



PATRIMONIO OLEÍCOLA

# Oro Verde en el Arte Culinario

Guía Gastronómica de las comarcas oleícolas  
participantes en la ACC

“Patrimonio oleícola y puesta en valor de aceites típicos en circuitos  
comerciales de radio corto: labelización de agrotiendas”







# Oro Verde en el Arte Culinario

Guía Gastronómica de las comarcas  
oleícolas participantes en la ACC

*“Patrimonio oleícola y puesta en valor de aceites típicos en circuitos  
comerciales de radio corto: labelización de agrotiendas”*



ACCIÓN CONJUNTA DE COOPERACIÓN “PATRIMONIO OLEÍCOLA: PUESTA EN VALOR DE ACEITES TÍPICOS EN CIRCUITOS COMERCIALES DE RADIO CORTO, LABELIZACIÓN DE AGROTIENDAS”  
www.patrimoniroleicola.com

#### **GRUPO COORDINADOR**

**Grupo de Desarrollo Rural de la Sierra Mágina**

C/ Posadas, s/n  
23120 Cambil (Jaén)  
Tfno. 953 300 400 / Fax. 953 300 177

#### **PARTICIPANTES**

**Grupo de Desarrollo Rural Filabres-Alhamilla**

Gerente: Elisa Isabel Guerrero Rubio  
Equipo Técnico: Carmen Trini Díaz Magaña. Carmen Sánchez García  
**Grupo de Desarrollo Rural de Guadajoz-Campiña Este de Córdoba**

Gerente: José Rafael Guijarro Cárdenas  
Equipo Técnico: Antonio Zafrá Romero

**Grupo de Desarrollo Rural de la Sierra Morena Cordobesa**

Gerente: Ervigio Núñez Adán  
Equipo Técnico: Nicasio Rico Muñoz

**Grupo de Desarrollo Rural de la Subbética Cordobesa**

Gerente: Francisco Mérida Espejo  
Equipo Técnico: Carmen Pérez del Río

**Grupo de Desarrollo Rural del Arco Noreste de la Vega de Granada**

Gerente: M<sup>a</sup> José Rodríguez Ramos  
Equipo Técnico: Rosana Vilchez Fernández

**Grupo de Desarrollo Rural del Valle del Lecrín-Temple**

Gerente: M<sup>a</sup> del Mar Jiménez Álvarez  
Equipo Técnico: Daniel Bravo Rodríguez

**Grupo de Desarrollo Rural de la Campiña Norte de Jaén**

Gerente: Francisco Guzmán López  
Equipo Técnico: Ricardo Benítez Lomas

**Grupo de Desarrollo Rural de la Sierra de Cazorla**

Gerente: Juan Antonio Marín Ruíz  
Equipo Técnico: Pilar Plaza Aibar

**Grupo de Desarrollo Rural de la Sierra Mágina**

Gerente: José García Vico  
Equipo Técnico: Pilar Moreno Doménech, Javier Moreno Montoza y Sabine Iturburua

**Grupo de Desarrollo Rural de la Sierra Sur de Jaén**

Gerente: Javier Collado Jaén  
Equipo Técnico: María Librada Cazalla Martínez y Manuela Álamo Vidal

#### **COLABORADOR**

Lycée Professionnel “Les Alpilles”, Provence Alpes Côte d’Azur de Francia

#### **EQUIPO REDACTOR**

José Oneto  
José García Vico  
Pilar Moreno Doménech

#### **AGRADECIMIENTOS**

Platos elaborados por el alumnado de la Especialidad de Cocina del Taller de Empleo VI de Alcalá la Real y Juan Carlos López Cortés, Profesor de cocina.

#### **DISEÑO Y MAQUETACIÓN**

Guiándote Creativos Publicitarios  
www.gcpmedia.es

#### **IMPRIME**

Gráficas la Paz S.L.

#### **DEPÓSITO LEGAL**

Xxxxxxxxxx

#### **ISBN**

978-84-613-6236-3



# Índice

**Prólogo 7**

**Introducción 9**

Almería

**GDR Filabres - Alhamilla 11**

Introducción 13

Recetas 14

Dónde Comer 19

Córdoba

**GDR Guadajoz - Campiña Este 21**

Introducción 23

Recetas 24

Dónde Comer 29

**GDR Sierra Morena Cordobesa 31**

Introducción 33

Recetas 34

Dónde Comer 39

**GDR Subbética Cordobesa 41**

Introducción 43

Recetas 44

Dónde Comer 49

Granada

**GDR Arco Noreste de la Vega de Granada 53**

Introducción 55

Recetas 56

Dónde Comer 61

**GDR Valle de Lecrín - Temple - Costa 63**

Introducción 65

Recetas 66

Dónde Comer 71

Jaén

**GDR Campiña Norte 73**

Introducción 75

Recetas 76

Dónde Comer 81

**GDR Sierra de Cazorla 85**

Introducción 87

Recetas 88

Dónde Comer 93

**GDR Sierra Mágina 97**

Introducción 99

Recetas 100

Dónde Comer 105

**GDR Sierra Sur 107**

Introducción 109

Recetas 110

Dónde Comer 115





## Prólogo

---

**E**l aceite de oliva y el olivar en la Andalucía rural es una cultura ancestral que gracias a los hombres y mujeres, gente humilde y anónima de las diferentes comarcas de esta tierra, que con su duro trabajo y tremendo esfuerzo siempre en silencio, han hecho posible convertir el zumo de oliva en un ingrediente que hoy es todo un símbolo de la cocina española.

El paso de las distintas culturas y civilizaciones, a lo largo de los siglos, por los diferentes territorios que con el tiempo han ido conformando el actual mapa rural andaluz, ha dejado un importante y valioso legado gastronómico que las gentes del lugar, principalmente mayores, supieron aprovechar e ir transmitiendo de generación en generación hasta nuestros días. Una de las claves del éxito de la gastronomía andaluza se debe en gran parte a la cocina rural, pues en estos fogones se ha ido cocinando poco a poco esa culinaria de la que ahora todos podemos presumir en Andalucía.

Con este trabajo, que no es, si no una parte de la ambiciosa Acción Conjunta de Cooperación promovida por la Consejería de Agricultura y Pesca de la Junta de Andalucía en el marco del programa regional LEADER Plus de Andalucía y denominada “Patrimonio oleícola y puesta en valor de aceites típicos en circuitos comerciales de radio corto: labelización de agrotiendas”, se pone de manifiesto el tremendo papel que juega el aceite de oliva virgen extra en la cocina, convirtiéndolo en un elemento imprescindible e insustituible, siempre que estemos hablando de una gastronomía de prestigio, sana, saludable y equilibrada.

Un buen amigo mío dice que “consumir aceite de oliva virgen extra es invertir en salud” y no le falta razón porque está más que demostrado que nuestro preciado “oro verde” posee las suficientes propiedades para garantizar una vida sana y saludable, además de ser un perfecto aliado en la cocina, pues se puede decir, que el aceite de oliva es la mascarilla de proa de la gastronomía española.

A lo largo y ancho de cada una de las diez comarcas participantes en este proyecto, representadas por los Grupos de Desarrollo Rural (GDR) de Arco Noreste de la Vega de Granada (Granada); Valle de Lecrín el Temple y Costa Interior (Granada); Sierra Morena Cordobesa (Córdoba); Subbética Cordobesa (Córdoba); Guadajoz y Campiña Este de Córdoba (Córdoba); Filabres-Alhamilla (Almería); Sierra Mágina (Jaén); Sierra de Cazorla (Jaén); Sierra Sur de Jaén (Jaén) y Campiña Norte de Jaén (Jaén) podemos comprender la inconmensurable cocina rural andaluza. Los variados productos de nuestros campos y huertas mimosamente cultivados, las aportaciones de productos foráneos, la caza, las aves de corral, los productos de la matanza doméstica, han sido los elementos, por un lado, que han conformado nuestra cocina tradicional a lo largo de los siglos; pero, por otro son los elementos que se incorporan de forma progresiva a esa cocina rural de vanguardia, basada en los cimientos de los fogones de antaño, sin olvidar que se trata de la base de una gastronomía de prestigio creciente, basada en la indagación, la adecuación de gustos, la imaginación y el bien hacer de esas personas que de generación en generación han sabido mantener encendida la llama de una tradición culinaria, que aflora en esos momentos especiales cuando hay que celebrar algo importante. La tradición se mantiene y también se renueva.

Cincuenta platos, entre ellos sus postres correspondientes, configuran el total del recetario de esta publicación. Medio centenar de especialidades, representativos de los 132 municipios que componen el ámbito de actuación de los diez Grupos de Desarrollo Rural participantes de esta Acción Conjunta de Cooperación. 132 municipios, cada uno de ellos con una cocina autóctona de gran riqueza; que se distribuyen sobre una superficie total de 16.169 km<sup>2</sup> con una población de aproximadamente 576.102 habitantes. Unas cifras que le confieren como dignos representantes del resto de la Andalucía rural desde el punto de vista gastronómico.

*José Oneto*

# Introducción

---

**E**l Patrimonio Oleícola y todos los elementos que lo componen (materiales e inmateriales) han definido desde tiempos inmemoriales las economías locales de los países mediterráneos y ha generado con el paso de los siglos una cultura del olivo presente en la historia de estos territorios, en sus paisajes, urbanismo, economía, arquitectura, tradiciones populares, formas de vida y gastronomía.

Pero hasta el momento, por diversas razones, han sido infravalorados siendo la principal el querer colectivo por acceder a nuevas tecnologías de transformación del aceite, para mejorar la productividad y conseguir altos niveles de calidad necesarios para la obtención de marcas y labels de calidad como la Denominación de Origen Protegida.

De esta manera, diez Grupos de Desarrollo Rural de Andalucía y sus colaboradores en Francia, se han unido para definir los elementos que componen el Patrimonio Oleícola Andaluz; desarrollando una Acción Conjunta de Cooperación promovida por la Consejería de Agricultura y Pesca en el marco del programa regional LEADER Plus de Andalucía y denominada “Patrimonio Oleícola y puesta en valor de aceites típicos en circuitos comerciales de radio corto: labelización de agrotiendas”.

