almodóvar del Río, Fuente Palmera o Posadas. Cada año se obtienen una media de 35.000 kilos de naranja por hectárea cultivada, lo que demuestra la importancia del sector en de Córdoba.

La Naranja



Quesos y Lácteos

En dos comarcas de la provincia de Córdoba se elaboran quesos, ambas con su tipo de queso característico y autóctono.

Así, en Los Pedroches se producen quesos maduros, semicurados, de leche cruda de oveja. La corteza de estos quesos es cerrada, brillante y un poco aceitosa, de color amarillo pajizo. El interior es compacto y de color blanco marfil. El formato es cilíndrico, con bordes redondeados, la parte superior e inferior son lisas y los laterales grabados. El peso de estos quesos varía de 1 a 2 kilos.

En la comarca de las Sierras Subbéticas se elaboran artesanalmente una amplia gama de quesos de leche de cabra. Su corteza es de color dorado,

Su corte es firme, de sabor y aroma muy pronunciados y de textura más bien seca. Habitualmente se presenta en piezas de 1 kilo, aunque también se presentan otros formatos: quesitos curados en aceite de oliva y aromatizados con laurel, pimienta negra, enebro, cilantro y ajedrea.



LA RUTA DE LOS SABORES TRADICIONALES

La calidad de la tradición en nuestra mesa



La provincia de Córdoba en su totalidad es buen ejemplo de cómo se pueden conservar formas de producción artesanal para lograr, junto con las condiciones naturales del clima y el terreno, productos naturales de extremada calidad reconocidos, como es el caso del ajo o la naranja, en el mundo entero.

La Ruta de los Sabores Tradicionales es una buena oportunidad para conocer y degustar estas joyas de la gastronomía en su estado puro, y también para disfrutar de pueblos con encanto y parajes sin igual como los que encontraremos cuando visitemos la Vega del Guadalquivir, cuna de la naranja de Palma del Río, la comarca de Los Pedroches o las Sierras Subbéticas donde se producen exquisitos quesos o el Alto Guadalquivir y la Campiña Sur, donde nacen el garbanzo y el ajo respectivamente.

Productos Ecológicos



La agricultura ecológica es un sistema moderno de producción agrícola y ganadera cuyo objetivo fundamental es la obtención de alimentos de la máxima calidad, que se esfuerza en la protección del medio ambiente, respetando los ciclos biológicos y sin utilizar agroquímicos ni variedades modificadas genéticamente.

La provincia de Córdoba dedica alrededor de 30.000 hectáreas de terreno al cultivo ecológico, lo que representa casi la mitad de lo que se dedica a este tipo de cultivo en toda Andalucía.

En Cabra se producen aceitunas de mesa. El aceite de oliva ecológico se produce en Baena, Rute, Nueva Carteya, Cabra, Villaviciosa, Luque, Castro del Río, Palma del Río, Doña Mencía, Obejo, Montalbán, Alcolea, Carcabuey, Almedinilla, Priego de Córdoba, Hinojosa del Duque y Pozoblanco. Los vinos ecológicos se producen en Montilla, Aguilar de la Frontera y Villaviciosa y en Doña Mencía los vinagres. Huevos ecológicos se producen en Pozoblanco. En Zuheros se elaboran quesos. También ecológicos son los productos que se producen en conserva en Villarrubia y Priego de Córdoba. En Rute se elaboran pasteles y en Montilla se elabora pan con ingredientes ecológicos. De Villaviciosa y Priego de Córdoba son los frutos secos ecológicos y de Fuente Obejuna la carne ecológica. Las frutas y hortalizas son de Montalbán, las legumbres de Montemayor y en La Carlota se elaboran platos precocinados con ingredientes ecológicos.



Asociación EPEA
Apartado de Correos 3046
14004 Córdoba
Tel. 902 366 830
www.epea.es
e-mail: info@epea.es



Recetas Típicas de la Gastronomía de Córdoba

A ningún mortal le pasa desapercibida la importancia que a la gastronomía le ha asignado el género humano en el discurrir de los tiempos según las distintas culturas, credos y sociedades que pudieran observarse.

La alimentación resulta ser una de las necesidades primarias del género humano y en consecuencia necesaria e incuestionablemente su satisfacción, siempre tendente a la superación según las condiciones que el medio y la forma de vida permiten.

Como no podía ser de otra manera, también la gastronomía tiene un fuerte componente en el contexto turístico. La cocina de la región, provincia, comarca o localidad no sólo no constituye un aspecto aleatoriamente interviniente y accesorio, sino que, por el contrario, define con gran precisión y contundencia las características e importancia del destino turístico, llegando a constituir, en muchas ocasiones, verdadera motivación para la elección del mismo.

La situación geográfica de la provincia de Córdoba, su extensión superficial y forma, así como los elementos oro-hidrográficos que propician el microclima de las distintas comarcas, han venido definiendo, a través de la historia, los cultivos agro-ganaderos y por ende la materia base de nuestra alimentación. La relativa cercanía y facilidad de acceso a otras zonas no provinciales nos han permitido acceder con facilidad a la importación de aquellos productos de calidad que por nosotros mismos no hemos podido producir. Pero sobre lo anteriormente reseñado pesa el bagaje de las distintas culturas y pueblos que a lo largo de los tiempos han venido integrándose en la población, matizando con ello las diferentes formas de cocinar, con lo que se muestra un amplio abanico de posibilidades, sabores y formas, una vez servidos los manjares cordobeses en la buena mesa, presentada para nuestra satisfacción con los mantelitos de la hospitalidad y adornada sobriamente con el azahar de nuestra perpetua y madura primavera.

Por todo ello, mostramos con sencillez a la par que con rigor, apuntes para un catálogo que recoja la riqueza gastronómica de la provincia con el objetivo de que el visitante pueda reproducirlos en su hogar y recordar lo que con tanto esmero y voluntad Córdoba le ofreció en su visita.

Es nuestro deseo que las recetas que siguen...
¡les salgan bien y les aprovechen mejor!

Las recetas de Córdoba capital

Córdoba es hoy la capital gastronómica de Andalucía, ya que algunos de sus cocineros se han esforzado por aplicar criterios innovadores a la cocina, recuperando recetas mozárabes o judías, o incorporando criterios de selección de calidad a los platos tradicionales de nuestra tierra. Plato tradicional y único -pues no se da en otros lugares- es el salmorejo, una salsa hecha con un gazpacho espeso que se toma con cuchara o mojando pan, y que está acompañada de guarnición. Típicos son los flamenquines, las alcachofas a la montillana o las recetas árabes, como el cordero a la miel. Las carnes de caza, por ser esta provincia de gran riqueza cinegética, se preparan de forma muy sabrosa, especialmente las de venado, jabalí y, en caza menor, la perdiz. En cuanto a postres, es tradicional el pastel cordobés, hecho con hojaldre y, en su versión más clásica, cabello de ángel y jamón serrano.

Entrantes

Salmorejo Cordobés

Ingredientes

1/2 Kg de tomates maduros.
4 cucharadas de aceite.
2 dientes de ajo.
2 rebanadas de pan seco.
1 cucharada de vinagre.
1 taza de agua.
1 yema de huevo.
Cebollino picado y sal.

Elaboración

Lavar los tomates. Trocearlos y ponerlos en el vaso de la batidora eléctrica con el pan, los ajos y la yema de huevo. Batir bien e incorporar el vinagre, la sal y el aceite. Seguir batiendo hasta que quede una mezcla fina. Añadir el agua y refrigerar. En el momento de servir, espolvorear con cebollino picado.

Flamenquines

Ingredientes

6 filetes de lomo.
Jamón serrano.
Leche.
Huevos.
Aceite de oliva.
Patatas.
Pimientos encarnados.
Tocino.
Pan rallado.
Sal.

Elaboración

Cortar el lomo en filetes del grosor de un dedo y abrir a lo largo en forma de libro, (sin que lleguen a separarse las dos partes). Así preparados se ponen en remojo, en la leche durante un par de horas. Se escurren y se sazonan. Luego se rellenan disponiendo dentro de cada filete una tira de jamón, una de tocino, y unas rodajas de huevo duro. Enrollar y cerrar bien. Rebozar en huevo y pan rallado y freír en aceite caliente. Se sirven con patatas fritas.



Ensalada Cordobesa

Ingredientes

3 pimientos morrones de lata.
3 cebollitas.
4 tomates.
Perejil.
1 diente de ajo.
Vinagre, aceite y sal.

Elaboración

Se cortan los pimientos, después las cebollitas en rodajas y los tomates en trozos. Se añaden el aceite, el vinagre y la sal, y se rocía con perejil y ajo muy bien picados.

Primeros

Berza cordobesa

Ingredientes

1 kg de berzas.
Tocino.
Chorizo.
1 cucharada de jugo de carne.
Sal.

Elaboración

Se ponen las berzas en agua fría, después se colocan en una cacerola con el tocino y el chorizo a trozos, el jugo de la carne, sal y pimienta. Cocer durante tres horas. Para servir las se escurren las berzas, y se ponen en un plato grande, colocando encima las tajadas de tocino y chorizo, y rociándolas con la grasa, después de haberlas desengrasado.

Cazuela de Hortalizas Rellenas

Ingredientes

Patatas
Pimientos
Cebollas
Tomates
Masa de albóndigas
Salsa

Elaboración

Pelar las patatas y hacer un agujero; quitar al pimiento la coronilla (para que quede hueco) y al tomate se le hace un agujero por su base, ahuecándolo, e igualmente a la cebolla. Rellenar con la masa de albóndigas (carne picada, pan rallado, huevos, ajo, perejil y sal). Una vez rellenas se enharinan por el orificio del relleno y esa parte –nada más– se fríe. Colocar en una cazuela de barro. Añadir salsa (harina tostada y condimento). Cocer entre 30 y 35 minutos y servir.



Las recetas de Córdoba capital

Sopa de Párroco

Ingredientes

- 1 una taza de judías blancas.
- 2 tomates partidos por la mitad.
- 2 cebollas grandes.
- 2 rebanadas de pan frito.
- 2 patatas grandes.
- Agua (mitad de la olla) y aceite de freír el pan.

Elaboración

Colocar todos los ingredientes en la olla a presión, tapar y dejar cocer 20 minutos. Dejar enfriar y una vez destapada, pasar todo por el chino. Si se quiere, se le puede añadir al servirla cuadraditos de pan frito. Servir en sopera, muy caliente.

Caracoles a la Parra

Ingredientes

- 2 kg de caracoles gordos.
- 4 hojas de laurel.
- 2 cucharadas grandes de pimiento molido.
- 1/2 cucharadita de pimentón picante.
- 5 dientes de ajo.
- 1/4 kg de pan.
- 1/4 litro de aceite.
- Sal.

Elaboración

Lavar los caracoles en agua fría y, sin agua, remover de sal, para que suelten la baba. Lavar nuevamente y pasar a una cazuela. Echar laurel y sal y hervir media hora para enternecerlos. Colar el caldo y dejarlos secar. Freír el pan y los dientes de ajo. Sacar y en ese aceite echar los caracoles. Añadir pimiento molido y dar vueltas para que se mareen. Pasar por la batidora el pan, los ajos fritos y el caldo antes apartado. Añadir a los caracoles y hervir 8-10 minutos.

Arroz cordobés

Ingredientes

- 1/4 litro de aceite, 1 kg de arroz.
- 1 kg de carne (ternera, pollo o conejo).
- 1/2 kg de carne de cerdo.
- 1 cebolla añeja, 4 dientes de ajo.
- 1/4 kg de setas, 1/2 kg de almejas.
- 1/4 de guisantes.
- 1/4 de pimientos verdes.
- 1 kg de tomates, 1 limón.
- 1/4 litro de vino de Montilla-Moriles.
- 3 carterillas de azafrán.
- 1 carterilla de pimienta molida y sal.