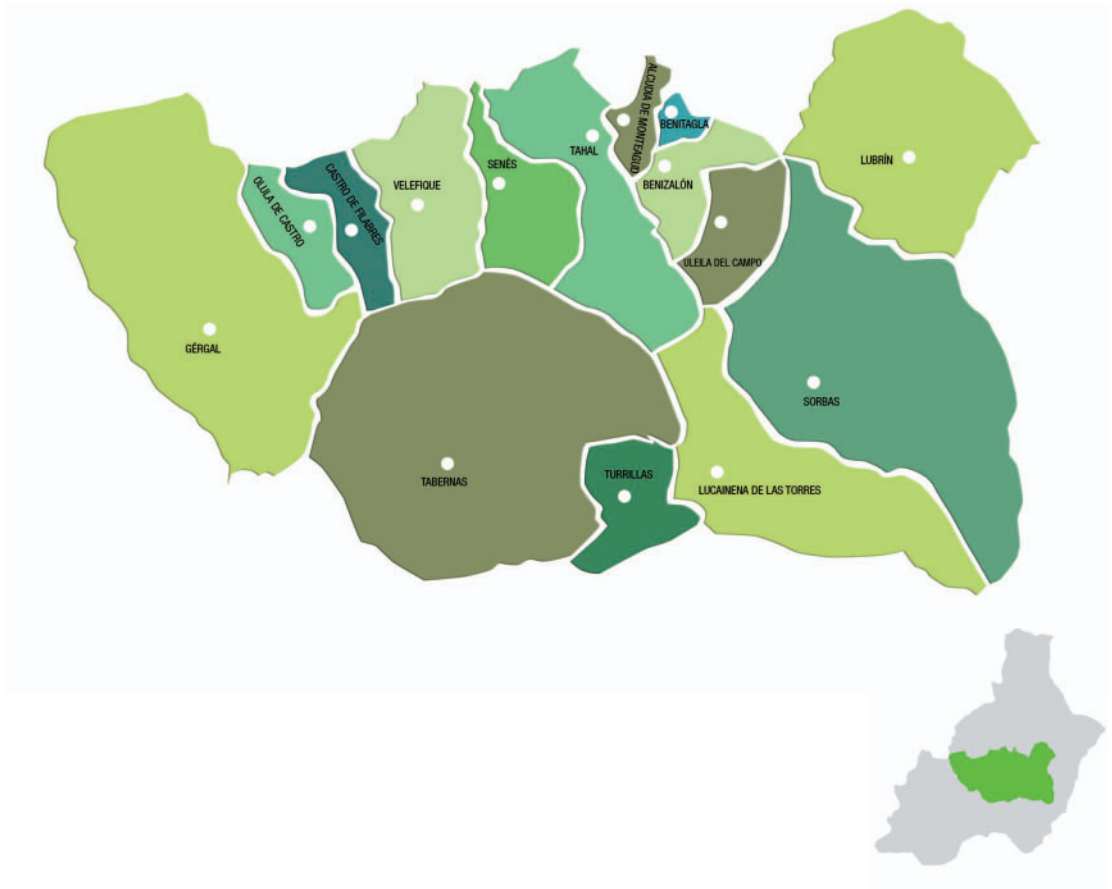
Mediante el presente proyecto se ha promovido el planteamiento de nuevas alternativas para la puesta en valor de los diferentes recursos locales para el desarrollo y la conservación del patrimonio natural y cultural olivarero.

Para ello, desde que comenzara en el año 2007 hasta su finalización en noviembre de 2009, se han desarrollado diferentes actuaciones: talleres estratégicos, seminarios de investigación, intercambios de experiencias con otros países y acciones formativas relacionadas con la cata y el uso del aceite de oliva; que han contribuido a la definición de un modelo de labelización de agrotiendas, plasmado en el Manual de recomendaciones sobre las características comerciales y técnicas que debe tener una marca colectiva o lábel, transferibles a otras zonas andaluzas y otros territorios. Además se han desarrollado una serie de acciones de difusión y promoción del patrimonio natural y cultural oleícola (objetos, costumbres y tradiciones, saber hacer, paisajes, gastronomía, economía...). Se ha elaborado una cartografía básica del patrimonio, un material audiovisual en formato dvd que recoge los elementos inventariados más representativos de los diferentes territorios, tres publicaciones impresas que abarcan diferentes dimensiones de la cultura oleícola y el portal de internet [www.patriminiooleicola.com](http://www.patriminiooleicola.com) el cual se constituye como un espacio vivo de intercambio de información y encuentro para todos los actores interesados en el mundo del aceite de oliva.

Una de las dimensiones abordadas y de la cual ha nacido la presente publicación es el uso del aceite de oliva en la cocina de las comarcas rurales andaluzas. Puesto que el aceite se constituye como uno de los elementos principales utilizados en la dieta de estos territorios junto con los cereales, verduras, hortalizas, legumbres y productos de la manzana.







## Introducción

---

**L**a comarca Filabres-Alhamilla, comarca del desierto, se sitúa en el centro de la provincia de Almería y en ella se encuentran los parajes naturales del Desierto de Tabernas, Karst en Yesos de Sorbas y Paraje Natural de Sierra Alhamilla, flanqueada por dos columnas montañosas de considerable altura, que, junto con sus pueblos, dan nombre a esta comarca. Los municipios que la integran son: Alcudia de Monteagud, Benitagla, Benizalón, Castro de Filabres, Gergal, Lubrín, Lucainena de las Torres, Olula de Castro, Senes, Sorbas, Tabernas, Tahal, Turrillas, Uleila del Campo y Vevefique.

Es una comarca tradicionalmente agrícola y ganadera. Así lo demuestran sus más de 2000 hectáreas de olivos, que la han convertido en el olivar más grande de la provincia de Almería, con una producción de aceite de excelente calidad. Prueba de ello son los múltiples reconocimientos y premios obtenidos por aceites de esta comarca. El clima, tierra, sistema de cultivo y cuidados que recibe el olivo y la aceituna antes de ser molidura sitúan a este territorio como referente en producciones de aceites de calidad.

Filabres-Alhamilla ofrece unos valores fáciles de reconocer como son su tradición cinematográfica, su gastronomía, sus paisajes, los vinos y los aceites de esta tierra. Parte imprescindible de su memoria histórica es su gastronomía, puesto que es un reflejo de la historia de un pueblo (los ingredientes utilizados, el modo de elaboración, el nombre de los platos, la fecha en la que se elaboran, etc.)

La gastronomía de la comarca Filabres-Alhamilla es un elemento generador de riqueza y bienestar y supone una magnífica exposición de los productos agroalimentarios que posee y que muestran el sabor y buen hacer de esta tierra.



## Harina Torciá

### Ingredientes

½ kilo de harina de trigo, ½ taza de aceite de oliva virgen extra, ¾ k. carne de venado troceada, ½ k. de garbanzos remojados, 1 cebolla grande, 1 tomate natural maduro, 2 pimiento rojo seco, 3 pimientos verde grande para asar, 1,5 litros de agua, pimienta negra molida y sal.

### Preparación

A la harina se le rocía agua mientras se va moviendo, con el objeto de formar unas pequeñas bolitas o grumos. Para poder separarlos del resto de la harina, ésta se pasa por un cedazo y lo que nos quede en este utensilio es lo que utilizaremos. Éstos pequeños tolondroncitos que habremos obtenidos se tuestan en el aceite de oliva, puesto en un perol en el fuego. Si durante este proceso observáramos que hay algún grumo excesivamente grande, con la misma espu-madera con la que los estamos moviendo, los iremos seccionando. No todos los tolondrones serán del mismo tamaño, si no que cada uno tendrá una forma diferente, de ahí el nombre de Harina Torciá. Una vez que los tengamos dorados, se sacan y lo ponemos en una fuente aparte.

En ese aceite que hemos utilizado sofreímos ligeramente la liebre bien salpimentada y reservamos. Posteriormente se fríen los pimientos rojos para majarlo en un mortero. Luego, hacemos un sofrito con la cebolla y los tomates, ambos troceados. Se le añade el agua y los pimientos rojos majados. Incorporamos la carne junto con los garbanzos y dejaremos cocer a fuego lento el tiempo necesario hasta que éstos se pongan tiernos. Llegado ese momento se añade la Harina Torciá, que antes tostamos en el aceite y sazonomos. Dejamos que cueza el conjunto durante unos cinco minutos (no es necesario más tiempo porque los “tolondrones” de harina ya están tostados) para que se incorporen bien todos los ingredientes.

Cuando ya tenemos hecho el guiso, sobre la superficie de éste, se colocan los pimientos verdes, que previamente habremos asado, cortados a tiras.



# Ajo Colorao

## Ingredientes

- 1 diente de ajo
- 2 pimientos rojos
- ½ kilo de patatas
- 2 pimientos asado seco
- 2 huevos
- 100 gramos de bacalao
- Sal

## Preparación

Las patatas se pelan, y después de trocearlas las ponemos a cocer con abundante agua. Una vez que las tengamos cocidas, se escurren bien de agua y reservamos.

En un mortero, hacemos un majado con el diente de ajo, los pimientos rojos, los pimientos asados secos, los huevos, que previamente habremos cocido y el bacalao desmigado, sin desalar.

A esta mezcla se le añaden las patatas cocidas y volvemos a machacar todo junto hasta convertir el preparado en una pasta fina. Se rectifica de sal, teniendo en cuenta que el bacalao lo pusimos sin desalar, y de esta forma ya habremos obtenido el Ajo Colorao.





## Ajoalmondra

---

### Ingredientes

100 gramos de almendras (sin cáscara),  $\frac{1}{2}$  vaso de aceite de oliva virgen extra, 2 dientes de ajos,  $\frac{1}{2}$  vaso de leche, 50 gramos de migas de pan y sal.

### Preparación

En el vaso de una batidora eléctrica, incorporamos los dientes de ajos ya pelados, las almendras, desprovistas de cáscara y piel, las migas de pan, un poco de sal y el agua. Procedemos a triturar todo hasta que la mezcla se nos licue perfectamente y adquiera una consistencia cremosa. Llegado ese momento añadiremos, sin dejar de batir, en un hilito, poco a poco, el aceite de oliva.

Obtendremos una especie de crema similar a una mahonesa más bien espesa. De este modo ya tendremos hecho este clásico Ajoalmondro, tan típico y tradicional de esta comarca.

Esta especialidad se puede tomar en rebanadas de pan tostado, acompañando determinados platos de carne como Lomo de Orza, por ejemplo, o bien como una sopa fría de entrante; en este caso se presentaría menos espesa, para ello bastaría tan solo de aclarar con un poco de agua.

# Torrijas

## Ingredientes

- 4 rebanadas de pan especial para torrijas
- 1 copita de vino Pedro Ximénez
- ¼ litro de leche
- 100 gramos de azúcar
- 2 huevos
- Aceite de oliva
- Miel
- Canela molida
- Canela en rama

## Preparación

Se pone la leche con el azúcar y la rama de canela al fuego para aromatizarla, cuando haya hervido unos minutos se aparta y se deja enfriar para verterla en un bol al que se le añade el vino.

Se empapan en esta mezcla las rebanadas de pan, pasándolas posteriormente por huevo batido. A continuación se fríen en abundante aceite bien caliente, se depositan en una fuente y se rocían con miel. Finalmente se sirven espolvoreadas ligeramente de canela molida.





## Fruto de Sartén

---

### Ingredientes

- 500 gramos de harina fina
- ½ vaso de aceite de oliva
- 1 puntita de levadura en polvo
- 1 cucharilla de matalahúva
- 1 pizca de sal
- Agua,
- Aceite de oliva virgen extra (para la fritura)
- Azúcar para emborrizar

### Preparación

Comenzamos friendo la matalahúva en el medio vaso de aceite y una vez colado, se mezcla con la harina. Ponemos la levadura, la sal y el agua que admita hasta obtener una masa suave. Se estira con un rodillo y se cortan a tiras largas de unos 10 centímetros. Las freímos en el aceite de oliva virgen extra y finalmente se emborrian con abundante azúcar.

# Dónde Comer

## BENIZALÓN

**Casa Leonor/Jacma**  
R/AL/01232  
Plaza Mayor, 2  
04276 Benizalón (Almería)  
Tfnos.: 950 36 18 37 - 950 36 18 03

## CASTRO DE FILABRES

**Los Molineros**  
R/AL/01071  
C/ Carretera, 12  
04212 Castro de Filabres (Almería)  
Tfno.: 950 36 51 13

## GERGAL

**Restaurante Montellano**  
R/AL/00975  
C/ Cruce Olula de Castro  
04550 Gergal (Almería)  
Tfno.: 950 36 32 67

## Asador La Posada del Cura

R/AL/01100  
C/ Almería, 5  
04550 Gergal (Almería)  
Tfno.: 667 71 34 83

## LUBRÍN

**Restaurante López**  
R/AL/00628  
Barriada Rambla Aljibe, s/n  
04271 Lubrín (Almería)  
Tfno.: 950 46 15 90

## LUCAINENA DE LAS TORRES

**Mesón La Plaza**  
R/AL/01059  
Plaza del Ayuntamiento, 1  
04210 Lucainena de las Torres (Almería)  
Tfno.: 950 36 44 08

## Venta El Museo

R/AL/00778  
Plaza Maestro Paco, 6  
04210 Lucainena de las Torres (Almería)  
Tfno.: 950 36 42 00 - www.ventaelmuseo.com

## OLULA DE CASTRO

**Restaurante Museo El Cortijillo**  
R/AL/01210  
C/ pol.10. 04860 Olula de Castro (Almería)  
Tfno.: 696 988 356  
www.restauranteelcortijillo.com

## SORBAS

**Restaurante Cuevas de Sorbas**  
R/AL/01236  
Paraje Barranco del Infierno  
04270 Sorbas (Almería)  
Tfnos.: 696 43 15 14 - 950 36 47 04  
www.cuevasdesorbas.com

## Restaurante El Rincón

R/AL/00865  
Plaza de la Constitución, 7  
04270 Sorbas (Almería)  
Tfno.: 950 36 47 15

## Restaurante Cortijo Alto de Cariatiz

R/AL/01111  
Los Alias Carizatiz  
04270 Sorbas (Almería)  
Tfno.: 950 36 91 33  
www.cortijoaltodecariatiz.com

## TABERNAS

**Mini Hollywood Oasis**  
**Parque Temático**  
R/AL/00798  
Ctra. Nacional 340a-Km 464  
04200 Tabernas (Almería)  
Tfno.: 950 36 52 36  
www.minihollywood.es

## Calatrava

R/AL/00577  
Ctra Nal 340 Km s/n  
04200- Tabernas (Almería)  
Tfnos.: 902 36 93 00 - 950 52 53 08  
www.hospederiadeldesierto.es

## Restauración Antonio Gazquez

R/AL/00060  
C/ Las Eras  
04200 Tabernas (Almería)  
Tfno.: 647 71 19 16

## Las Malvinas

R/AL/00598  
Ctra Velefique Km 0,8  
04200 Tabernas (Almería)  
Tfno.: 950 36 51 17

## Los Albardinales

R/AL/00884  
Ctra. Nac. 340 Km 474  
04200 Tabernas (Almería)  
Tfno.: 950 61 17 07  
www.losalbardinales.com

## El Jaraiz

R/AL/00967  
Ctra. Nac. 340 Km 478  
Paraje Oro Verde  
04200 Tabernas (Almería)  
Tfnos.: 950 36 94 44 - 657 93 72 83

## TAHAL

**Área los Filabres**  
R/AL/01148  
Ctra Almería A349. Km 26,6  
04275 Tahal (Almería)  
Tfno.: 950 43 48 24

## Casona del Cid

R/AL/01113  
C/ Castillo, 11  
04275 Tahal (Almería)  
Tfno.: 950 43 48 63  
www.casonadelcid.com

## TURRILLAS

**Restaurante**  
**Mirador de Turrillas**  
R/AL/00919  
C/José Segura Nieto, 1  
04211 Turrillas (Almería)  
Tfno.: 950 36 41 11

## ULEILA DEL CAMPO

**Casa Juan**  
R/AL/00764  
C/García López, 3  
04279 Uleila del Campo  
(Almería)  
Tfno.: 950 36 32 30

## Mesón Rural Casa Elisardo

R/AL/01231  
C/ Juan Soledad  
04279 Uleila del Campo  
(Almería)  
Tfnos.: 639 31 93 46 - 680 82 37 93  
617 65 60 52  
www.casaelisardo.com









## Introducción


---

**E**l territorio comprendido en la Mancomunidad de municipios del Guadajoz y Campiña Este de Córdoba incluye los municipios de Baena, Castro del Río, Espejo, Nueva Carteya y Valenzuela, situados en una encrucijada de caminos que comunica Córdoba con Granada y se halla próximo a los límites entre las provincias de Córdoba, Granada y Jaén, en una posición central del conjunto de la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Dada esta localización, estamos ante un territorio donde las huellas de las distintas culturas han ido dejando una impronta que se percibe nítidamente en su gastronomía. Se trata por otra parte de una gastronomía que ha conservado ese gusto tradicional, considerando el carácter popular y doméstico de la misma.

Si tratamos de buscar un hilo conductor a cualquier recetario de cocina de este espacio, sin duda que el aceite de oliva juega ese papel determinante, del mismo modo que lo hace en el paisaje y la economía de la zona. El variado repertorio gastronómico discurre de las sopas frías a los mojetes, de las frescas ensaladas a los poderosos guisos de legumbres, de los platos de caza a la reveladora gastronomía andalusí.

De manera contundente, esta huella de gastronomía tradicional influye en la propuesta culinaria que los bares y restaurantes exhiben en sus cartas. Los platos de verdura, los guisos y fritos, representan junto a la repostería una ocasión excelente donde comprobar el buen uso de esa noble materia prima, el aceite de oliva virgen extra, influjo que también constatamos en los dulces típicos elaborados en algunas de las confiterías y pastelerías de esta Mancomunidad de municipios.





## Patatas en Calderete

---

### Ingredientes

1 tomate, 2 cebollas grandes, 3 dientes de ajos, 2 hojas de laurel, 1 pimiento, 2 rebanadas de pan, 1 kilo de patatas, 1 pimiento verde, 1 pimiento rojo, ½ cucharilla de comino, ½ cucharilla de colorante amarillo alimenticio, aceite de oliva virgen extra, sal y agua.

### Preparación

Primero pelamos, lavamos y cortamos a rodajas gruesas las patatas para a continuación freírlas. Reservamos.

En una sartén, con parte del aceite que nos ha quedado de las patatas, se fríen, por separado, los ajos y las rebanadas de pan para machacarlos en un mortero junto con el comino. En ese mismo aceite, hacemos un sofrito con los pimientos, el tomate, la cebolla y las hojas de laurel. Sazonamos. A este refrito añadimos el majado y un poquito de agua para que cueza todo el conjunto.

Finalmente se le pone el colorante y se le agregan las patatas que anteriormente freímos. Dejamos cocer durante unos dos minutos el conjunto para que se incorpore bien todo y así ya obtendremos este plato.

## Gazpacho de Habas con Manzanas

### Ingredientes

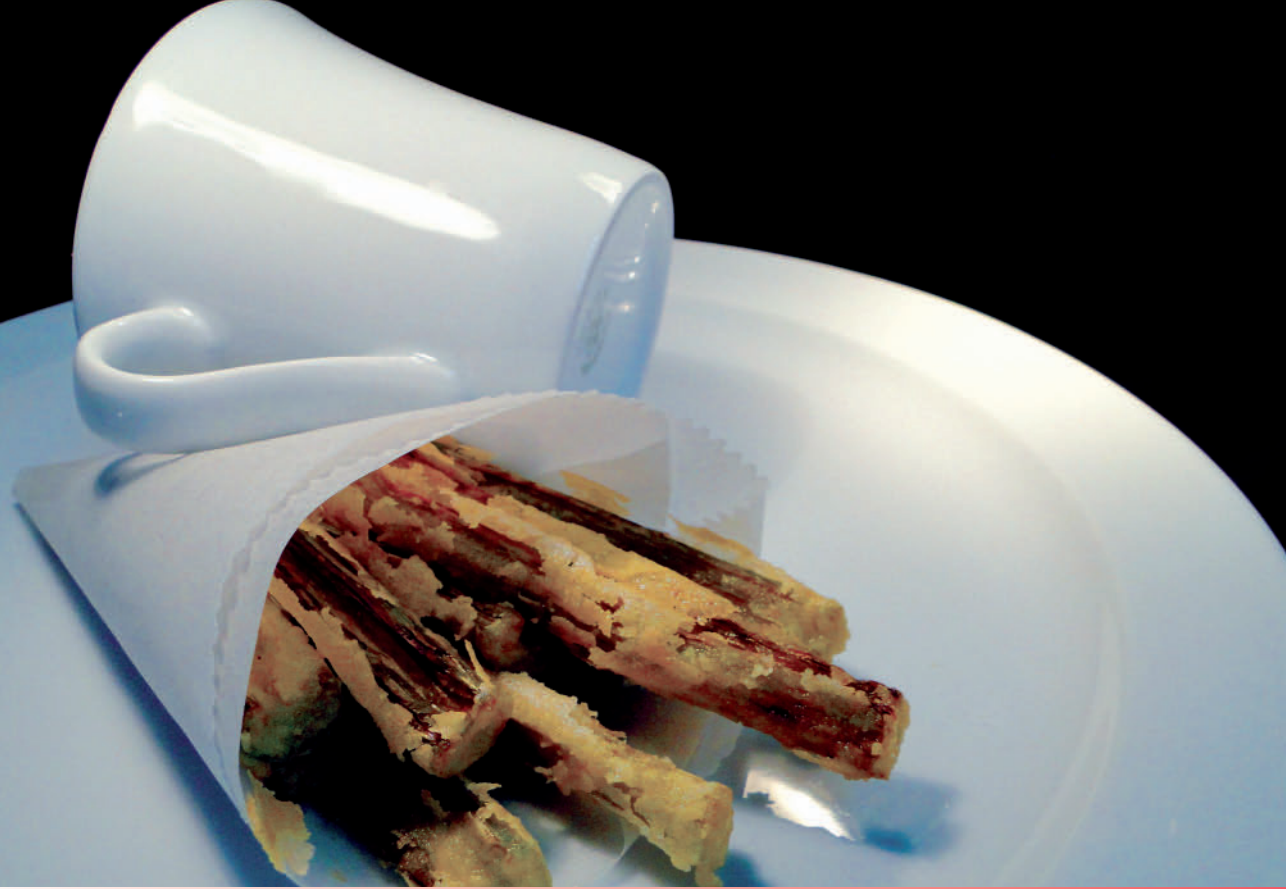
- 4 o 5 de habas secas
- 3 manzanas
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 2 cucharadas de vinagre
- 200 gramos de migas pan
- 3 dientes de ajos
- 2 pepinos
- Agua
- Sal