Elaboración

Poner las berzas en agua fría, sofreír la cebolla y los ajos. Añadir la carne y refreír. Echar los pimientos y los tomates previamente fritos aparte. Añadir las setas. Cubrir con agua y hervir a fuego vivo. Sazonar y agregar el condimento. Verter el vino y las almejas con el caldo de haberlas cocido, dejando hervir diez minutos. Echar el doble de agua de lo que ocupe el arroz. Al hervir verter el arroz, añadir los guisantes y hervir durante veinte minutos. Apartar y mientras reposa, adornar con pimientos morrones.

Segundos

Conejo con Ciruelas Pasas a la Flamenca

Ingredientes

1 conejo cortado en porciones.
 12 ciruelas pasas deshuesadas.
 50 gr de pasas.
 5 cucharadas de brandy.
 50 gr de bacon.
 10 cebollas pequeñas.
 1 cebolla grande.
 1 vaso de vino tinto.
 Tomillo.
 Pimienta Negra.
 Sal.
 Un poco de mostaza.

Elaboración

Macerar en brandy las pasas y las ciruelas durante aprox. 3 horas, revolviendo de vez en cuando. Bien secados los pedazos de conejo, untar con sal y pimienta. Dejar enteras las cebollitas peladas. Cortar el bacon en lonchas y picar la cebolla. Precaentada la cazuela, freir el bacon y añadir los trozos de conejo. Bien dorados se sacan y se pasan a la tapadera de servir. Las cebollitas se sofríen y se sacan. Tostar ligeramente la cebolla picada; introducir de nuevo el conejo y espolvorear con tomillo. Tapar la cazuela y cocer a fuego mínimo 30 minutos. Después se le da la vuelta, agregar las pasas, ciruelas y cebollitas, continuando la cocción con tapadera otros 30 minutos. Rocíar con vino tinto y espolvorear con pimienta negra recién molida y tomillo.

Pez Espada a la cordobesa

Ingredientes

4 filetes de pez espada de 100 gr cada uno.
 500 gr de tomates rallados.
 4 dientes de ajo.
 1/2 cebolla rallada.
 Unas ramitas de perejil picado fresco.
 Aceite de oliva.
 Sal.

Elaboración

Lavar los filetes de pescado, secarlos con papel de cocina y sazónarlos. Asarlos en una plancha precaentada dándoles la vuelta para asar por ambos lados. Cuando estén hechos ponerlos en una fuente de servir. Preparar una salsa en una sartén con aceite, los tomates, la cebolla y la sal. Picar los ajos finamente y el perejil. Rocíar el pescado con aceite caliente, luego con la salsa de tomate y servirlo espolvoreado con ajo y perejil.



Las recetas de Córdoba capital

Pierna de Carnero a la cordobesa

Ingredientes

Una pierna de carnero.
 3 zanahorias.
 1/4 de litro de vino blanco.
 1 litro de caldo.
 Salsa de tomate.
 Harina.
 2 cebollas.
 6 dientes de ajo.
 Tomillo.
 Laurel.
 Perejil.
 Pimienta.
 Aceite de oliva.
 Sal.

Elaboración

La pierna de carnero limpia se pone en una cazuela con un chorro de aceite y las cebollas y zanahorias cortadas en rodajas. Sazonar con sal y pimienta. Agregar un ramito hecho con tomillo, laurel y perejil, y rehogar hasta dorar. En este punto, sacar el aceite y el ramillete. Incorporar el vino y cocer a fuego vivo dándole la vuelta de vez en cuando hasta que el vino se consuma. Añadir cuatro cucharadas de salsa de tomate y el caldo. Dejar hervir y agregar una cucharada de harina disuelta en caldo. Tapar y meter la cazuela en el horno durante media hora, dando vueltas a la carne varias veces. Una vez cocida la pierna, sacar de la cazuela, se pasa la salsa por pasapurés, y poner de nuevo en el recipiente con los ajos fritos en aceite por encima. Por último, se asa la pierna otros 15 minutos con la salsa, y se sirve caliente.

Rabo de Toro

Ingredientes

4 Kg rabo de toro.
 2 Kg cebolla.
 1 Kg tomate (maduro).
 Pimienta negra molida.
 2 cabezas de Ajo.
 Azafrán.
 3/4 litro vino (de Montilla o de Moriles).
 Patatas fritas.

Elaboración

Se quita el sebo del rabo de toro y se parte por las articulaciones. En sartén freir las cebollas hasta que se doren y estén suaves sin quemarse. Se pone en la olla a presión los rabos en crudo, los tomates, pimienta molida, las cabezas de ajo, azafrán y las cebollas con el aceite en el que se han frito. Poner al fuego y rehogar bien. Una vez que esté todo dorado añadir el vino. Tapar la olla y poner a fuego lento 45 minutos a partir de que la olla coja presión. Freir las patatas hasta dorarlas y añadirlas al guiso. Es mejor dejarlo reposar antes de servir.

Postres

Natillas cordobesas

Ingredientes

1 litro de leche.
Vainilla.
6 yemas de huevo.
200 gr de azúcar.
25 gr de harina.
Canela.
Bizcochos soletilla o galletas de vainilla.

Elaboración

Cocer un cuartillo de leche con vainilla. En un perol poner 6 yemas, 200 g. de azúcar, 25 de harina o fécula y mover muy bien con batidora, incorporándole inmediatamente la leche. Colocar el conjunto sobre fuego muy suave y mover con una espátula de madera (sin que rompa el hervor). Cuando en la espátula se marca una ligera capa espesa, se retira y se pasa por un colador fino o fuente honda. Se sirven con bizcochos de soletilla o galletas de vainilla, cortadas a triángulos.

Compota cordobesa

Ingredientes

1/2 kg. de orejones y 1/2 kg. de pasas.
1/2 kg. de ciruelas pasas.
1/2 kg. de peras duras.
1/2 kg. de membrillo y 1/2 kg. de azúcar.
Canela en rama, vino oloroso y Moriles.

Elaboración

Cocer los orejones con azúcar y agua. Cuando están tiernos se parten en trozos. En el mismo recipiente se echan las ciruelas deshuesadas, las pasas, las peras y el membrillo, previamente macerado con vino de Moriles. Finalmente, se pone vino oloroso y canela. Cocer un rato hasta que la fruta esté blanda, sin deshacerse.

Pastel cordobés

Ingredientes

1/2 kg de harina fina.
100 gr de manteca de cerdo.
300 gr de margarina.
1/2 litro de agua.
1 chorrito de vinagre.
10 gr de sal.
2 huevos batidos.
500 gr de cabello de ángel.
Azúcar y canela.

Elaboración

Amasar harina, agua, vinagre, manteca de cerdo y sal. Estirar con el rodillo y cubrir con margarina. Dar seis vueltas a la masa y dividir en dos trozos. Estirar uno de ellos con forma redonda y rellenar con cabello de ángel. Colocar encima el otro pintando los extremos con huevo batido y cerrar en forma de trenza. Hornear a 250°. Ya cocido untar con huevo la parte superior y echar azúcar y canela. Hornear para secar.



Las recetas del Valle del Guadalquivir

ADAMUZ

Son platos típicos las coñas -especie de gazpacho con huevos fritos-, el salmorejo con vinagreras y bacalao, las migas con chorizo y la perdiz o el conejo al ajillo. Dulces típicos son los roscos de viento, los roscos de vino y los perigallos, especie de masas fritas.

ALMODÓVAR DEL RÍO

Los bares brindan platos como el salmorejo con boquerones y las albóndigas en caldo de jamón. Tradicional es el guiso de cardos y otros como conejo en pepitoria, codorniz en salsa y guiso de perdiz. Dulces típicos son las sultanitas de coco y los roscos de vino.

BUJALANCE

Típicas especialidades son las patatas rellenas, flamenquines, los cholondros (trozos de lomo de cerdo con salsa de almendras), la pierna de cordero deshuesada, el solomillo de cerdo al ajillo y la caldereta de cordero. Para postre, los cuajados.

CAÑETE DE LAS TORRES

Los buenos garbanzos constituyen la base del cocido cañetero. Es muy apreciado el chorizo, que juega un buen papel como ingrediente de las migas. Otros platos tradicionales son el gazpacho, el carnerete y las albóndigas de carne.

EL CARPIO

Platos tradicionales son las migas, las tortillas de faisanes (variedad de setas) y la sopa de fideos. Por Navidad se elaboran mantecados y perrunas, y en Semana Santa, torrijas.

FUENTE PALMERA

Platos tradicionales son el cocido, el gazpacho blanco y las alcachofas rellenas. La industria local produce afamados embutidos, entre los que destacan el chorizo y la caña de lomo. Dulces caseros son las flores de invierno y los pestiños, en Semana Santa.

GUADALCÁZAR

Platos tradicionales son el salmorejo, el gazpacho y las migas, así como el arroz con perdigones, pájaro que también se prepara encebollado. En las casas se elabora morcilla de sangre y chorizo. Dulces navideños son las perrunas y los pestiños.

HORNACHUELOS

Destacan el adobo, la pierna de venado con salsa picante o el chorizo de venado. Otro plato tradicional es el conejo en pebre. En dulcería casera destacan las torrijas, pestiños, roscos, bizcochos y hojuelas, que se bañan en excelente miel.

LA CARLOTA

Tienen fama en La Carlota los derivados del cerdo, y especialmente el chorizo, en las distintas variedades: rosario, herradura, sarta y cular.

LA VICTORIA

El chorizo de rosario y la morcilla de cebolla acreditan sobradamente la vetusta tradición chacinera de esta zona. Especial mención merecen las muy victorianas judías palomeras, al tiempo que hay que reconocer las excelencias de las manitas de cerdo, el salmorejo, el cocido y las albóndigas, platos típicos cordobeses cocinados con rara habilidad por estos lares. Todo ello puede y debe ser culminado con postres y dulces deliciosos, tales como el rosco de melón, los pestiños, las flores y los soplonés.

MONTORO

Las carnes de caza constituyen la base de algunos platos tradicionales, como conejo al ajillo, perdiz en salsa o arroz con zorzales. Otros platos típicos son las papas en coña con bacalao, el ajo sopeao y la tortilla de faisanes. En dulcería hay que citar las tortas de manteca y los soplanos.

PALMA DEL RÍO

Platos del lugar son la perdiz en escabeche, el jabalí en salsa de bellotas, a los que hay que añadir trucha escabechada y mollejas de cordero al hojaldre. Platos tradicionales palmeños son el gazpacho de habas y el lomo de cerdo relleno. Afamadas son sus naranjas de la variedad California. La confitería local aporta merengues, napolitanas, yemas y torrijas.

PEDRO ABAD

Es costumbre regalar a los recién nacidos unas planchas enrolladas de bizcocho con crema, llamadas mantas. También de bizcocho son las tortas de la Candelaria, que se rifan en esta festividad. Platos tradicionales son las cachorreñas, las coles con almejas -en días de abstinencia- y el estofado de matanza.

POSADAS

Cuenta Posadas con industrias chacineras que han acreditado el queso o la cabeza de cerdo. Los platos tradicionales son el revoltillo, el salmorejo blanco y la sopa de ajo.

VILLA DEL RÍO

Platos típicos de Villa de Río son los maimones (nombre que recibe una sopa de hortalizas), el azarillo (a base de pimientos asados, bacalao y huevos) y la caldereta de cordero. Postres tradicionales son las gachas dulces y la crema de nueces.

VILLAFRANCA DE CÓRDOBA

Platos típicos son el salmorejo de pan vaquero, los huevos al gazpachuelo, el gazpacho de ajo, las migas con chicharrones y el guiso de pies de cerdo. La dulcería aporta almendrados, rosos de San Antonio y hojuelas.