### Preparación

Las habas, que habrán estado en remojo desde el día anterior, las ponemos en un mortero junto con los dientes de ajo, un poco de sal, y las migas de pan, ligeramente remojadas. Todo ello lo majamos perfectamente hasta que quede bien triturado.

El preparado anterior lo volcamos en un gazpachero o cualquier otro recipiente adecuado y le añadimos el agua necesaria hasta que quede más bien claro. Posteriormente se le incorporan las manzanas y los pepinos, ambos pelados y cortados a trozos pequeños. Rectificamos de sal y se toma frío, aunque no excesivamente.





## Boquerones del Campo

---

### Ingredientes

- Aceite de oliva virgen extra
- Harina fina de trigo
- Matas de las alcachofas
- Sal
- Agua

### Preparación

Las matas de las alcachofas, que comienzan a brotar en el otoño, se cortan a tiras y las sancochamos. Cuando ya las tengamos, se sazonan y las emborri-zamos pasándolas por harina.

En una sartén con abundante aceite bien caliente se van friendo. Una vez fritas, el aspecto será muy parecido al de unos boquerones fritos, de ahí el nombre del plato.

## Sopado de Almendras

### Ingredientes

- 400 gramos almendras peladas
- 2 yemas de huevos
- 8 cucharadas soperas de azúcar
- 2 rebanadas de pan
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 1,5 litro de leche
- Canela molida
- Sal

### Preparación

Tras tostar las rebanadas de pan las majamos en el mortero junto con las almendras. Echamos la leche, con una pizca de sal más el azúcar en una cacerola y le agregamos el majado que hemos hecho. Llevamos al fuego para que cueza todo el conjunto durante unos 30 minutos aproximadamente, a fuego lento. Durante ese tiempo moveremos de vez en cuando para que no se nos agarre la leche al fondo del recipiente.

En la sopera o cualquier otro utensilio donde serviremos este sopeado, ponemos las yemas de huevo. Cuando la leche haya espesado, por la acción de las almendras y el pan, vertimos en esa sopera donde tenemos las yemas. Se sirve caliente espolvoreada con canela molida.





## Bizcocho de Aceite de Oliva Virgen Extra

---

### Ingredientes

125 gramos de azúcar, 150 cc de aceite de oliva virgen extra, 375 gramos de harina fina, 3 huevos, 1 yogur natural azucarado, 1 sobre de levadura en polvo, 1 cuchara sopera de ralladura de limón, 1 vaso de zumo de naranja natural y 4 cucharadas soperas de azúcar (para el almíbar).

### Preparación

En un recipiente juntamos los ciento veinticinco gramos de azúcar, la harina, los huevos, el aceite de oliva virgen extra, el yogur, la levadura en polvo y la ralladura de limón. Mezclamos bien todo el conjunto y lo vertimos en un molde desmontable especial para tartas, que habremos engrasado. Lo llevamos al horno para se haga a temperatura moderada durante unos treinta minutos. Una vez hecho, lo pinchamos con una aguja de brocheta y lo emborrachamos con un almíbar que prepararemos con el zumo y las cuatro cucharadas de azúcar puesto en el fuego hasta que se alcance el grado deseado. Se toma frío.

# Dónde Comer

## ALBENDÍN

**Restaurante El Moreno**  
R/CO/00637  
c/ Santa Ana 17  
14859 Albendín (Córdoba)  
Tfno.: 957 69 42 07

## BAENA

**Albergue Rural Ruta del Califato**  
H/CO/00715  
c/ Coro 7-9  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 69 18 29

**Hotel La Casa Grande**  
H/CO/00649  
Avda. Cervantes 35  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 67 19 05

**Mesón Los Arcos**  
R/CO/00664  
Avda. Padre Villoslada 2  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 67 18 93

**Restaurante Casa del Monte**  
R/CO/00404  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 67 02 10

**Restaurante El Primero de la Mañana**  
R/CO/00605  
Llano del Rincón 14  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 67 15 23

**Restaurante Fuente de la Salud**  
R/CO/00835  
Ctra. Badajoz-Granada km. 335,7  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 69 05 23

**Restaurante VISE**  
R/CO/00527  
c/ Poeta Francisco Baena 15  
14850 Baena (Córdoba)  
Tfno.: 957 69 04 10

## CASTRO DEL RÍO

**Mesón Los Arcos**  
R/CO/00760  
c/ San Marcos, 20  
14840 Castro del Río (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 10 10

**Mesón Rural Restaurante Oleocultura**  
R/CO/00833  
c/ Baena, 29  
14840 Castro del Río (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 27 26

**Restaurante Brasería Alamo**  
R/CO/00720  
c/ Álamo 13  
14840 Castro del Río (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 24 35

**Restaurante Las Palmeras**  
R/CO/00263  
Ctra. Badajoz-Granada km. 316  
14840 Castro del Río (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 00 35

**Restaurante Manjares Cervantes**  
R/CO/00791  
c/ Hospital, 1  
14840 Castro del Río (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 27 22

**Restaurante Sakri's**  
R/CO/00343  
Ctra. Badajoz-Granada s/nº  
14840 Castro del Río (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 07 28

## ESPEJO

**Restaurante Alcazaba**  
R/CO/00782  
c/ Regiones Devastadas s/nº  
14830 Espejo (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 68 42

**Restaurante Casa Cándido**  
R/CO/00456  
c/ Regiones Devastadas 4  
14830 Espejo (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 66 33

**Restaurante Casa Lorenzo**  
R/CO/00010  
c/ Regiones Devastadas 6  
14830 Espejo (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 62 95

**Restaurante Fuente Nueva**  
R/CO/00625  
c/ Regiones Devastadas 5  
14830 Espejo (Córdoba)  
Tfno.: 957 37 60 89

## NUEVA CARTEYA

**Hotel Monte Horquera**  
H/CO/00612  
Ctra. Baena  
14857 Nueva Carteya (Córdoba)  
Tfno.: 957 69 72 34

**Restaurante Casa Antonio**  
R/CO/00882  
c/ Alcalde Juan Caballero 10  
14857 Nueva Carteya  
(Córdoba)

## VALENZUELA

**Restaurante El Olivo**  
R/CO/00756  
Ctra. Andujar-Lucena 3  
14670 Valenzuela (Córdoba)  
Tfno.: 957 18 84 37









## Introducción

---

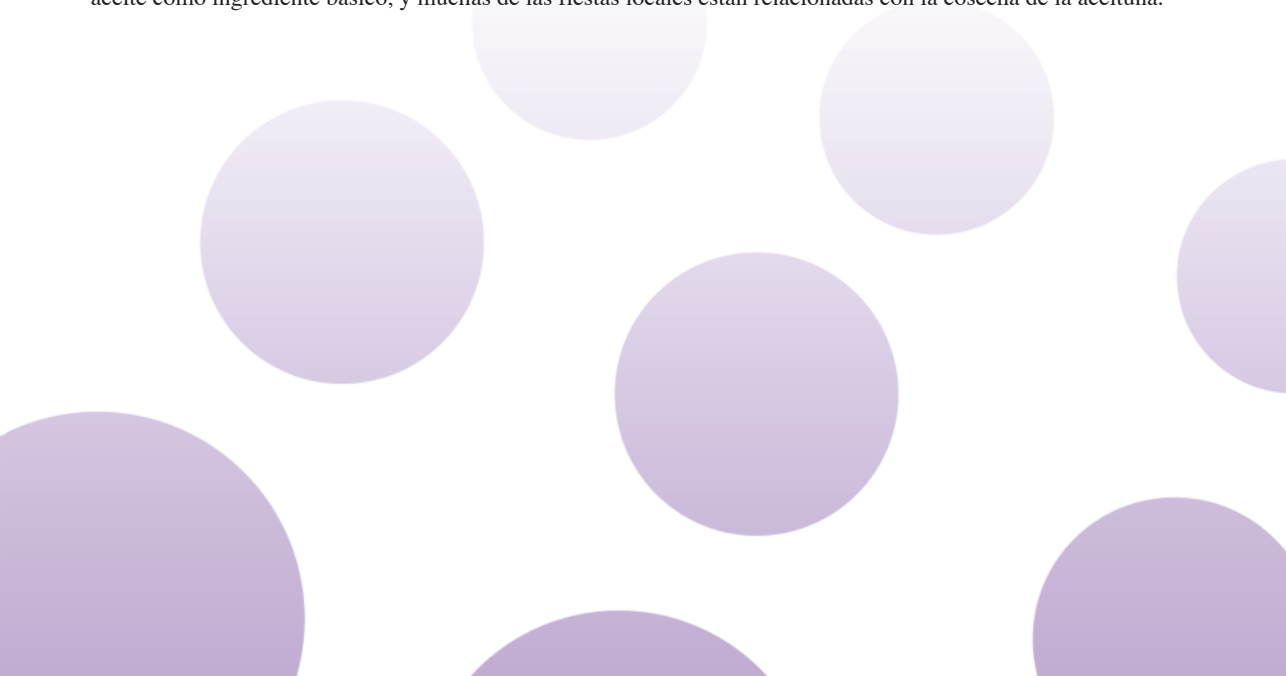
La comarca de Sierra Morena Cordobesa se extiende por el norte de la provincia de Córdoba limitando con las provincias de Jaén y Sevilla. Tiene una población de unos 28.500 habitantes que se distribuyen entre los municipios de Adamuz, Espiel, Hornachuelos, Montoro, Obejo, Villaharta, Villanueva del Rey y Villaviciosa de Córdoba.