Las recetas del Valle del Guadalquivir

Entrantes

Gazpacho Carpeño

Ingredientes

4 ajos medianos.
75 cc. de aceite de oliva.
Un tomate mediano.
Sal y vinagre al gusto.
Agua.

Elaboración

En un mortero se majan los ajos junto al tomate. Se añade el aceite, la sal y el vinagre a gusto y, bien majado todo este conjunto, se le añade el agua, se pasa por un colador y se sirve fresco.

Carnerete de Cañete de las Torres

Ingredientes

2 kg. de tomates.
1 vaso de aceite de oliva.
1 diente de ajo.
1 molla de pan frito.
4 huevos.
Sal.

Elaboración

Aunque su denominación nos conduzca al carnero, en el carnerete no hay el menor ingrediente cárnico. Es en realidad un salmorejo para los días de fiesta. Se hace con molla de pan frita. Se le añaden rebanaditas de pan y huevos batidos, y se fríe todo junto en una sartén. Aunque es un plato no muy frecuente, todavía es muy apreciado por las personas que trabajan en el campo.

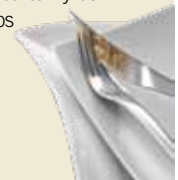
Tortilla de Faisanes de Montoro

Ingredientes

Un cuarto de kilo de faisanes
(en Montoro se les da este nombre a una fina variedad de las setas).
Seis huevos.
Un poco de perejil.
Sal, pimienta y aceite.

Elaboración

Preparar las setas lavar en varias aguas. Picar en pedacitos y echar en una sartén con dos cucharadas de aceite caliente. Añadir el perejil picado y rehogar hasta poner tiernas. Se sacan de la sartén y se escurren. Se batan muy bien los huevos, se sazona de sal y pimienta y se añaden las setas. Se mezcla y se hace la tortilla.



Primeros

Ajo Casero de Pedro Abad

Ingredientes

1 vaso pequeño de aceite de oliva.
1 manojo de vinagreras.
1 cebolla.
2 cabezas de ajo.
2 patatas.
300 gr de bacalao.
200 gr de pan.
Sal y pimienta molida.

Elaboración

Se calienta aceite en una sartén, se le añade la cebolla picada y el ajo a rodajas, la patata cortada muy fina y se sofríe. El bacalao desalado y picado muy menudo, junto con las vinagreras y el pimiento cocidos, se añade al sofrito ya hecho. Todo se marea muy bien, echándosele por último el pan migado, al que se le acompaña un vaso grande de agua y se le deja cocer, hasta que está listo para servir.

Sopa de Ranas de Almodóvar del Río

Ingredientes

Tres docenas de ranas.
Zanahorias.
Puerros.
Apios.
Agua (un litro por cada 150 g. de ranas).
Miga de pan.
Leche y picatostes.

Elaboración

Limpiar las ranas, no conservando de ellas más que las ancas, que se cuecen con las zanahorias, puerros y apios. Se desprende la carne de las ranas, se machacan en un mortero, añadiéndole una miga de pan mojada en leche. Se une esta pasta al caldo, se cuele y se vierte en la sopera sobre los picatostes.

Cocido Cañetero

Ingredientes

1/2 Kg de garbanzos.
1/2 Kg de tocino.
1 col.
Sal.

Elaboración

Primeramente se ponen en remojo los garbanzos la noche anterior echándole sal al agua. Al día siguiente se ponen a cocer y, pasando una hora, se le echa el tocino. Media hora antes de servirlo para comerlo se le echa la col.



Las recetas del Valle del Guadalquivir

Sopa de Ajo de Montoro

Ingredientes

3 dientes de ajo.
1 vaso y medio de aceite de oliva.
Un pan redondo de pueblo.
Una nuez de manteca de cerdo.
1/4 Kg de cebolla.
1/4 Kg de jamón serrano.
1 cucharada de pimentón.
3 huevos.

Elaboración

En una sartén poner el aceite. Cuando esté caliente dorar los ajos y echarlos al mortero. En el aceite sobrante freir el pan en rodajas. Dorado, pasarlo a una cacerola. En otra sartén poner manteca de cerdo y freir la cebolla cortada y el jamón también troceado. Una vez los ingredientes fritos le incorporamos la cucharada de pimentón. Verter el refrito sobre el pan frito preparado en la cacerola más los ajos machacados. Remover todo y cubrir con litro y medio de agua. Sazonar y dejar hervir un cuarto de hora. Pasado este tiempo incorporamos los huevos batidos. Servir bien caliente.

Patatas Rellenas de Bujalance

Ingredientes

1 Kg de patatas.
100 gr. de manteca de vaca fresca.
100 gr. de jamón.
200 gr. de carne de ternera.
Sal.
Pimienta negra.
1 cebolla.
1 cucharada de harina.
1/2 litro de caldo preparado con un concentrado.

Elaboración

Cocer las patatas tapadas (el agua no cubrirá más que dos terceras partes, para que se cuezan al vapor). Cocidas, pelarlas y machacar en caliente, agregando a la manteca sal y pimienta negra molida. Mezclar bien hasta hacer una pasta suave y fina. Revestir con la pasta una tartera untada de manteca y espolvoreada de pan rallado. Colocar dentro el relleno y hacer una tapa de la masa de patata, colocándola encima y sujetándola bien por los bordes para que no salga el relleno. Cuando se vaya a machacar la patata debe estar preparado el relleno para que no se enfríe antes de meterla en el horno porque se endurece.

Relleno: freir el jamón y la carne y picarlos; en la grasa se fríe la cebolla picada y una cucharada de harina; agregar el picadillo y mezclar bien. Hervir con el caldo hasta quedar una masa ni clara ni espesa. Cuando las patatas estén doradas volverlas, como las empanadas, y se colocan en un plato.



Segundos

Bogas Asadas de Villa del Río

Ingredientes

1 kg. de bogas.
100 gr de harina.
100 gr manteca fresca.
El zumo de un limón.

Elaboración

Las bogas se asan a la parrilla, envueltas en papel untado con manteca fresca de cerdo. Hacer una salsa blanca con 100 g. de harina y otro tanto de manteca fresca, añadiendo hierbas finas y el zumo de un limón. Esta salsa se sirve caliente junto con las bogas, que han de ponerse -siempre en seco- en un plato distinto.

Choto al Ajillo de El Carpío

Ingredientes

600 gr. de carne de choto.
1 cabeza de ajos.
Unas hojitas de laurel.
1 raspadura de nuez moscada.
Un poquito de pimienta molida blanca.
Azafrán, sal.
75 c.c. de vino blanco.
1/8 de litro de aceite de oliva.

Elaboración

En un perol se pone el aceite, se echan los ajos picados; cuando éstos están dorados se introduce el choto a trocitos y se añaden los demás ingredientes: laurel, nuez moscada, pimienta, azafrán, sal y vino blanco. A fuego fuerte se deja 20 minutos; después a fuego lento, hasta que el choto esté en su punto. Retirar del fuego y servir.

Conejo en Pebre de Hornachuelos

Ingredientes

2 conejos.
3 cucharadas de aceite.
3 dientes de ajo.
Unos granos de pimienta.
Vinagre.
Perejil.
Sal.

Elaboración

Se despellejan los conejos; se abren y se doran un poco sobre unas parrillas. Se colocan sobre una cazuela, ya partidos en trozos, y se rocía con el aceite, los ajos picados, la pimienta y el perejil. Rehogar en fuego lento y cubrir con agua, a la que previamente se echa un chorrillo de vinagre. Servir cuando está cocido y consumido el caldo.



Las recetas del Valle del Guadalquivir

Sangre y Chicharrones de Posadas

Ingredientes

1/2 kg de carne de cerdo.
1/2 kg de sangre.
1/2 de chicharrones.
Un puñado de cominos.

Elaboración

Se cuece la carne de cerdo y después se corta a pedazos; se le echa el puñado de cominos y después se fríen con la sangre y los chicharrones.

Pierna de Venado de Hornachuelos

Ingredientes

1 kg de carne de venado.
1/2 litro de vinagre.
1/2 litro de vino blanco.
Hierbas aromáticas:
tomillo, romero, laurel y estragón.
250 g de aceite de oliva.
2 zanahorias.
1 cebolla a cascots.
3 o 4 dientes de ajo.
Pimienta en grano.
Sal.

Elaboración

La carne de venado hay que marinarla, ya que de esta forma es más sabrosa porque el vinagre, unido a los demás aderezos, le quita el husmo que tienen las carnes salvajes. La marinada se hace poniendo 250 g de aceite en una cacerola al fuego y cuando ya está quemado se echa zanahoria y cebolla, cortadas a cascots, 3 ó 4 dientes de ajos, tomillo, laurel, pimienta en grano, clavillo y unas hojas de estragón. Cuando está todo rehogado, se le echa una buena cantidad de vinagre, el cincuenta por ciento de vino blanco (el cincuenta por ciento de la cantidad de vinagre) y la sal correspondiente y se deja cocer un par de horas. Después se pasa por un cedazo sobre un recipiente grande, en el que se ponen las carnes a marinar por unos días, según lo permita la estación.

Receta culinaria: Se marina la pierna durante varios días y se pone en una cacerola con manteca, proporcionándola entre dos fuegos. Se riega de vez en cuando con el fondo que vaya haciendo, sin dejar de menear. Al servirla se trincha y se coloca en una fuente, se servirá con una salsa picante.

Postres

Torrijas

Ingredientes

Leche.
Huevos.
Cáscara de naranja.
Canela en rama.
Rebanadas de pan.
Harina para amasar.
Azúcar.

Elaboración

Se cuece leche (*) con un trozo de cáscara de naranja y una barrita de canela en rama y se deja enfriar; se mojan las rebanadas de pan en la leche y se rebozan en huevo batido; a continuación se fríen y se vuelven a mojar en leche para después espolvorearlas con azúcar.

(*) Se puede sustituir la leche por medio vaso de agua y medio de vino blanco.

Almíbar de Rosas Blancas de Posadas

Ingredientes

2 docenas de rosas.
1 kg de azúcar.
La corteza de un limón.

Elaboración

Cocer las rosas y después lavar con bastantes aguas hasta que se endulzan. Luego se ponen a secar un poco; después se pesan 100 gramos de rosas por cada 300 de azúcar. Cuando esté el azúcar a medio punto echar las rosas; después se moja una cascarita de limón y al quitarlo de la lumbre se echa al punto.

Gachas de Almodóvar de Río

Ingredientes

Aceite.
Matalaúva.
Azúcar.
Sal.
Agua.
Canela en astilla y molida.
Pan.
Harina.

Elaboración

Poner aceite en un perol y freir un poco de matalaúva. A continuación poner en la candela a fuego lento el agua, añadiéndole el aceite y la matalaúva frita, un pellizco de sal, la canela en astilla y azúcar al gusto; antes de que se caliente el agua se le pone la harina para que hierva a fuego lento. Después adornar con canela molida, miel y unos coscorros de pan frito. Se puede consumir frío o caliente. Se suele hacer en el día de los Santos.



Las recetas de Los Pedroches

ALCARACEJOS

Son muy apreciados la morcilla achorizada, la morcilla de lustre, el chorizo, el lomo adobado y el lechón. Entre sus platos destacan las migas, tostadas o canas, las tortillas de chicharrillas y el ajo. En dulcería casera las hojuelas, los borrachuelos y los obispos.

AÑORA

Predominan en la mesa los derivados del cerdo, como jamón serrano, migas con chorizo, torreznos, albóndigas noriegas y relleno, embutido tradicional. Dulces caseros son el piñonate, el hornazo de Pascua y las rosquillas de los tres pesos.

BELALCÁZAR

Su cocina es dependiente del cerdo criado en sus dehesas, que aporta jamón relleno, embutidos, lomo en manteca, chuletas en caldo, hígado salteado y manos emborradas. En el convento de Santa Clara se pueden adquirir especialidades como los repelaos o tortitas de almendra, las flores de almendra y las "eses".

CARDEÑA

Las carnes de venado, cerdo y cordero son la base de excelentes platos. Al chorizo de cerdo añade Cardeña otras variedades con carnes de venado o cordero. El conejo escabechado y las palomas torcaces en adobo son platos de ascendencia cinegética.

CONQUISTA

Sus platos tradicionales de Conquista se apoyan en carnes cinegéticas, como arroz con liebre, liebre guisada al estilo rústico o perdiz en salmorejo, distinto al de la Campiña. Como embutidos caseros hay que citar la morcilla del año y la de cebolla. En dulcería, perrunas y pelusos.

DOS TORRES

No difiere mucho de la de los pueblos del entorno: chacinas, jamón, migas tostás y hornazo; éste se suele tomar en las excursiones campestres, del martes de Pascua.

FUENTE LA LANCHA

Manjares tradicionales son las migas, el relleno, el jamón y la morcilla, ahumada en las campanas de las chimeneas antiguas. En las casas se suele elaborar vino de pitarra.

EL GUIJO

Como en los pueblos del entorno se prepara en El Guijo el relleno. Es comida típica del lunes de Pascua, al igual que el piñonate.

EL VISO

Tradicionales son la caldereta de cordero, el cochifrito, el embutido casero llamado relleno o el hornazo, típico de la romería de la Virgen de Vallehermoso, el lunes de Pascua. Existe una pequeña industria de elaboración de queso de oveja. En dulcería, hojuelas en flor.

HINOJOSA DEL DUQUE

Citar el lechón frito, la liebre con arroz o en escabeche, la pierna de cordero al horno y los derivados del cerdo: desde los jamones curados hasta las chacinas. Es típico el rin-ran. En dulcería cabe citar una mermelada de calabazas llamada calabacete, las perrunas y los almendrados de las monjas concepcionistas.

PEDROCHE

Platos típicos son el pollo en escabeche, las migas tostás y el somargo. Tienen fama las chacinas caseras de cerdo, como morcilla extremeña o de sangre, morcilla de cebolla y chorizo. Algunos ganaderos elaboran artesanalmente queso de oveja. Las monjas concepcionistas son acreditadas dulceras, y ofrecen en el torno roscos de aceite, sultanas, roscos de almendra y galletas.

POZOBLANCO

El cerdo constituye la materia prima del jamón, jamón al horno, caña de lomo, morcilla, chorizo, morcón, los torreznos y el ajito de cuajar. Existen también buenas carnes para elaborar la ternera vallesana en salsa y la pierna de cordero. En la oferta dulcera, destaca el hornazo y por Navidad pelusos y perrunas.

SANTA EUFEMIA

Platos típicos son el escabeche de pollo, que se toma frío, el ajo blanco, y el escabeche de rabos de oveja. La dulcería tradicional gira en torno a las festividades religiosas, especialmente San Blas, en cuyo honor se preparan buñuelos, torcíos y roscas.

TORRECAMPO

Son típicos las cachorreñas, las migas abajás, las migas canas, el pistillo de pimiento y tomate, la sobrehusa, el guiso de rollos, el gazpachuelo de aves y el ajo leche. En verano se suele elaborar la melocotonada, similar a la sangría.

VILLANUEVA DE CÓRDOBA

Son de calidad los jamones ibéricos, la morcilla jarota, el lechón frito y la chanfaina. Platos típicos son las migas tostás, el ajo migao y el salmorejo, distinto al habitual. La dulcería está representada por la rosquilla, la hojuela, la flor y el cagajón, una variedad de buñuelo.

VILLANUEVA DEL DUQUE

Plato genuino es los rabos de cordero guisados o estofados. Son comidas tradicionales las migas al estilo castellano o extremeño, la sobrehusa, el ajo y las cachorreñas. En las casas se preparan dulces como el hornazo, los borrachuelos, las perrunas y los roscos de pobre.

VILLARALTO

Plato de invierno son las migas con torreznos, cuyo acompañamiento es el vino de pitarra, de elaboración casera. Como en los demás pueblos de la zona, también se prepara el embutido llamado relleno. En dulcería hay que citar las pellas del Jueves Santo.

Las recetas de Los Pedroches

Entrantes

Moje de Tomate con Masilla

Ingredientes

1 huevo.
1 ajo.
Sal.
1/4 litro de aceite de oliva.
1 kg y medio de tomates maduros
(que no estén blandos).

Elaboración

Hacer una mahonesa con el ajo, el huevo, la sal y el aceite (masilla). En una fuente se parten los tomates en trozos grandes, se añade la masilla y se mezcla. Esta comida se come acompañada con morcilla del año, tortilla de patatas, queso, chorizo frito etc. Se suele comer en verano.

Asadillo

Ingredientes

5 pimientos rojos para asar.
2 huevos duros.
4 tomates.
1 cabeza de ajos.
Un chorro de aceite y un poco de sal.
Un chorrito de vinagre.
Unos cominos.

Elaboración

Asar los pimientos, tomates y ajos. Pelar y trocear los pimientos y tomates que se ponen en una fuente. Los ojos asados se majan en un mortero junto con los cominos y se le añaden a lo anterior. Se incorporan al final los huevos duros troceados y se aliña con la sal, el aceite y el vinagre.

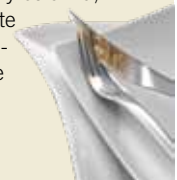
Ensalada de Perdiz

Ingredientes

1 perdiz troceada.
1 cabeza de ajos.
1 hoja de laurel.
Pimienta en grano.
1 vaso de vinagre.
1 lechuga.

Elaboración

Poner a cocer la perdiz en agua con todos los ingredientes anteriormente mencionados (los ajos enteros y sin pelar). Una vez que está cocida se le quitan los huesos y se trocea. En una fuente se pica la lechuga en juliana y se aliña, echándole un chorrito de aceite crudo, posteriormente se añaden los trocitos de perdiz y se remueve bien.



Primeros

Sopa Dorada de Hinojosa del Duque

Ingredientes

1 litro de caldo de cocido.
 1/2 kg de rebanadas de un pan grande.
 1 ajo por cada capa.
 Azafrán en hebra.
 Hierbabuena.

Elaboración

Para el cocido: gallina de campo (muslos y pechuga), garbanzos (un puñado por persona), 200 gr de jamón, 100 gr de tocino fresco y 100 gr de costilla de cerdo. Preparar el cocido, cuidando que haya suficiente caldo para luego sacar

hasta un litro de sopa y para preparar el cocido. Obtenido el caldo, cortar el pan en rebanadas finas. En un recipiente de barro colocar un lecho de rebanadas de pan y sobre él, un lecho de ajo (uno sólo), lo más troceado posible. Sobre él se añade hierbabuena. Después se rocía con caldo. De nuevo poner otra capa de rebanadas de pan, sobre el que se añadirán ajo y hierbabuena y así sucesivamente, se repite el proceso hasta consumir el litro de caldo. Se coloca después sobre las ascuas de una candela y se deja así el tiempo suficiente para que el pan se dore.

Albóndigas de Hinojosa del Duque

Ingredientes

1/2 Kg de carne de cerco picada.
 3 huevos.
 1 cabeza de ajos.
 Jamón serrano (unas lonchas).
 Un hueso de jamón.
 Pan rallado (o harina).
 Perejil.

Elaboración

En un recipiente se pone la carne, el jamón, el perejil y cuatro o cinco ajos, todo picadito. Añadir sal y los huevos crudos y remover: después pan rallado o harina hasta conseguir una masa moldeable. Aparte, se coloca un puchero con agua al fuego, los dientes de ajo que sobren, sin pelar, laurel o perejil y un hueso de jamón fresco. Cuando empiece a cocer el caldo, se le añaden las albóndigas crudas a las que se habrá dado forma mojando las manos en un recipiente con vinagre. Al caldo se le puede añadir azafrán en hebra, tostado y machacado en el mortero. Debe cocer a fuego lento durante hora y media aproximadamente. Se sirve como una especie de sopa con cuchara.



Las recetas de Los Pedroches

Migas Tostás de Dos Torres

Ingredientes

1 Kg de pan duro.
1 cabeza de ajos.
para acompañar:
1/2 Kg de pimientos.
1/2 Kg de sardinas o bacalao.
Unos cuantos torreznos.
1 chorizo.

Elaboración

El pan se hace rebanaditas muy finas y se humedece un poco con agua salada. Se fríen ajos y después añadimos al pan junto con el aceite de haberlos frito. Todo esto se pone en una sartén honda y no dejamos de remover hasta que estén las migas doradas. Se apartan del fuego y se comen calientes acompañadas de los ingredientes dichos anteriormente, fritos. Se pueden acompañar de otros productos de matanza, como morcilla, o fruta del tiempo.

Rin Ran de Hinojosa del Duque

Ingredientes

1/2 Kg de bacalao.
1 cebolla.
Un poco de agua.
Un chorro de aceite.
1 cabeza de ajos.

Elaboración

Se asa el bacalao sin desalar y la cabeza de ajos. Se pica la cebolla en trozos pequeños. Una vez troceado todo se pone en un plato hondo, se añade el aceite y el agua y se remueve. Se puede sopear o comer con tenedor. Para hacerlo menos salado se pone después de asarlo 5 minutos en agua para que suelte la sal.

Chanfaina de Villanueva de Córdoba

Ingredientes

1/2 morcilla de sangre.
250 gr de hígado.
1 tomate, 1/2 pimiento rojo.
250 gr de asadura, 1/2 cebolla.
2 hojas de laurel, 3 dientes de ajo.
Sal, 4 patatas medianas.
1 puñado de arroz.

Elaboración

Se sofríen en una cazuela todos los ingredientes troceados junto con las patatas. Se añade agua hasta cubrirlo y se deja hervir alrededor de una hora. Después se echa un puñado de arroz y se deja cocer 15 minutos más. Tiene que quedar caldoso.



Segundos

Lechón Frito de Alcaracejos

Ingredientes

1 kg de lechón.
Sal.
1 litro de aceite.

Elaboración

Se echa el lechón troceado en una sartén con 1/2 litro de aceite, y se deja freír a fuego lento para que se suelte la grasa. Cuando va tomando color tostado pero aún sin estar frito del todo, se saca y se escurre. Se deja enfriar. Para terminar se echa el lechón de nuevo en el aceite restante (pero distinto del anterior) muy caliente para que se churrusque y quede bien frito.

Cordero en Ajillo Pastor de Cardeña

Ingredientes

1 kg de cordero.
1 cabeza de ajos.
Vinagre.
Aceite.
Guindilla.
Sal.

Elaboración

Poner el aceite a freír con el cordero sazonado y cuando está casi frito añadir este majado: en un mortero machacamos una cabeza de ajos, la guindilla y añadimos un poquito de vinagre. Se vierte todo esto al cordero poco antes de retirarlo del fuego.

Perdiz Encebollada

Ingredientes

Una perdiz.
3 cebollas medianas.
Unos granos de pimienta.
1 hoja de laurel.
3 dientes de ajo con piel.
2 vasos de agua.
1 vaso de vino.
1 chorro de aceite de oliva.
Un poco de sal.

Elaboración

Se hierve todo en crudo y a fuego lento. Si se consume el agua y está aún dura la perdiz, se añade más y se deja cocer hasta que esté tierna.



Las recetas de Los Pedroches

Riñones en Salsa

Ingredientes

1 kg de riñones.
4 ajos.
Media cebolla.
2 tomates.
Unas ramas de perejil.
Un chorrito de vinagre.
Aceite de oliva.