Destaca por su gran riqueza ambiental ya que en su territorio existen dos Parques Naturales: El Parque Natural Sierra de Hornachuelos y el Parque Natural Sierra de Cardena y Montoro, además de que cerca del 80% de su territorio está incluido en la Red Natura 2000.

El olivar ocupa la mayor superficie total cultivada, aportando por tanto la mayoría del valor total de la producción agrícola. Olivos que se cultivan desde tiempos muy antiguos y que han surtido a la comarca con un producto de excepción, el aceite de oliva, que junto con la aceituna han estado siempre presentes en la cocina serrana.

La evolución histórica de la gastronomía de Sierra Morena Cordobesa es difícil de conocer, ya que sus orígenes están repletos de mitos que suplen la falta de datos, aún así podemos asegurar que ha sufrido transformaciones e innovaciones en el transcurso de los años. La cocina popular de una zona se apoya en las peculiaridades de los productos naturales que hay en cada región, por tanto, la cocina de Sierra Morena Cordobesa se basa en los productos de la Sierra y en el aceite de oliva.

El aceite y las aceitunas aparecen en todos los ámbitos de la vida de la población local: con el aceite se elabora el desayuno propio de los fanegueros, la aceituna forma parte de la gastronomía de Sierra Morena como entrante o aperitivo en las comidas ya que son muchas las variedades que existen, numerosos platos, incluso postres tienen al aceite como ingrediente básico, y muchas de las fiestas locales están relacionadas con la cosecha de la aceituna.





## Albóndigas con Carne de Monte en Caldo

---

### Ingredientes

½ kilo de carne picada de jabalí, ½ kilo de carne picada de venado, 150 gramos de jamón serrano con tocino, 1 copa de vino blanco, 1 ramita de perejil, 6 dientes de ajos, 2 huevos, 3 cucharadas de migas de pan, 1 hueso de canilla de cerdo, 1 trozo de tocino añejo, 2 hojas de laurel, agua y sal.

### Preparación

Comenzamos poniendo al fuego una olla con agua a la que le añadiremos la mitad de los ajos, las hojas de laurel, el hueso de canilla de cerdo y el trozo de tocino añejo. Mientras que va hirviendo este preparado hasta que se transforme en un delicioso caldo, iremos preparando la masa para luego hacer las albóndigas. En primer lugar juntamos los dos tipos de carnes, ya picada, en un barreño y le agregamos el resto de los ajos junto con el perejil, ambos muy picaditos, el vino, los huevos, las migas de pan, previamente humedecidas, el jamón junto con su tocino cortado muy finamente y su sal.

Removemos bien todo ello hasta obtener una especie de pasta compacta. Cuando la tengamos nos dispondremos a formar las albóndigas, cuyo tamaño no debe ser demasiado grande.

El caldo, en el que se habrá transformado el agua con los distintos ingredientes que ha estado cociendo, se cuele y en éste incorporaremos las albóndigas. Sazonamos convenientemente. Dejamos cocer todo el conjunto unos minutos antes de servir las.

## Conejo en Escabeche

### Ingredientes

1 conejo, 1 cucharilla de pimienta negra en grano, 8 huevos, 3 dientes de ajos, 1 litro de agua, 3 hojas de laurel, 1 cucharilla de comino, ½ vaso de vinagre, aceite de oliva virgen extra, harina fina de repostería y sal.

### Preparación

En una olla, de las denominada “puchero”, se echa agua, a la que le añadiremos los ajos, el vinagre y las hojas de laurel. En este preparado, incorporamos el conejo, previamente bien limpio y troceado. Dejamos cocer hasta que se ponga tierno. Llegado ese momento lo sacamos del recipiente y se deja escurrir en una escurridera. Posteriormente los enharinamos y después se fríe en abundante aceite.

Por otra parte, ponemos a cocer cinco de los ocho huevos. Posteriormente se pelan y separaremos las claras de las yemas. Reservamos.

Los ajos, con los que hemos cocido el conejo, se machacan en un mortero junto con el comino, la pimienta en grano y las yemas de los huevos que antes cocimos. Este majado que obtendremos se incorpora al líquido donde se coció la carne y lo pasamos todo por un colador. A este caldo se le pone los trozos de conejo que tenemos frito más las claras de los huevos duros troceadas. Dejamos que todo cueza unos minutos y ya tendremos hecho este Conejo en escabeche que ha de tomarte muy frío.





## Sopa de Menudillos

### Ingredientes

½ aceite de oliva virgen extra, 1 tomate, 2 dientes de ajos, 1 pimiento verde, 1 copa de vino blanco, ½ cartirilla de colorante amarillo alimentario, 2 mollejas de pollo, 2 higadito de pollo, ½ cucharilla de pimienta molida, 1 cucharada sopera de perejil picado, 2 huevos, 100 gramos de jamón serrano, los menudillos (tripas) de un pollo, vinagre, sal, agua y pan.

### Preparación

Los menudillos del pollo se abren, con la ayuda de unas tijeras de cocina, y se lavan perfectamente con vinagre y sal. Después los enjuagamos. Exactamente lo mismo que hemos hecho con los intestinos, hacemos con las mollejas. Ambas viseras, ya limpias, las cortamos a trozos muy pequeñitos y se reserva.

El tomate, los dientes de ajos y el pimiento, tras haberlos cortado muy finamente, se echan en una cacerola con el aceite de oliva para hacer con ellos un sofrito. Cuando lo tengamos, incorporamos el menudillo junto con las mollejas, la copita de vino más la pimienta negra molida y el jamón picado. Agregamos el perejil. Se echa bastante agua y dejamos cocer todo el tiempo necesario hasta que se pongan tiernos. Llegado ese momento se le incorpora los higaditos de pollo troceado y el colorante.

Los huevos los cocemos hasta que se pongan duros y le extraemos sus yemas. Éstas las agregamos al caldo, pero majadas en un mortero para evitar que se vean los trozos amarillos y también para que el caldo quede trabado. Las claras de los huevos se pican y se le echa a la sopa. Finalmente se le añade el pan cortado a rodajas finas y se sirve al momento muy caliente.

## Arrope de Calabaza

### Ingredientes

- 12 litros de mosto
- 1 cucharada de harina
- Pan
- Calabaza

### Preparación

El mosto se pone en una caldera grande, y se le echa la harina. Se enciende la lumbre y dejaremos hervir durante 3 horas, aproximadamente. A continuación se retira del fuego y cuando haya perdido un poco de temperatura se pasa a otro recipiente.

Al día siguiente, se echa nuevamente en la misma caldera que utilizamos el día de antes. La harina se habrá asentado en el fondo del recipiente por lo que solo quedará el mosto.

La calabaza, después de pelarla, se corta a trozos pequeños y se deja en agua de cal durante veinticuatro horas, luego se escurre y se cuece en el arrope durante dos horas. Tras esta operación ya habremos obtenido esta antiquísima especialidad, que debe tener una textura oscura muy parecida a la miel de caña. Se consume frío, o al menos a temperatura ambiente y se conserva en orzas.





## Pestiños de Sierra Morena

---

### Ingredientes

¼ litro de aceite, 2 cucharillas matalahúva, 400 gramos de harina fina, aproximadamente, ½ litro de vino no muy seco, 300 gramos de miel de abeja, 1 limón, 125 gramos de azúcar, ½ vaso de zumo de naranja y ½ cucharilla de levadura en polvo.

### Preparación

Echamos el aceite en una sartén junto con la cáscara del limón. Dejamos que ésta se fría totalmente hasta que quede dorada. Cuando esto ocurra la retiramos para hacer lo mismo con la matalahúva. Reservamos el aceite ya colado para echarlo en un recipiente adecuado donde lo mezclaremos con el vino, el zumo de naranja, la levadura y la harina que admita estos ingredientes. Mezclamos todo y dejamos reposar durante media hora aproximadamente.

Se vuelca la masa sobre la mesa de trabajo y con un rodillo la extendemos hasta ponerla fina de poco grosor. Cortamos en tiras, que dejamos reposar unos minutos en una tabla previamente enharinada. Pasado este tiempo formaremos los pestiños y los freímos en aceite de oliva abundante bien caliente.

Una vez fríos se pasan por miel caliente diluida con un poco de agua hirviendo, se escurren y finalmente se emborrian con bastante azúcar.



# Dónde Comer

## ADAMUZ

**Restaurante Chaparro**  
R/CO/00772  
San Andrés, 10  
14430 Adamuz (Córdoba)  
Tfno.: 957 16 71 43

## ESPIEL

**Restaurante Andalucía**  
R/CO/00687  
Ramón y Cajal, 4  
14220 Espiel (Córdoba)  
Tfno.: 957 36 32 88

**Restaurante el Mesón**  
R/CO/00132  
Ctra. Badajoz-Granada, Km.240  
14220 Espiel (Córdoba)  
Tfno.: 957 36 70 00

**Restaurante el Bodegón**  
R/CO/00842  
Polig. Ind. El caño I, 17  
14220 Espiel (Córdoba)  
Tfno.: 957 36 35 89

**Restaurante el Cruce**  
R/CO/00120  
Ctra. Córdoba-Almadén, Km. 39  
14220 Espiel (Córdoba)  
Tfno.: 957 36 70 75

## MONTORO

**Cortijo la Colorá**  
R/CO/00794  
Ctra. Adamuz- Montoro, Km. 9  
14600 Montoro (Córdoba)  
Tfno.: 957 33 60 77

**Restaurante La Primera**  
R/CO/00537  
Avda. Doctor Fleming, s/n  
14600 Montoro (Córdoba)  
Tfno.: 957 16 02 23

**Restaurante el Jardinito II**  
R/CO/00153  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 357  
14600 Montoro (Córdoba)  
Tfno.: 957 16 00 48