Elaboración

Trocear los riñones y escalfarlos en agua muy caliente durante unos minutos. Sacar del recipiente, sumergirlos en agua fría y escurrirlos. Aparte se hace un sofrito de cebolla y tomate. Se majan en un mortero los ajos fritos enteros que se incorporan al sofrito junto con los riñones. Para servir se espolvorea con el perejil troceado y se añade un chorrito de vinagre.

Relleno de Añora

Ingredientes

Aceite de oliva.
1/2 Kg de jamón.
1/2 Kg de pechuga de gallina.
1 docena de huevos cocidos.
1/2 docena de huevos crudos.
Cilantro.
Unas ramas de perejil.
100 gr de miajón de pan.
Azafrán, sal, tripas y agua.

Elaboración

Se fríe jamón y la pechuga de gallina y se hace trocitos junto con los huevos cocidos. Con esto y con unos huevos crudos, cilantro, perejil, miajón, azafrán y sal si es conveniente, se hace una masa que se mete en las tripas. Ya llenas, pero no muy tupidas, se sumergen en agua hirviendo y se pinchan para que no se revienten. Se cuecen hasta que esté el huevo bien cuajado y se cuelgan hasta que se sequen.

Postres y Repostería

Buñuelos de San Blas de Santa Eufemia

Ingredientes

- 1 l. de vino.
- 1 l. de agua.
- 1 l. de aceite (refrito con matalauva).
- una pizca de sal.
- 6 Kg de harina (aprox.).
- raspadura de limón.
- o naranja.
- 3 naranjas.
- 1 vaso pequeño de anís.

Elaboración

Se hace una masa compacta con todos los ingredientes. Se extiende con un rodillo para que se ponga fina. Se corta en forma de rectángulo y se unen los picos en forma de lazo. Se fríen en la sartén y cuando se sacan se rebozan en azúcar. Con esta proporción, sale mucha cantidad de buñuelos, se recomienda que se reduzcan todos los ingredientes a la mitad o a la cuarta parte.

Pelusos de Conquista

Ingredientes

- 1 kilo de manteca.
- 3/4 de vino blanco.
- Matalauva.
- Harina la que admita.
- 1/2 Kilo de azúcar molida.

Elaboración

Se bate la manteca a punto de nieve. Añadimos le vino, se echa la matalauva (entera o molida a gusto). Se va añadiendo la harina removiendo hasta que no se pegue pero que esté tierna. Se trabaja estirando la masa sobre una superficie enharinada y aplastándola con un rodillo, dejándola con un grosor de 1 centímetro aproximadamente. A continuación se van cortando con un molde y se van colocando sobre las latas de horno a las que espolvorea con harina. Las formas más comunes son de círculo, luna y estrella. Se llevan al horno y cuando están cocidas se dejan enfriar un poco y se emborran en el azúcar molida.



Las recetas del Valle del Guadiato

BELMEZ

Platos típicos son el pernil de cordero a la belmezana y las chuletas de cordero rebazadas. De postre, leche frita y torrijas.

ESPIEL

Manjar típico es el hornazo, nombre que recibe una empanada que lleva carne de lomo adobada, chorizo, jamón y huevo duro.

FUENTE OBEJUNA

El cerdo y la caza constituyen la base de platos como el lechón en adobo, las migas con torreznos, las judías blancas con perdices, y los pimientos rojos rellenos de codornices o palomas. En dulcería destacan los huevos con leche, conocidos como obispos.

LA GRANJUELA

Tienen fama las tapas de lechón. Las huertas de los ruedos proporcionan productos para elaborar pisto, tortillas de habas y de espárragos. En dulcería destacan las flores.

LOS BLAZQUEZ

Las comidas típicas tienen por base el cerdo, como las migas con torreznos al estilo de los pastores y el chorizo. En dulcería los pestiños emborrizados en azúcar o bañados en miel.

OBEJO

Platos típicos son el escabeche de pollo, las albóndigas de lomo y el cabrito en salsa de almendras. En dulcería hay que nombrar los buñuelos de San Benito.

PEÑARROYA-PUEBLONUEVO

Platos habituales son la caldereta de cordero, el lechón en adobo, el potaje de bacalao y espinacas, el escabeche de boquerones y una variedad local de gazpacho llamada dairrán. En dulcería destacan los repápalos, conocidos por obispos de Peñarroya.

VALSEQUILLO

Típico casero es embutido llamado relleno, a base de jamón, paleta y huevo cocido. El cordero se prepara a la caldereta. Dulces típicos son las flores, las perrunillas y los fideos.

VILLAHARTA

Plato popular de Villaharta es el caldillo con carne de pollo. También son frecuentes el ajo de harina, la boronía y el cochiflo de coles.

VILLANUEVA DEL REY

Típicas son las migas y el salmorejo de hígado. Los años de espárragos trigueros se preparan el ajo de espárragos y el monje de espárragos.

VILLAVICIOSA DE CÓRDOBA

Tradicionales son las sopas imperiales, el estofado de venado y el caldillo de conejo.

Entrantes

Caldillo de Villaharta

Ingredientes

Carne (conejo, perdiz o pollo).
Pimienta.
Ajos.
Sal.
Laurel.
Clavo.
Cominos.
Huevos.
Vinagre.

Elaboración

Cocer la carne añadiéndole al agua laurel, pimienta, ajos y sal. Cuando esté cocida se saca, se desprende del hueso y se asa un poco. Colar el caldo en el que hemos cocido la carne y añadimos un majado de ajos, comino, clavo de olor, el hígado asado, una yema de huevo, huevos cocidos picados y la carne –una vez asada y troceada-; por último se agrega sal y vinagre al gusto. Se suele comer frío.

Espárragos en salsa de Villanueva del Rey

Ingredientes

1 Kg de espárragos trigueros.
4 rebanadas de pan frito .
4 dientes de ajo.
1 cebolla mediana.
Vinagre.
Sal al gusto.

Elaboración

Se pican y cuecen los espárragos. En una sartén se fríe la cebolla, se retira el aceite y se añade el vinagre a la cebolla, los espárragos y los ajos macerados. En el mismo recipiente en el que se maceró el ajo se machacan los tostones de pan frito y se junta todo en la sartén hasta que quede con poco caldo.

Refrito con Patatas

Ingredientes

500 gr. de patatas.
2 cebollas medianas.
3 dientes de ajo.
Sal.
Pimienta.
Aceite.

Elaboración

Cortar las patatas en tiras y dejarlas en remojo un cuarto de hora. Se calienta el aceite y se fríe la cebolla en aros y el ajo laminado; cuando están doradas, se retiran del fuego. Se añade más aceite en la misma sartén y se doran las patatas, que se mezclan con el refrito. Por último se les añade sal y pimienta al gusto.



Las recetas del Valle del Guadiato

Lechuga al Ajo

Ingredientes

2 cogollos de lechuga.
6 cucharadas de aceite.
1 cucharada rasa de harina.
1 vaso de vino blanco.
2 vasos de agua.
1 pastilla de extracto de carne.
1 cucharada de sal.

Elaboración

Las lechugas se lavan bien, se escurren y se atan para que no se abran durante el proceso de cocción. En una cacerola se calienta el aceite y se ponen las lechugas a rehogar durante unos 3 minutos. Una vez rehogadas, se espolvorea la harina y se añade el vino, el agua y algo de sal. Se cubre la cacerola con una tapadera y, a fuego lento, se deja cocer unos 15 minutos. Al servir las lechugas se colocan en una fuente quitándoles el hilo con el que las habíamos atado. En la salsa que queda en la cacerola se añade el extracto de carne, se remueve bien y se echa sobre las lechugas.

Chupacharcos

Ingredientes

7 dientes de ajos.
200 gr de jamón.
1 cucharada de harina.
Miga de pan.
Tomate.
Cebolla.
Laurel.
Perejil.
Medio vaso de vino.
Un vaso de agua.
Pimienta.
Hierbabuena.

Elaboración

Se baten cinco huevos, dos ajos picados, perejil, 200 gramos de jamón, la miga de pan, una cucharada de harina y unas hojas de hierbabuena picada; con esta masa se hacen tortillas pequeñas; en una sartén se fríe una cebolla, cinco ajos y un tomate, que se baten con una cucharada de harina o de Maizena, echándolo a continuación sobre las tortillas; se le añade un vaso de vino, otro de agua, una hoja de laurel y una pizca de pimienta; se prueba de sal y se deja que cueza hasta que estén tiernas, más o menos durante un cuarto de hora.

Primeros

Pisto de La Granjuela

Ingredientes

1 Kg de berenjenas.
 1 Kg de pimientos verdes.
 3 patatas.
 2 Kg de tomates.
 Un poco de sal.

Elaboración

Trocear los ingredientes y echar a la sartén en primer lugar las berenjenas con el pimiento. Una vez tiernos reservar y freír las patatas a láminas. Después se fríe el tomate y, reducido, se mezcla todo y se añade sal. Rehogar bien para que se tomen todos los sabores unos minutos y servir.

Escabeche de Pollo de Obejo

Ingredientes

Pollo.
 Huevos.
 Cominos.
 Harina.
 Ajo.
 Sal.

Elaboración

Trocear y cocer el pollo hasta que esté tierno, dejándolo escurrir. Reservar el caldo en el que hemos hervido el pollo; freír unas cabezas de ajo pequeñas, la asadura del animal y algunos cominos que se machacan y se añaden al caldo. Hacer una gacha con harina y huevos y pasar el pollo, que se fríe en abundante aceite. A continuación se añade el pollo al caldo, en el que se pican huevos duros. Se come frío.

Boronía de Villaharta

Ingredientes

4 berenjenas
 4 tomates
 2 ajos
 comino
 aceite de oliva
 pan
 sal

Elaboración

Cocer las berenjenas en poca agua; en una sartén freír los tomates y los pimientos. A continuación las berenjenas escurridas y un poco de agua. En un recipiente aparte machacar un par de ajos, el comino y una rebanada de pan frito y añadir a lo anterior con algo de sal y dejándolo cocer entre 15 y 20 minutos.



Las recetas del Valle del Guadiato

Segundos

Pernil de Cordero de Belmez

Ingredientes

1 pierna de cordero.
200 c.c. de aceite.
1 cabeza de ajos.
100 c.c. de coñac.
Sal.
Cebolla.
Ajo.
Laurel.

Elaboración

Debido a que el cordero de la zona es de sabor fuerte, se recomienda usar coñac y ajos. El cordero se asa en el horno con todos los ingredientes mencionados durante una hora y cuarto, rociándolo de vez en cuando con coñac o vino. Se trocea la carne y se sala. Se cuele la carne con agua, cebolla y ajo, laurel y sal. Se saca la carne hasta que se enfríe y se deshuesa; al caldo, una vez colado, se añade comino, azafrán y ajo machacado; se deja reposar mientras se fríe la carne rebozada en huevo y pan rallado. Finalmente se vuelve a colar el caldo y se le añade la carne frita.

Jabalí en Salsa

Ingredientes

Jabalí troceado.
1 cebolla grande.
2 ajos.
Tomillo.
1 vaso de vino.
Laurel.
Pimienta.
2 vasos de agua.
50 cl. de aceite de oliva.

Elaboración

Se cuece la carne con la cebolla troceada, el ajo, el tomillo y la sal, durante aproximadamente media hora. Posteriormente se retiran los aliños y se trituran. En una olla aparte se echa el aceite, el vino, la pimienta, el laurel y la carne cocida junto con los ingredientes triturados, y se le añade un vaso de caldo de cocer, una cucharada pequeña de harina y una pizca de azafrán, dejándolo cocer a fuego lento hasta que se espese la salsa.

Postres y Repostería

Piñonate

Ingredientes

1 docena de huevos.
1/4 litro de aceite refrito.
Cáscara de naranja.
Sal.
Harina (la que admita).
Miel.

Elaboración

Se hace una masa dura mezclando una docena de huevos, el aceite refrito, la cáscara de naranja, una pizca de sal y harina la que admita. Con la masa se hacen fideos gordos que se cortan en trozos de unos 10 centímetros y se fríen. Una vez fritos se calienta la miel y se le echa por encima.

Torta de Fideos

Ingredientes

6 huevos.
5 cucharadas de aceite.
Sal.
Harina.
Miel.

Elaboración

Se batan los huevos a los que se les va echando el aceite, un poco de sal y la harina que admita; con la masa bien movida se van haciendo tiras largas que cuando estén un poco secas se cortan a trocitos pequeños y se fríen. Aparte, hervimos la miel hasta dejarla a punto de caramelo y pasamos los trocitos fritos por ella.

Obispos de Fuente Obejuna

Ingredientes

1 litro de leche.
3 huevos.
3 ó 4 cucharadas de azúcar.
Pan rallado.
Unas gotas de limón.
Canela en rama.

Elaboración

Se hace una masa con el pan rallado, los huevos, el azúcar y el limón, con las que se van haciendo bolas del tamaño de croquetas, que se fríen en abundante aceite. Previamente se hierve la leche con azúcar y canela en rama, y una vez frío se le añaden las croquetas fritas.



Las recetas del Guadajoz-Campaña Este

BAENA

Platos tradicionales son el revoltillo baenense, las habas en cazuela, las cachirólás de jamón con tomate, el pendejo, la chicharra a la brasa, el gazpacho denominado pitraque, el empedraíllo, el pollo en salsa de almendras y el carnerete. En el apartado dulcero destaca una celebrada especialidad, como son los panetillos de cortijo especie de tortitas de almendra que elaboran confiterías locales.

CASTRO DEL RÍO

Tienen merecida fama los derivados del cerdo, como el chorizo. M. Salcedo recoge de recetarios antiguos algunos platos tradicionales, como el pescado a la minuta, lengua mechada y rellena, perdices en vinagrillo, guisados de borrego, huevos a la bandera, pechugas rellenas, albóndigas castreñas y lomo de naranja. La dulcería aporta huevos fritos, bizcotelas, tostones y los peculiares castillos nupciales de caramelo.

ESPEJO

Tiene justa fama el chorizo de Espejo, base de una consolidada industria chacinera. En dulcería destaca el cuajado, sin olvidar los bollos de leche, los hojaldres, las sultanas, los mostachones y, por Navidad, roscos de vino, perrunas y torticas.

NUEVA CARTEYA

Platos tradicionales carteyanos son el mojete, el salmorejo y las migas con tocino. Nueva Carteya es pueblo dulcero, y M. S. Salcedo distingue entre dulces de sartén -como pestiños, flores, gajorros, hojuelas y buñuelos- y dulces de horno, como bizcochos, magdalenas y duquesas.

VALENZUELA

Las habas de las huertas se preparan guisadas o fritas con jamón. Los buenos garbanzos que se crían en estas tierras constituyen uno de los ingredientes básicos del cocido. Por feria se suelen preparar albóndigas de pechugas de pavo, mientras que por Semana Santa las mujeres mayores aún elaboran la fruta jeringa.

Entrantes

Revoltillo Baenense

Ingredientes

1 kg de habas muy tiernas.
100 gr de jamón.
100 gr de tocinos de jamón.
Aceite.
1 cebolla.
Sal.

Elaboración

Se rehogan el jamón y el tocino cortado en taquitos, en el aceite; se saca y se dora la cebolla, cortada finamente. Desgranar las habas y echar en el aceite, friéndose en él sin dejar de darle vueltas; agregar el jamón y la cebolla y se terminan de freír, sazonando de sal.

Mojete de Papas de Nueva Carteya

Ingredientes

1 litro de aceite de oliva.
1 kilo de patatas.
3-4 dientes de ajo.
2 rebanadas de pan.
1 cucharada de pimentón dulce o picante.
5 huevos.
1 cucharada de vinagre, Sal.

Elaboración

Freír el pan y los ajos y majar en un mortero con el pimentón, añadiendo el vinagre. En una sartén freír las patatas en rodajas en abundante aceite de oliva. Fritas, retirar el sobrante de aceite y añadir el majado, dejando hervir durante 10 minutos. Antes de retirar, cuajar un huevo por comensal en la salsa.

Tostones de Castro del Río

Ingredientes

1 medida de aceite.
1/4 kg de harina.
1/2 dl de aceite.
1/2 dl de vino dulce.
1 trozo de corteza de naranja o limón.
50 gr de azúcar.
5 gr de canela.

Elaboración

Freír la corteza –de naranja o limón- y enfriar. Añadir el vino y quitada la corteza, echar poco a poco a la harina, hasta formar una masa que no debe pegarse a las manos, trabajándola durante 20 minutos, y que quede fina y flexible. Se alisa con un rodillo y se forman redondeles con el cortapatatas. Freír los redondeles. Se escurren y se espolvorean con el azúcar, mezclado con la canela.



Las recetas de la Campiña Sur

AGUILAR DE LA FRONTERA

Platos tradicionales son el arroz con gallo, ligado al día de San Miguel, el puré de tomate y huevos, la sopa de fideos, el conejo en salsa, la perdiz en salmorejo y el estofado de alcachofas. Pero donde Aguilar se lleva la palma es en la dulcería; sus confiterías ofrecen especialidades tan apreciadas como las merengas de café y los rizados de almendra.

FERNÁN NÚÑEZ

Platos tradicionales de Fernán Núñez son las migas con chicharrones, las patatas con bacalao, los maimones -nombre de una sopa de ajo- y las sopaipas. En dulcería brinda Fernán Núñez piononos, bizcochos de té, roscos, suspiros y orejitas de abad.

LA RAMBLA

Entre los platos tradicionales de La Rambla, J. R. Pedraza señala el arroz con bacalao, el bacalao encebollado, los fritos de habas y la naranja picada. La dulcería casera aporta pestiños, borrachuelos, gañotes, magdalenas, empanadas de cidra o batata, rosquitos de manteca y roscos de lustre, a los que hay que añadir los pasteles de almendra de las confiterías.

MONTALBÁN

Platos tradicionales de Montalbán son la boronía, el sucio o cocido frito y el potaje de garbanzos con bacalao, en Semana Santa. Montalbán produce apreciados melones y ajos.

MONTEMAYOR

Platos tradicionales de Montemayor son la gallina en pepitoria, las habas con berenjenas y morcilla, el arroz con bacalao y el puchero. Entre los dulces típicos cabe citar el gañote, los roscos de aguardiente y los panetes, que adoptan formas de figuras o animales elaborados con masa de pan que es costumbre regalar a los niños el día de los Santos.

MONTILLA

Platos tradicionales montillanos son las alcachofas guisadas, los riñones a la montillana, la naranja picada, el picadillo de tomate, los pies de cerdo estofados, el salmorejo y el gazpacho blanco. La confitería local ofrece dos renombradas especialidades, como los finos alfajores de almendra y el pastelón. La dulcería casera queda representada por las gachas de mosto, el arropo, las gachas del día de los Santos, las tortillas de Pascua, los pestiños y los hojaldres. Las monjas de Santa Clara elaboran mostachones, galletas, suspiros, roscos lustrados, magdalenas, tocinitos y brazos de gitano, especialidades que se pueden adquirir a través del torno conventual. Pero el producto más afamado que Montilla aporta a la mesa son los vinos, criados sin prisas en sus umbrosas bodegas, que son de varios tipos: fino, amontillado, oloroso, cream y Pedro Ximénez, a los que se ha incorporado en los últimos años el blanco joven de mesa.

MONTURQUE

Platos típicos son las castañas con arroz y, por Semana Santa, los que llevan bacalao como ingrediente básico, época en la que también se elaboran dulces caseros, como magdalenas, roscos de galleta, pestiños y borrachuelos.

MORILES

Platos típicos de Moriles son el picadillo de tomate, el salmorejo, la naranja picada con bacalao, los revueltos de habas y, por Semana Santa, el potaje con bacalao y las albóndigas de pescado. La dulcería casera está representada por las gachas de mosto y el arropo. Pero el producto que da fama a Moriles es el vino fino, de extraordinaria calidad, que se puede tomar en tabernas y bares.

PUENTE GENIL

En Puente Genil se hermanan en calidad los buenos aceites y los vinos finos. Platos tradicionales son las alcachofas en salsa, las berenjenas fritas o las ensaladas de San Marcos. Puente Genil es pueblo dulcero, como acreditan sus especialidades confiteras: huevo hilado, bizcochos de Génova, capuchinas y roscos de gachas. Pero el dulce más genuino es la carne de membrillo.

SAN SEBASTIÁN DE LOS BALLESTEROS

El plato más popular es el pavo con fideos, que el día de San Sebastián (20 de enero) se reparte a los vecinos en la plaza. Por Semana Santa se elaboran rosquitos de huevo, pestiños y soplanos.

SANTAELLA

Los garbanzos blancos que da la tierra constituyen la base del cocido y el potaje. M. C. del Moral da noticia de numerosos platos tradicionales, como guisado de pies de cerdo, albóndigas en caldo o en salsa de almendra, ternera a la sal, a la leche o a la naranja, solomillo relleno, revuelto de habas y morrilla, naranja picada con bacalao asado, judías verdes al ajillo, perdiz encebollada y liebre al vino tinto.

Las recetas de la Campiña Sur

Entrantes

Ensalada “Tita María” de Puente Genil

Ingredientes

1 lechuga.
50 gr de miga de pan candeal.
Aceite de oliva.
Vinagre.
2 o 3 dientes de ajos.
Sal.

Elaboración

Después de bien lavada la lechuga, se corta a trozos no muy grandes; se le pone aceite, vinagre y sal, y aparte, en un mortero –o bien en molinillo- se pone un poco de miga de pan junto con dos dientes de ajo. Cuando esté muy molido con la ayuda de un poquito de agua, se le echa a la ensalada y se mueve bien para que tome el gusto por igual.

Gazpacho al Estilo de Montilla

Ingredientes

4 dientes de ajo.
Sal.
Clara de huevo.
Almendras.
Habas.
Migas de pan.
Aceite.
Vinagre.
Agua.

Elaboración

El gazpacho andaluz contiene todos los anteriores ingredientes, sirviendo las habas para que salga muy blanco. Todo esto bien machacado, se le va echando aceite poco a poco hasta que queda hecho una pomada. Cuando se vea que no admite más aceite, se le echa un poco de vinagre para disolver la pomada y una vez disuelta se le pone el agua y se sazona de sal y vinagre. La guarnición de este gazpacho blanco es de manzanas, pepino y también se le pueden poner unas uvas. A la pomada de este gazpacho se le echa también migas de pan. Para seis personas hay que poner aproximadamente estas cantidades: seis habas y seis almendras.

Primeros

Calabacines en Pisto de Fernán Nuñez

Ingredientes

3 calabacines.
Aceite.
1 cebolla.
Sal.
Pimienta.
1 yema de huevo.
Atún en escabeche.

Elaboración

Picar los calabacines muy menudamente y se fríen en la sartén con cebolla también picada, hasta que se consuma el jugo. Se sazona de sal y pimienta y se espesa con las yemas de huevo. Moviendo todo muy bien. Si se desea, antes de espesar puede agregarse atún escabeche.

Joecas de Aguilar de la Frontera

Ingredientes

1 kg de patatas.
aceite (a cálculo).
4 dientes de ajo.
unas ramitas de perejil.
vinagre (al gusto).
azafrán, sal.
1 cucharada de harina tostada.
100 gr de chorizo.