**Molino la Nava**  
CR/CO/00109  
Camino del Membrillo, s/n  
14600 Montoro (Córdoba)  
Tfno.: 957 33 60 41

**Restaurante Belsay**  
R/CO/00902  
Plaza del Charco, 20  
14600 Montoro (Córdoba)  
Tfno.: 957 16 25 91

## OBEJO

**Restaurante la X**  
R/CO/00038  
Carretera, 29  
14310 Obejo (Córdoba)  
Tfno.: 957 35 01 88

## VILLAHARTA

**Restaurante Santa Elisa**  
R/CO/00857  
Polígono la Nava, Parc. 2  
14210 Villaharta (Córdoba)  
Tfno.: 605 91 20 64

## VILLANUEVA DEL REY

**Café Español**  
R/CO/00741  
Real, 9  
14230 Villanueva del Rey (Córdoba)  
Tfno.: 957 58 90 77

**Restaurante el Coto**  
R/CO/00834  
Moral, 1-3  
14230 Villanueva del Rey (Córdoba)  
Tfno.: 957 49 21 66

**Restaurante Municipal**  
R/CO/00881  
Ctra. Provincial, 16  
14230 Villanueva del Rey (Córdoba)  
Tfno.: 957 58 90 01

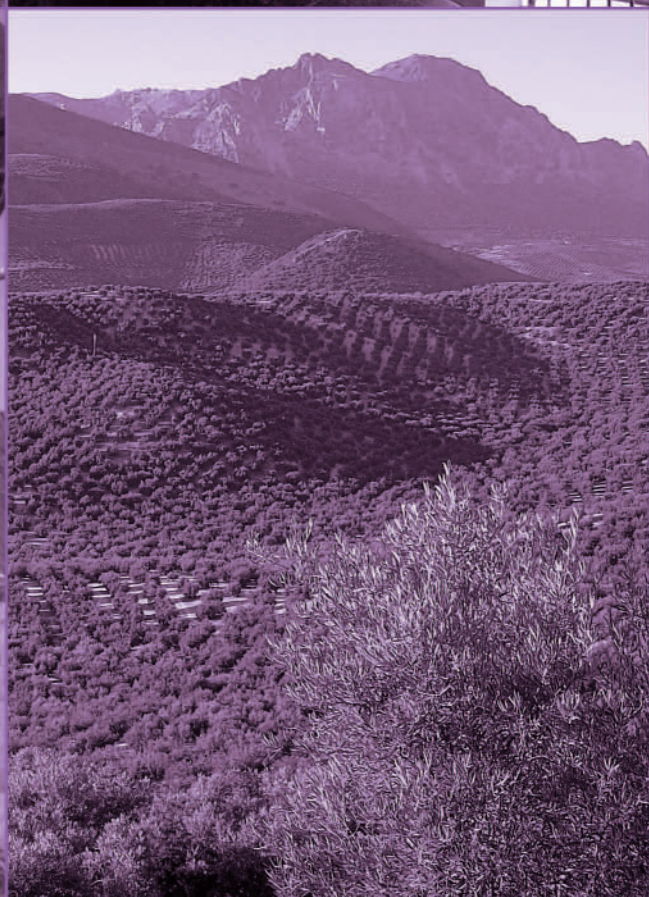
## VILLAVICIOSA DE CÓRDOBA

**Restaurante Al-Andalus**  
R/CO/00738  
Tomás Carretero, 18  
14300 Villaviciosa de Córdoba (Córdoba)  
Tfno.: 957 36 00 02

**Restaurante Ilusión**  
R/CO/00885  
Tomás Carretero, 9  
14300 Villaviciosa de Córdoba (Córdoba)  
Tfno.: 957 36 05 32

## HORNACHUELOS

**El Álamo**  
A/CO/00013  
Ctra. Comarcal 141, km 7,5  
14740 Hornachuelos (Córdoba)  
Tfno.: 957 64 04 76







## Introducción

La comarca de la Subbética Cordobesa, está situada en el centro geográfico de Andalucía, en la zona meridional de la provincia de Córdoba y ocupa una extensión superficial de 1.597 km<sup>2</sup>, lo que supone el 11,6% de la superficie provincial, y el 1,82% del territorio andaluz. Limita geográficamente con los términos municipales de Baena y Nueva Carteya por el Norte, con la provincia de Jaén por el Este, con la provincia de Málaga por el Sur y con los términos municipales de Montilla, Aguilar de la Frontera y Monturque por el Oeste.

Está integrada por catorce municipios que son: Almedinilla, Benamejé, Cabra, Carcabuey, Doña Mencía, Encinas Reales, Fuente Tójar, Iznájar, Lucena, Luque, Palenciana, Priego de Córdoba, Rute y Zuheros.

La comarca de la Subbética Cordobesa posee una amplia personalidad cultural. Los 14 municipios que la forman han desarrollado un folklore autóctono y una gastronomía singular, influenciados por la herencia, el clima y el paisaje del lugar.

La cocina de cualquier territorio o comarca es el resultado de la labor realizada por sus habitantes a lo largo de los años, para convertir en exquisito y apetecible un simple medio de subsistencia o alimento, sirviéndose para ello de los productos que tiene a su alcance, de la imaginación, del trabajo y de la sensibilidad.

La combinación armónica y sutil de olores, sabores y colores, constituyen la base principal de la tarea, del territorio que la cocina popular, basada en el aceite de oliva, pueda considerarse no sólo como un proceso para la elaboración de alimentos, sino como una manifestación cultural en su sentido más amplio.

La cocina tradicional de la Comarca es el resultado de la fusión de las diversas culturas presentes en el territorio a lo largo de los siglos, árabe, judía, andalusí, castellana, etc. Pero también de las costumbres culinarias y alimentos venidos de América: el tomate, el pimiento, la patata, etc, son la base de muchos de los populares platos.

A todo ello se añaden los propios condicionantes físicos que impone la naturaleza de este territorio, lo cual hace tener una amplia gama de productos naturales tales como los productos elaborados del cerdo, de nuestras tradicionales matanzas, las frutas y hortalizas de la huerta, las aceitunas y el vino. Y sobre todo, el zumo de la aceituna que es la base fundamental de la gastronomía Subbética y de su paisaje.



## Sopa de Boquerones

### Ingredientes

1 cebolla mediana, 1 pimiento verde, 2 hojas de laurel, 2 dientes de ajos, 2 tomates, ½ kilo de boquerones, ½ vaso de aceite de oliva virgen extra, 4 huevos, 2 cucharadas soperas de vinagre, ½ carterilla de colorante amarillo alimentario, 2 naranjas, agua y sal.

### Preparación

La cebolla, los tomates, el pimiento y los dientes de ajos, se cortan a trozos grandes y, junto con las hojas de laurel, se echan en una olla a la que le pondremos abundante agua con su sal correspondiente y el aceite. Llevamos al fuego para que cueza durante unos 30 minutos. Pasado este tiempo le incorporamos los boquerones, limpios de vísceras y sin las cabezas. Dejamos cocer un par de minutos. Cuando ya los tengamos se le echa el vinagre.

A continuación sacamos con mucho cuidado, para que no se nos rompa, el pescado y, tras quitarles todas las espinas y desmenuzarlos, se preparan en una fuente de presentación con naranjas picadas y aderezadas con aceite de oliva. De este modo, tendremos dos platos en uno, ya que primero se toma la sopa, a la que le cuajaremos los huevos, y después se sirve, como segundo plato, el pescado con la naranja.

# Salmorejo de Patatas

## Ingredientes

- ¾ kilos de patatas
- 6 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 4 yemas de huevos
- Sal
- Vinagre

## Preparación

Las patatas se lavan perfectamente para asegurarnos que no lleven ningún resto de tierra. Las echamos a una cacerola, se le agrega su sal correspondiente y las ponemos a cocer.

Cuando ya las tengamos cocidas, se mondan y se espachurran con la ayuda de un tenedor o bien con un pasapurés, si queremos que nos resulte una pasta más fina.

A continuación, cuando las patatas aún están calientes, se le agregan las yemas de huevos y éstas se harán perfectamente con el calor que mantienen los tubérculos. Agregamos el aceite y aderezamos con un poco de vinagre. Si fuera necesario se le incorporará un poco más de sal. Se come a temperatura ambiente.





## Mojete de Patatas

### Ingredientes

- 1 kilo de patatas
- 3 dientes de ajos
- 2 rebanadas de pan
- 1 ramita de perejil
- 2 cornetas (pimiento seco rojo alargado)
- ½ cucharilla de colorante amarillo alimentario
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

### Preparación

Una vez peladas las patatas, se cortan a rodajas y se sazonan para luego freírlas en abundante aceite, pero no demasiadas fritas. Cuando ya las tengamos, las echamos a una cazuela grande de barro y reservamos.

Las rebanadas de pan, los dientes de ajos y las cornetas se fríen, en su correspondiente aceite, por separado. Con estos ingredientes hacemos un majado que, posteriormente lo incorporaremos al recipiente donde tenemos las patatas fritas. Se le añade agua mezclada con el colorante amarillo alimentario y llevamos al fuego para dejarlas cocer hasta que estas queden totalmente tiernas.



# Churros de Recocido

## Ingredientes

Leche de oveja, cuajo, canela molida y azúcar.

## Preparación

En un recipiente adecuado, echamos la leche, a la que le habremos puesto su cuajo correspondiente. Sin parar de mover, dejaremos todo el tiempo necesario hasta que veamos que el líquido espese lo suficiente. Cuando esto ocurra y la leche este bien solidificada, nos dispondremos a echarla en el molde correspondiente y así formar el queso.

Una vez que ya esté, éste se prensa para que se le vaya desprendiendo el suero. El cual lo echaremos en una olla y llevamos al fuego. Sin dejar de mover con una espátula de madera, para que no se nos pegue al fondo del recipiente donde lo estamos haciendo, lo dejaremos cocer hasta que el suero cuaje.

Tras esta operación, se pasa a un paño para que suelte todo el líquido y quede solamente lo solido. Esa masa que nos habrá quedado es el llamado recocio, que es una de las dos partes en las que se compone este plato. Se sirve aderezado con un poco de azúcar y espolvoreado de canela molida. Éste último líquido resultante que ha desprendido el recocio, es el churro, que se toma con migas de pan. Y así, con este paso final quedará concluida dicha especialidad.





## Perrunillas

### Ingredientes

- ½ litro de aceite de oliva virgen extra
- 1 kilo de harina fina
- 500 gramos de azúcar
- 6 huevos
- Sal
- 200 gramos de piñones (pelados)

### Preparación

En un barreño incorporamos la harina y le vamos añadiendo, poco a poco, el aceite. Una vez mezclado ambos ingredientes, incorporamos los huevos y el azúcar. Amasamos bien todo el conjunto y de esta masa iremos formando las tortas de unos 10 centímetros de diámetro cada una. Se colocan en una placa de horno, previamente engrasada con aceite de oliva virgen extra, se pintan con huevo batido y se cuecen al horno a una temperatura moderada. A media cocción se les incrusta los piñones sobre la superficie de las tortas.