Elaboración

Se fríen las patatas redondas, sin que lleguen a estar crujientes. Cuando están todas fritas se ponen en una cacerola. Con un poco de aceite que quedó de freírlas se majan los ajos y el perejil y se le agregan una cucharada de harina tostada, azafrán y vinagre, echando todo en la cacerola hasta que arranque a hervir. Se añade el chorizo a rodajas y se sazonan.

Alcachofas a la Montillana

Ingredientes

1 1/2 kg de alcachofas, 1 cebolla.
4 dientes de ajo, 1 ramita de hierbabuena.
Limón, vino (Montilla), harina, sal, pimienta.
Medio cuarto de aceite, 1 litro de agua.

Elaboración

Limpiar las alcachofas, untarlas con limón y echarlas en una cacerola con agua, limón y un poco de harina. Poner agua al fuego

con los ingredientes anteriores y al hervir se añaden las alcachofas escurridas. Una vez tiernas, se escurren. En una cazuela de barro se pone un poco de aceite, cebollas, ajos y una ramita de hierbabuena, y cuando todo ello está dorado se agregan las alcachofas, así como un poco de vino de Montilla, sal, pimienta y agua. Cocer durante diez minutos. Para mover se emplea una espátula de madera.



Las recetas de la Campiña Sur

Segundos

Riñones de Cerdo al vino Blanco de Moriles

Ingredientes

1 kg de riñones de cerdo.
 250 gr manteca de cerdo.
 2 o 3 ramitas de perejil picado.
 3 o 4 cebolletas picadas.
 Sal y pimienta molida al gusto.
 1 cucharada sopera de harina.

Elaboración

Lo primero que hay que hacer –tratándose de riñones- es lavarlos muy bien varias veces en agua templada ligeramente salada. Se cortan en rodajitas finas y se saltean –evitando que se peguen- en cazuela con manteca, perejil, cebolleta (picados), sal y pimienta. Se añade una cucharada de harina y un vaso de vino. Se remueve despacio y, antes de que rompa a hervir, se sirve.

Fritos de Manos de Cerdo

Ingredientes

4 manos de cerdo.
 3 huevos.
 1 limón.
 Sal.
 1 cebolla.
 2 zanahorias.
 Pimienta.
 Perejil.
 Pan rallado.
 Aceite.

Elaboración

Se chamuscan en la parrilla cuatro manos de cerdo (hay que procurar que sean pequeñas para que sean mucho más tiernas). Se frota con limón, lavándolas varias veces. Se ponen a hervir con agua, sal, una cebolla picada en ruedas, dos zanahorias partidas, unos granos de pimienta y unas ramas de perejil, y con la olla a medio tapar se dejan cocer durante cuatro horas. Se sacan, se deshuesan y se parten en pedacitos. Se rebozan en huevo y luego en pan rallado. Se fríen y se sirven.

Postres

Merengas de Café de Aguilar

Ingredientes

250 gr de azúcar.
1/2 vaso de café.
6 huevos.
Azucar glass.

Elaboración

Se hace un almíbar con 250 gramos de azúcar y medio vaso de café muy cargado y pasado por colador. Aparte, se baten 6 claras de huevo a punto de nieve, y se incorpora todo batiéndolo sin cesar. Se deja enfriar y se van poniendo con una cuchara en un papel, dándoles la forma ordinaria de las merengas. Se espolvorean muy detenidamente de azúcar por encima y se ponen a horno muy suave unos 10 minutos, sacándolos después. Se unen y se hacen de cada dos una, uniéndolos por la base.

Gachas de Mosto de Montilla

Ingredientes

Mosto.
Clavo, canela y ajonjolí (al gusto).
100 gr de harina.

Elaboración

Se cuece el mosto; se deja hasta otro día, para que se asiente bien; se vuelve a cocer de segunda hasta que esté a medio punto y luego se aparta de la candela; se le echan clavos de comer, canela y ajonjolí, todo esto es al gusto; después la harina, que se echa poca a fin de que quede clara y se ponen a la candela hasta que hiervan bien, sin para de menearlas. Después se echan en un plato cuando están un poco duras, y si se despegan, ya están.



Las recetas de La Subbética

ALMEDINILLA

Plato veraniego es el pimpanrete, parecido al salmorejo. Entre los derivados del cerdo son apreciadas las morcillas, de cebolla y blanca. Otros platos populares son el adobillo de patatas, los huevos rellenos o el lomo en salsa de almendras.

BENAMEJÍ

Sus platos típicos son el remojón -picadillo a base de naranja, bacalao y huevo duro-, el potaje de invierno y el gazpacho. Tiene fama el chorizo, frito o cocido en vino fino al igual que las pajarillas. Cría Benamejí buenos melones que, en temporada, se pueden adquirir en puestos instalados al borde de la carretera. Como dulces, hornazos de San Marcos, pestiños y roscos de vino.

CABRA

Apreciados productos del cerdo son el lomo adobado, el chorizo y la morcilla. La huerta da buenas materias primas para preparar potajes de verduras. Como aperitivo, aceitunas aderezadas al estilo egabrense. La oferta dulcera es variada: gajorros, pestiños, roscos de vino, merengas de café, piononos y, sobre todo, las bizcotelas de las monjas Agustinas.

CARCABUEY

Reinan los potajes en la cocina tradicional de Carcabuey, entre ellos el de habichuelas jamonas con morcilla, el de bacalao y el de perdiz. La dulcería casera está representada por rosquetas de huevo, roscos de vino y mostachos navideños.

DOÑA MENCÍA

Platos tradicionales son el tomate guisado, la cocina de habas, el apagaíllo, las patatas en adobillo, el pollo a la mención y un guiso de habas que llaman cocina. Se fabrica excelente queso de cabra. Un dulce típico es el cuajado de almendra. Y no hay que olvidar los buenos vinos finos que se crían sin prisa en umbrosas bodegas y que se pueden tomar en las tabernas.

ENCINAS REALES

Platos populares de la villa son el estofado de patatas y las albóndigas. El día de San Marcos (25 de abril) es costumbre salir al campo a tomar el hornazo, al que se le da forma de muñeco con un huevo duro entre las manos.

FUENTE TÓJAR

Las tradicionales matanzas caseras de cerdos son un claro exponente de la gastronomía de Fuente Tójar, teniendo un lugar propio en la mesa sus derivados, como la morcilla de carne o la morcilla blanca. Entre sus platos típicos nombrar la "ropa vieja" (potaje de habichuelas con huevo), el encebollado de boquerones o el relleno de carnaval.

Mancomunidad de Municipios de la Subbética

Ctra. Carcabuey a Zagrilla, Km. 5,750 - 14810 Carcabuey (Córdoba)
Tel. (+34) 957 704 106 - www.subbetica.es

La Subbética

IZNÁJAR

Hay platos derivados del cerdo propios de los días de matanza, como las mohejuelas o el guisado de pies. Platos tradicionales son el guisillo de pescado o de pajarillas, la pepitoria de pavo o de gallo, la naranja en aceite, la sopa de albóndigas o la porra, (salmorejo). Postre tradicional son los huevos volaos.

LUCENA

Platos populares son la roña de habicholones, la ensalada de coliflor, los pimientos y tomates rellenos de arroz, los huevos al plato con queso, las albóndigas de espinacas, el potaje de castañas, los bolos rellenos, la tortilla al charco, el conejo en hoyo y la naranja picá. Dulces caseros son los hojaldres, los mostachones y los gajorros.

LUQUE

Plato tradicional preparado es el chivo en salsa. Comida habitual del Viernes Santo es el potaje viudo. Otros platos populares son las cachorreñas, el sucio -un derivado del potaje-, la lechepava, los maimones y la sobrehusa. Dulces típicos son los panecillos de cortijo, los mostachones y los roscos de anís.

PALENCIANA

La influencia de la cercana vega antequerana se percibe en el plato denominado porra crúa, similar al salmorejo de la Campiña. Otras comidas tradicionales son la roña, hoy en retroceso, los tomates fritos y el cocido. Entre los derivados del cerdo tiene fama la morcilla de cebolla. Y en dulcería hay que citar los borrachuelos, las tortillas navideñas, las flores y los rosquillos.

PRIEGO DE CÓRDOBA

Entre los platos más populares de Priego destacan el ajo blanco y el relleno de Carnaval, las albóndigas de boquerones, las alcachofas rellenas, las castañas guisadas con arroz y el chivo al ajillo pastor entre otros. En dulcería casera destacan el piñonate, turrolate, pestiños, bizcochos de chocolate, roscos de limón o huevo, y cinco variantes de gachas.

RUTE

Entre las recetas tradicionales figuran los chicharrones, los guisos de caracoles, la sopilla, las sopas de gato, la olla de cardillos, los conejos en pimientos y vinagre, el potaje de perdiz, el chivo al cabañil, las corrañas de bacalao y las patatas pera. Para postre, papuecas, gachas de higos, turrolates y roscos de olla. Pero el producto más genuino de Rute es el anís o aguardiente, seco y dulce.

ZUHEROS

Conserva platos típicos como la sopa de cachorreñas y el chivo en salsa. Otros platos son el mojete, las setas rebozadas y la clavellina. Para postre, dulces caseros, como roscos melados, pan de cortijo, flores y pestiños, sin olvidar el queso de cabra ni los requesones con miel y azúcar.

Las recetas de La Subbética

Entrantes

Pimporrete de Almedinilla

Ingredientes

1 diente de ajo.
Migas de pan.
Dos tomates pelados.
Vinagre.
Sal.

Elaboración

Se maja todo muy bien hasta que se fabrica una pasta. Se sirve frío y se adorna, algunas veces, con rodajas de huevo duro. El pimporrete es similar al salmorejo.

Tomates Guisados de Zuheros

Ingredientes

1 kg de tomates maduros.
1 pimiento pequeño.
1 cebolla.
1 ajo crudo y 2 ajos fritos.
Aceite.
300 gr de pan.
4 huevos.
Sal.

Elaboración

En una sartén se echan dos cucharadas de aceite, se fríen dos dientes de ajo y se sacan. Se pica una cebolla y el pimiento, se rehogan o sofríen, a la vez que se le va troceando el kilo de tomates en grandes trozos. El tomate ha de estar poco hecho. Se echa el pan en agua y se escurre. El rehogado de la sartén se une al pan y se machaca. En el líquido que queda se le parten los cuatro huevos y se cubren con agua si precisase y se deja hasta que se cuajen. La mezcla resultante se echa a la sartén y se mueve hasta que hierva.

Tortilla de Espárragos Trigueros de Iznajar

Ingredientes

1 manojo de espárragos trigueros.
1 cucharada de aceite de oliva.
Sal.
6 huevos.

Elaboración

Se toma un manojo de espárragos trigueros, se limpian y parten, con objeto de aprovechar sólo las puntas verdes y tiernas. Se rehogan ligeramente con aceite y sal. Se baten muy bien los huevos y se hace una tortilla alargada. Debe comerse caliente.

Primeros

Sobrehusa de Luque

Ingredientes

1 kg de habas verdes.
Cebolla.
Ajos.
Ajete (tallo de ajo).
Cilantro.
1 huevo.
vinagre.

Elaboración

Hacer un sofrito con cebolla picada, ajo y ajete. En una cazuela de barro se ponen el sofrito y las habas peladas. Marear y añadir agua. Se dejan hervir hasta enternecer y se le añade un poco de Cointreau. Una vez tiernas se le bate un huevo, con un poco de vinagre y esto se añade al caldo.

Guiso de Pajarillas de Iznájar

Ingredientes

1 kg de pajarillas (asadura de cerdo).
1/4 litro de aceite.
2 rebanadas de pan.
10 ó 12 almendras.
Unas hebras de azafrán.
2 dientes de ajo.

Elaboración

Freír las almendras, un diente de ajo y las rebanadas de pan. Las rebanadas, una vez fritas, se echan en agua. Freír la asadura en trocitos y a fuego no muy fuerte. Añadir un majado con el ajo frito y otro crudo, el azafrán, las almendras y las rebanadas de pan frito y remojadas, añadiéndole un poco de agua para que no quede muy seco y comprobar de sal. Dejar hervir hasta que espese un poco. Si queda mucho aceite de freír la asadura quitar un poco, antes de echar al majado.

Papas Guisadas de Doña Mencía

Ingredientes

1/4 de kg de carne.
Tomate.
Pimiento, ajos.
1 kg de patatas.
Aceite.
Sal.
Azafrán.

Elaboración

Se fríe la carne, se le añade el ajo y el pimiento y un poco de tomate. Cuando todo está bien rehogado se le añaden las patatas y se deja freír todo un poco. Después se le añade la sal, el azafrán y el agua y se deja cocer hasta estar hecho.



Las recetas de La Subbética

Segundos

Relleno de Carnaval de Priego

Ingredientes

Para un cuajar de cerdo:
 125 gr. de carne de ternera picada.
 125 gr. de carne de cerdo picada.
 125 gr. de pechuga de ave.
 125 gr. de tocino de papada,
 sacado de sal.
 125 gr. de jamón entreverado y picado.
 4 huevos.
 Zumo de 2 limones.
 Azafrán.
 Pimienta.
 3 dientes de ajo.
 3 ramitas de perejil picado.
 Sal.
 Pan rallado.

Elaboración

Se amasan todos los ingredientes con los huevos y al final el pan rallado, hasta que la masa se quede ni muy blanda ni muy dura. Todo esto se introduce en el cuajar, previamente limpio sin que esté muy apretado. Se cose y se hiere en una olla con agua que lo cubra bien, por espacio de dos horas.

Chuletas a la Balmasela de Doña Mencía

Ingredientes

Para un cuajar de cerdo:
 1 kg de chuletas de cerdo.
 Sal.
 Salsa bechamel.
 Aceite de oliva.

Elaboración

Se preparan convenientemente las chuletas, limpiándolas muy bien del pellejo y de la grasa. Se aplanan por ambos lados con el plano de la cuchilla, y luego se bañan, revolviéndolas dos o tres veces en el aceite de oliva. Impregnadas de este adobo, van a la parrilla, volviéndolas con frecuencia para que queden perfectamente cocidas sin tomar demasiado color. A la primera vuelta es el momento de sazonarlas de sal. Se extienden sobre una fuente y se cubren con una salsa bechamel que esté muy fluida y, por supuesto, muy caliente, para evitar que cuaje. Se sirven inmediatamente.



Postres y Repostería

Huevos “Volaos” de Iznájar

Ingredientes

1 litro de leche.
2 huevos.
125 gr de azúcar.
Canela.
Un trozo de piel de limón.
1/4 kg de galletas.

Elaboración

Colocar las galletas en una fuente. Hervir la leche junto con el azúcar, una rama de canela y la piel del limón (reservar un poco de leche). Montar las claras de huevo a punto de nieve y tomar con una cuchara porciones que se introducen en la leche hirviendo un instante para después colocarlas sobre las galletas. Diluir las yemas en la leche reservada y echar sobre la leche, dejar que hierva a fuego lento unos minutos sin dejar de mover. Verter sobre las galletas y las claras y espolvorear con canela.

Arrope de Puente Genil

Ingredientes

2 kgs de uvas.
1 kg de azúcar.
1/2 kg de membrillos.
1/2 kg de melocotones.
1/2 kg de ciruelas.
1/2 kg de manzanas.
1/2 kg de peras.

Elaboración

Se prensan muy bien las uvas y se les recoge todo su jugo; se cuele y se pone todo en una cacerola con las frutas –toda peladas y desprovistas de las semillas-. Tiene que cubrir las el líquido y si no, se les agrega un poco de agua. Hecho esto se ponen en la candela y se cuecen despacio hasta que se haya espesado el almibar.

Alfajores de Rute

Ingredientes

1 kg. de manteca de cerdo.
1 kg. de azúcar molida.
1 kg. y medio de harina tostada.
1/2 kg de almendras tostadas y molidas.
Canela molida.

Elaboración

Se mezcla todo haciendo una masa. Esta se divide en trocitos pequeños de forma alargada y se mete en el horno. Una vez cocidos se emborrizan en azúcar molida. Se sirven con un poco de anís.



PUNTOS DE INFORMACIÓN Y OFICINAS DE TURISMO

Patronato Provincial de Turismo de Córdoba

Plaza de las Tendillas 5, 3ª planta • 14002-Córdoba
Tel. (+34) 957 491 677
www.cordobaturismo.es • turismo@cordobaturismo.es

Oficina de Información Turística de la Junta de Andalucía
C/ Torrijos, 10 • 14003-Córdoba • Tel. (+34) 957 355 179
www.andalucia.org • otcordoba@andalucia.org

Oficina Municipal de Turismo de Córdoba
C/ Rey Heredia, 22 • 14003-Córdoba • Tel. 902 201 774
www.turismodecordoba.org • consorcio@turismodecordoba.org

Oficina de Turismo de Adamuz
C/ Libertad, 3 • 14430-Adamuz • Tel. (+34) 957 166 496
www.adamuz.es • turismo@adamuz.es

Oficina de Turismo de Aguilar de la Frontera
C/ Cuesta de Jesús, 2 • 14920-Aguilar de la Frontera
Tel. (+34) 957 661 567 • turismoaguilar@yahoo.es

Oficina de Turismo de Alcaracejos
Plaza de Andalucía, 1 • 14480-Alcaracejos Tel. (+34) 957 156 102
turismo-mancomunidad@lospedroches.org

Oficina de Turismo de Almedinilla
Centro de Recepción
Ctra. A-339, Km 37 • 14812-Almedinilla • Tel. (+34) 957 703 317
www.almedinillaturismo.es • info@almedinillaturismo.es

Oficina de Turismo de Almodóvar del Río
C/ ABC, 7 • 14720-Almodóvar del Río • Tel. (+34) 957 635 014
turismoalmodovardelrio@gmail.com

Oficina de Turismo de Baena
C/ Virrey del Pino, 5 • 14850-Baena • Tel. (+34) 957 671 757
www.baena.es • turismo@ayto-baena.es

Oficina de Turismo de Bujalance
Plaza Mayor, 1 • 14650-Bujalance • Tel. (+34) 957 171 289
www.ayto-bujalance.es • oficinadeturismobujalance@yahoo.es

Oficina de Turismo de Cabra
C/ Santa Rosalía, 2 • 14940-Cabra • Tel. (+34) 957 523 493
www.turismodecabra.es • turismo@cabra.net

Oficina de Turismo de Carcabuey
C/ Majadilla, 1 • 14810-Carcabuey • Tel. (+34) 957 704 140

Oficina de Turismo de Cardena
C/ Miguel Gallo, 33 • 14445-Cardena • Tel. (+34) 957 174 370
www.cardena.es • biblioteca@cardena.es

Oficina de Turismo de Dos Torres
Plaza de la Villa, 1 • 14460-Dos Torres • Tel. (+34) 957 134 372
turismo@dostorres.es

Oficina de Turismo de Fuente Obejuna
C/ San Francisco, s/n • 14290-Fuente Obejuna
Tel. (+34) 957 584 164

Oficina de Turismo de Hinojosa del Duque
Plaza de San Juan, s/n • 14270-Hinojosa del Duque
Tel. (+34) 957 141 831
www.hinojosadelduque.es

Oficina de Turismo de Hornachuelos
Ctra. San Calixto, s/n • 14740-Hornachuelos
Tel. (+34) 957 640 786
www.hornachuelosrural.com
turismo@hornachuelosrural.com

Oficina de Turismo de Jauja - Ruta del Tempranillo
C/ Ronda, 2 (Aldea de Jauja, Lucena) • 14911-Lucena
Tel. (+34) 957 519 051
www.rutadeltempranillo.org • rutadeltempranillo@yahoo.es

Oficina de Turismo de La Carlota
Avda. Carlos III, 50 • 14100-La Carlota • Tel. (+34) 957 300 001
www.ayto-lacarlota.es • turismo@ayto-lacarlota.es

Oficina de Turismo de La Rambla

C/ Arco de la Villa, s/n • 14540-La Rambla • Tel. (+34) 957 682 755
www.aytolarambla.org • turismo@aytolarambla.org

Oficina de Turismo de Lucena
Castillo del Moral, 3 • 14900-Lucena • Tel. (+34) 957 513 282
www.turilucena.com • turilucena@turilucena.com

Oficina de Turismo de Montilla
C/ Capitán Alonso de Vargas, 3 (Casa del Inca) • 14550-Montilla
Tel. (+34) 957 652 462
www.montilla.es • turismo@montilla.es

Oficina de Turismo de Montoro
Plaza de España, 8 • 14600-Montoro • Tel. (+34) 957 160 089
www.montoro.es • aytomontoro@telefonica.net

Oficina de Turismo de Palma del Río
C/ Santa Clara s/n (Convento de Santa Clara) • 14700-Palma del Río
Tel. (+34) 957 644 370
www.palmaturismo.com • info@palmadelrio.es

Oficina de Turismo de Peñarroya-Pueblonuevo
C/ Constitución, 5 • 14200-Peñarroya-Pueblonuevo
Tel. (+34) 957 562 708
www.ayto-penarroyapueblonuevo.org
turismopyapvo@hotmail.com

Oficina de Turismo de Posadas
Plaza de los Pósitos, 3 • 14730-Posadas • Tel. (+34) 957 630 378
www.posadas.es • turismo@posadas.es

Oficina de Turismo de Pozoblanco
C/ Romo, 2 • 14400-Pozoblanco • Tel. (+34) 957 132 204
www.pozoblanco.es • turismo@pozoblanco.es

Oficina de Turismo de Priego de Córdoba
Plaza de la Constitución, 3 • 14800-Priego de Córdoba
Tel. (+34) 957 700 625
www.turismodepriego.com
informacion@turismodepriego.com

Oficina de Turismo de Puente Genil
Paseo Fernández Díaz s/n • 14500-Puente Genil
Tel. (+34) 957 600 853
www.ayto-puentegenil.es
turismo@imsc.ayto-puentegenil.es

Oficina de Turismo de Rute
Parque Ntra. Sra. del Carmen, s/n • 14960-Rute
Tel. (+34) 957 532 929
www.rute.org • turismo@rute.org

Oficina de Turismo de Villanueva de Córdoba
Plaza de España, 10 • 14440-Villanueva de Córdoba
Tel. (+34) 957 121 511
www.villanuevadecordoba.com
turismo@villanuevadecordoba.com

Oficina de Turismo de Zuheros
Ctra. Zuheros - Baena, Km 1,5 • 14870-Zuheros
Tel. (+34) 957 090 033
www.zuheros.es • turismodezuheros@hotmail.com

www.cordobaturismo.es

Edita

Patronato Provincial de Turismo de Córdoba

Diseño

Insinúa comunicación creativa

Textos

Insinúa comunicación creativa

Fotografías

Archivo del Patronato de Turismo de Córdoba

Imprime

Imprenta Luque

Depósito Legal CO-556/2007



Andalucía



TURISMO DE CÓRDOBA
PATRONATO PROVINCIAL

www.andalucia.org
www.cordobaturismo.es

PATRONATO PROVINCIAL DE TURISMO DE CÓRDOBA
Plaza de las Tendillas 5, 3ª planta
14002 CÓRDOBA
Tel.: (+34) 957 491 677
turismo@cordobaturismo.es