# Dónde Comer

## ALMEDINILLA

**Restaurante La Bodega**  
R/CO/00751  
Plaza España, 2  
14812 Almedinilla (Córdoba)  
Tfno. 957 70 30 66 - 957 70 33 55

**Restaurante los Cabañas**  
R/CO/00875  
Avda. de Andalucía, 52  
14812 Almedinilla (Córdoba)  
Tfno. 957 70 20 67

## BENAMEJÍ

**Restaurante el Puente**  
R/CO/00607  
El Tejar, 63  
14910 Benamejí (Córdoba)  
Tfno. 957 33 40 59

**Restaurante Fuente Palma**  
R/CO/00816  
P.I. Fuente Palma, parc 61-62  
14910 Benamejí (Córdoba)  
Tfno. 957 53 01 12

**Mesón el Cojo**  
R/CO/00843  
C/ La Feria, 62  
14910 Benamejí (Córdoba)  
Tfno. 957 53 13 22

**Reina**  
R/CO/00098  
Ctra. Madrid-Málaga, Km 501  
14910 Benamejí (Córdoba)  
Tfno. 957 53 06 55

**Puerta del Sol**  
R/CO/00876  
C/ Carrera, 54  
14910 Benamejí (Córdoba)  
Tfno. 957 53 10 77

## CABRA

**Mesón el Vizconde**  
R/CO/00370  
C/ Martín Belda, 16  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 17 02

**Restaurante Los Pelaos**  
R/CO/00539  
Ctra. Estepa-Guadix, Km. 20  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 00 40

**Restaurante Los Pelaos II**  
R/CO/00678  
Paraje los Pelaos S/n  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 54 77

**Mesón San Martín**  
R/CO/00827  
Plaza de España, 6  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 51 31

**Fuente del Río**  
R/CO/00671  
Avda. Fuente del Río s/n  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 26 44

**Restaurante Chalet**  
R/CO/00199  
Avda. Fuente del Río, 18  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 25 16

**Kung-fu**  
R/CO/00602  
Avda. de Andalucía, 48  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 30 58

**La malagueña**  
R/CO/00393  
Avda. José Solís, 47  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 08 27

**Restaurante "El Timón"**  
R/CO/ 00019  
C/ Nicolás Albornoz, 21  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 23 60

**Restaurante "Casa Andrés"**  
R/CO/00601  
C/ Historiador García Montero, 5  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 54 44

**Restaurante "Vado Hermoso"**  
R/CO/00528  
P.I. "Vado Hermoso"  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 40 13

**Restaurante-Pizzería La Bámbole**  
R/CO/00635  
Pepita Jiménez, 6  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 00 07

**Restaurante "Parque Deportivo"**  
R/CO/00115  
Avd<sup>a</sup> Fuente del Río, s/n  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 04 17

**Restaurante Junquillo**  
R/CO/00640  
C/ Junquillo, 5  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 05 69

**La Bodega de Cabra**  
R/CO/00693  
Avd<sup>a</sup> de Andalucía, 1  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 03 93

**Reylo**  
R/CO/00659  
Maestro Francisco Molina, 1  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 40 89

**Feryla**  
R/CO/00792  
Dionisio Alcalá Galiano, 2  
14940 Cabra (Córdoba)  
Tfno. 957 52 47 80

## CARCABUEY

**Mesón Rural La Ronda**  
R/CO/00803  
Avd<sup>a</sup> Constitución, 5  
14810 Carcabuey (Córdoba)  
Tfno. 957 55 33 74

**Restaurante La Zamora**  
R/CO/00803  
Ctra. A-339 Cabra-Priego de Córdoba  
14810 Carcabuey (Córdoba)  
Tfno. 957 70 42 08

## DOÑA MENCIA

**Los Manueles**  
R/CO/00465  
Plaza de España, 4  
14860 Doña Mencía (Córdoba)  
Tfno. 957 67 61 23

**Mesón La Cantina**  
R/CO/00460  
Doctor Fleming, s/n  
14860 Doña Mencía (Córdoba)  
Tfno. 957 67 63 38

## ENCINAS REALES

**Restaurante El Palomar**  
R/CO/00245  
Ctra. Córdoba-Málaga, km 90  
14913 Encinas Reales (Córdoba)  
Tfno. 957 59 80 17

## IZNÁJAR

**Mesón-Restaurante El Charcón**  
R/CO/00777  
Ctra. Lucena-Loja Km. 34  
14970 Iznájar (Córdoba)  
Tfno. 957 53 47 74

**Hermanos Romero**  
R/CO/00228  
Ctra. Lucena-Loja Km. 36  
14970 Iznájar (Córdoba)  
Tfno. 957 53 40 77

## LUCENA

**Las Palomas**  
R/CO/00274  
Ctra. Córdoba-Málaga km 74  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 29 79

**Al Andaluz**

R/CO/00469  
Casa Tejada s/n. Navas del Selpillar  
14900 Lucena (Córdoba)

**Agua Nevada**

R/CO/00718  
Ctra. Lucena-Rute km. 3  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 51 67 68

**La Alegría**

R/CO/00695  
Avdª Guardia Civil, s/n  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 24 35

**Cafetería Oasis**

R/CO/00524  
Ctra. Córdoba- Málaga  
14900 Lucena (Córdoba)

**Casa Manolo**

R/CO/00194  
Ctra. Madrid-Málaga, km 478  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 01 47

**Dragón Rojo**

R/CO/00533  
San Francisco, 29  
14900 Lucena (Córdoba)

**Gran Hong Kong**

R/CO/00562  
Ronda de San Francisco, 8  
14900 Lucena (Córdoba)

**Isla de la Calma**

R/CO/00546  
Ronda de San Francisco, 5  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 17 22

**Los Gallos**

R/CO/00817  
Martín Hurtado, 1  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 18 78

**Los Olivares**

R/CO/00580  
Avda. Guardia Civil, 11  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 16 75

**Muñoz**

R/CO/00361  
C/ Cabrillana, 108  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 10 52

**Tántalo**

R/CO/00709  
Ctra. A-331, km 6  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 88 87

**Tres Copas**

R/CO/00788  
Parroco Joaquín Jiménez Muriel, 70  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 03 73

**El Foro**

R/CO/00873  
Iglesia, 24 - 14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 51 90 74

**Araceli**

R/CO/00157  
Avda. del Parque, 10  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 17 14

**El Valle**

R/CO/00769  
Federico García Lorca, 14  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 19 74

**Mesón el Toro**

R/CO/00669  
Avda. Sta. Teresa, 3  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 15 33

**Melilla**

R/CO/00175  
C/ Arévalo, 57-1º  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 14 31

**Asador Los Bronces**

R/CO/00516  
Ctra. Málaga, km. 74  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 51 62 80

**Olimpo**

R/CO/00477  
El Peso, 36  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 00 72

**El Paraíso**

R/CO/00439  
Prolong. Juego de Pelota s/n  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 51 30 85

**Monte de Aras**

(La Manzana de Adán)  
R/CO/00531  
Avda. De la Guardia Civil, 7  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 15 95 -  
957 50 17 92

**Las Peñuelas**

R/CO/00472  
Ctra. Lucena-Andújar, km. 299  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 11 41

**Restaurante**

Via Venetto  
R/CO/00427  
El Peso, 18  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 04 25

**El Cortijo**

R/CO/00575  
Ancha, 87  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 00 33

**El Berrocal**

R/CO/00630  
Polígono de la Viñuela, s/n  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 51 63 62

**El Polígono**

R/CO/00220  
Ctra. Córdoba-Málaga, km. 470  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 24 88

**Mesón Leo**

R/CO/00026  
Ctra. Córdoba-Málaga, km. 741  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 02 45

**Avenida**

R/CO/00216  
Avdª José Solís, 31  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 02 46

**Las Marismas**

R/CO/00492  
Ctra. Córdoba-Málaga, km. 70  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 59 07 69

**Restaurante Mariceli**

R/CO/00175  
Ctra. Córdoba, km. 469  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 13 92

**Restaurante Los Pinos**

R/CO/00357  
C/ Paseo Viejo, 34  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 26 22

**Restaurante El Prado**

R/CO/00376  
Ctra. Rute, Km. 26  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 50 17 02

**Restaurante Fuente**

de la Virgen  
R/CO/00432  
Ctra. Sierra de Aras, Km. 2,1  
14900 Lucena (Córdoba)  
Tfno. 957 51 51 27

**LUQUE****Huerta de San Rafael**

R/CO/00428  
Ctra. N-432. Km. 340 Estación de Luque  
14880 Luque (Córdoba)  
Tfno. 957 66 74 97

**Nicol's**

R/CO/00577  
Estación de Luque  
14880 Luque (Córdoba)  
Tfno. 957 66 73 02

**Manolito**

R/CO/00455  
Ctra. N-432, km. 343  
14880 Luque (Córdoba)  
Tfno. 957 66 76 98

**Mesón la Aurora**

R/CO/00450  
Marbella, 2  
14880 Luque (Córdoba)

**Villa de Luque**

R/CO/00624  
Plaza de España, 1  
14880 Luque (Córdoba)  
Tfno. 957 66 76 57

**PRIEGO DE CÓRDOBA****Restaurante****Balcón del Adarve**

R/CO/00735  
Paseo de Colombia, 26  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 70 75

**Restaurante El Europa**

R/CO/00421  
Prolongación de San Luis, 1  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 02 53

**Restaurante La Alhambra**

R/CO/00647  
Avda. De la Juventud  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 12 21

**Restaurante****La Fuente de Zagrilla**

R/CO/00597  
Iglesia, s/n  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 37 34

**Barbacoa Leo**

R/CO/00594  
Ramón y Cajal, 65  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 05 08

**Restaurante El Aljibe**

R/CO/00698  
Abad Palomino, 3  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 18 56

**Restaurante El Virrey**

R/CO/00736  
C/ Solana, 14  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 30 03

**Gamba Dorada**

R/CO/00572  
Avdª de España, 47  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 16 27

**Hostal Rafi**

R/CO/00649  
C/ Isabel La Católica, 4  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 70 07

**Restaurante La Milana**

R/CO/00895  
Paseo de la Milana S/n  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 72 27

**Los Arcos**

R/CO/00494  
San Fernando, 3  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 90 29

**Los Faroles**

R/CO/00551  
Ntra. Sra. De los Remedios, 14  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)

**Memphis**

R/CO/00371  
Paseo de la Milana S/n  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 13 04

**Mesón La Puente Nueva**

R/CO/00588  
A-339 Cruce Aldea Concepción  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 72 00 06

**Restaurante Los Llanos**

R/CO/00780  
Ctra. A-333 km 6  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)

**Mesón Los Manueles**

R/CO/00628  
C/ Caracolas, 39  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 19 70

**Mesón El Telar**

R/CO/00714  
C/ Buen Suceso, 2  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 32 23

**Monte Campillo**

R/CO/00568  
Ctra. Monturque-Alcalá, km. 46  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 70 12 21

**Restaurante Río**

R/CO/00651  
C/ Río, 5  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)  
Tfno. 957 54 00 74

**Ying Bin**

R/CO/00549  
Lozano Sidro, 12  
14800 Priego de Córdoba (Córdoba)

**RUTE****Mesón Los Naranjos**

R/CO/00523  
C/ Blas infante, 48 - 14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 53 24 66

**Casa Hernández**

R/CO/00629  
C/ Blas infante, 48  
14960 Rute (Córdoba)

**Casa Jiang**

R/CO/00700  
C/ Blas Infante, 52  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 53 26 00

**Nueva Idea**

R/CO/00800  
Ctra. Málaga s/n  
14960 Rute (Córdoba)

**Restaurante Primavera**

R/CO/00710  
C/ Blas Infante, 1  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 53 24 66

**Rincón del Parque**

R/CO/00840  
Duquesa, 6  
14960 Rute (Córdoba)

**El Balcón**

R/CO/00868  
Ctra. Rute-Encinas Reales, km 0,2  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 53 94 04

**Restaurante El Vado**

R/CO/00593  
Ctra. Lucena-Rute, Km. 14,7  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 33 45 05

**Restaurante El Cortijo**

R/CO/00797  
C/ Las Piedras, 3  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 53 21 58

**Restaurante Casa Mariano**

R/CO/00752  
C/ Málaga, 48  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 53 29 74

**Juanito**

R/CO/00770  
Duque, 22  
14960 Rute (Córdoba)  
Tfno. 957 59 89 72

**ZUHEROS****Mesón los Palancos**

R/CO/00644  
Plaza de la Paz, 1  
14870 Zuheros (Córdoba)  
Tfno. 957 69 45 38









## Introducción

---

**L**a comarca situada en el arco noreste de la vega de Granada comprende un ámbito de actuación integrado por 12 municipios: Alfacar, Beas de Granada, Calicasas, Cogollos Vega, Dúdar, Güéjar Sierra, Güevéjar, Huétor Santillán, Nívar, Pinos Genil, Quéntar y Víznar. Ubicados a una distancia media de 15 kms. de la capital de provincia, los municipios gozan de una enorme riqueza medioambiental, con una enorme variedad paisajística y una compleja orografía. Este patrimonio natural tan cercano al ámbito urbano constituye, por tanto, uno de sus principales activos, y hace de la comarca un auténtico Pulmón Metropolitano.

Su situación como franja peri urbana y la existencia de espacios protegidos (Parque Natural de la Sierra de Huétor y Parque Natural y Nacional de Sierra Nevada) que ocupan gran parte de su territorio favorecen el desarrollo turístico y las actividades complementarias al turismo. Entre las más destacadas está la restauración, ya que el Arco Noreste de la Vega de Granada es un área de descanso y esparcimiento tradicional de los/as habitantes del área metropolitana de granada, que generan una gran demanda gastronómica de calidad.

El territorio cuenta con una gastronomía variada, repleta de platos basados en los productos locales, como son las castañas, el pan, las cerezas, las almendras, el mosto, las setas... y muchos más, en los que el aceite de oliva es un ingrediente principal.

El aceite de oliva cada vez cobra más protagonismo a la hora de elaborar platos, encontrar el maridaje perfecto entre los distintos ingredientes y el aceite de oliva utilizado se está convirtiendo en una parte fundamental de la gastronomía de calidad, el punto de acidez, el frutado, el amargo, etc..., que proporcionan los distintos aceites de oliva a los platos es parte fundamental de los mismos. En este sentido el Arco Noreste de la Vega de Granada posee una gran riqueza olivarera, incluso variedades casi endémicas (Loaime) y poco conocidas, que contribuyen en la calidad y variedad de los aceites que se producen. Esta variedad permite encontrar, a los restauradores, el maridaje perfecto entre el plato a elaborar y el aceite, para obtener la máxima calidad en sabor de cada propuesta gastronómica.



## Alimoje con Bacalao

---

### Ingredientes

½ kilo de bacalao, 3 dientes de ajos, 2 rebanadas de pan, 2 pimiento rojo seco, harina fina de repostería, aceite de oliva virgen extra, sal y agua.

### Preparación

El bacalao lo pondremos en remojo un día antes de su elaboración. Pasado este tiempo se escurre y lo cortaremos a trozos para enharinarlos y luego freírlos en el aceite de oliva virgen extra correspondiente, sin mucha cantidad. Una vez frito lo reservamos.

En ese aceite que nos ha quedado, freiremos, por separado, los ajos, las rebanadas de pan y el pimiento rojo seco. Estos ingredientes los ponemos en un mortero para machacarlos perfectamente. A éste majado le añadimos el aceite donde hemos frito todo, más un poco de agua y en esta salsa que habremos obtenido incorporamos el bacalao que antes preparamos, rectificamos de sal y dejamos cocer unos minutos para que se incorporen bien todos los ingredientes.

# Ajopollo

## Ingredientes

- 1 kilo de patatas
- 3 dientes de ajos
- ½ vaso de aceite de oliva virgen extra
- 6 almendras
- ½ cebolla
- 1 zanahoria
- 5 rebanadas de pan
- 4 huevos
- Caldo de cocido
- Sal

## Preparación

Primeramente, se fríen las almendras, las rebanadas de pan y la cebolla. Con estos ingredientes hacemos un majado que reservaremos. En ese mismo aceite que hemos usado se sofríen los ajos y se rehogan las patatas partidas con la zanahoria, que ya se habrán cortado a trozos. Se le añade el agua necesaria para que puedan cocer y posteriormente incorporamos el majado anterior.

Cuando todo esté tierno se vuelca en una olla en la que tendremos el caldo de cocido. Cascamos los huevos y una vez cuajados ya tendremos a punto este Ajopollo.





## Perolilla

---

### Ingredientes

6 tomates secos, 100 gramos de panceta de cerdo fresca, 100 gramos de longanizas,  $\frac{1}{2}$  vaso de aceite de oliva virgen extra y sal.

### Preparación

A los tomates secos le damos un ligero hervor, al objeto de hidratarlos y también para que se le desprenda la sal con los que fueron secados. Tras esta operación, los ponemos a escurrir.

Mientras tanto, en una sartén con el aceite, freímos la panceta fresca de cerdo. Cuando la tengamos, se saca y en ese mismo aceite rehogamos la longaniza, también troceada.

En una perolilla juntamos el tomate, partido a trozos, la panceta y la longaniza. Removemos bien todo ello y de esta forma ya tendremos a punto el plato.

# Gachas Dulces con Ciruelas Pasas

## Ingredientes

1 copa pequeña de anís, 1 cucharilla de matalaúa,  $\frac{3}{4}$  litros de leche, 2 rebanadas de pan, 75 gramos de harina fina de repostería, 3 cucharadas soperas de azúcar, 1 cucharilla de canela molida, 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra, 12 ciruelas pasas y  $\frac{1}{2}$  vaso de miel de caña.

## Preparación

Freímos la matalaúa en el aceite de oliva virgen, pasándolos después por un colador a un cazo y le agregamos la harina. Con una espátula de madera movemos bien para que se mezcle todo. Seguidamente añadimos el azúcar y el anís. Sin dejar de mover, en este caso con la varilla o batidor manual de alambre, incorporamos la leche, que debe estar caliente, poco a poco, hasta obtener la consistencia deseada que será similar al de una crema espesa.

En una sartén, freímos el pan cortado en cuadritos. Vertimos la poleá en cuencos individuales, espolvoreamos con canela por encima y servimos con los coscorrones, hechos con el pan que antes cortamos a cuadritos y que luego posteriormente freímos. Por último se rociamos con las ciruelas pasas y un poco de miel de caña antes de servir.





## Leche Frita

### Ingredientes

- $\frac{3}{4}$  litro de leche
- 75 grs. harina fina de maíz
- 250 gramos de azúcar
- 8 huevos
- 1 palillo de canela en rama
- Canela molida
- Corteza de limón

### Preparación

De los  $\frac{3}{4}$  litro de leche ponemos a hervir medio litro, con la corteza de limón, el palillo de canela y 150 gramos de azúcar. En la leche restante disolvemos la harina de maíz en donde mezclamos también la mitad de los huevos batidos. Este preparado lo vertimos en la leche que tenemos aromatizada, retiramos la canela y la cáscara de limón, llevamos al fuego y sin dejar de mover continuamente retiramos cuando empiece todo a espesar.

Vertimos este preparado en un recipiente adecuado y dejamos enfriar, para poderlo cortar en unos cuadrados de aproximadamente unos cuatro o cinco centímetros de lado. Pasamos por huevo batido (de los cuatro recetantes) y pan rallado muy fino. Se fríen en abundante aceite de oliva y se sirven espolvoreados de canela y azúcar.

# Dónde Comer

---

## **ALFACAR**

### **Mesón Restaurante Casa Miguel**

R/GR/01668  
C/ Eduardo Yáñez, 5  
18170 Alfacar (Granada)  
Tfno. 958 54 34 78

## **COGOLLOS VEGA**

### **Restaurante Géminis**

R/GR/01618  
Paseo del Peñón de la Mata, 25  
18211 Cogollos Vega (Granada)  
Tfno. 958 42 21 25 - 666 04 05 71

## **GÜÉJAR SIERRA**

### **Restaurante Casa Chiquito**

R/GR/01439  
Camino del Tranvía, Km 5  
18160 Güéjar Sierra (Granada)  
Tfno. 958 48 40 17  
Fax: 958 48 48 54  
restaurantecasachiquito@hotmail.com

### **Restaurante Estancia La Solana**

Camino de Charcón, S/N  
18160 Güéjar Sierra (Granada)  
Tfno. 958 48 40 09 - 639 58 98 61  
Fax. 958 22 35 77  
cortijolasolana@msn.com

## **HUÉTOR SANTILLÁN**

### **Restaurante La Ermita de Santillán**

R/GR/01688  
Ctra. Murcia, 1  
18183 Huétor Santillán (Granada)  
Tfno. 958 54 64 06

## **VÍZNAR**

### **Restaurante El Horno de Vínzar**

R/GR/01235  
Avda. Andalucía, 1  
18179 Vínzar (Granada)  
Tfno. 958 54 02 53 - 649 72 52 47  
hornoviznar@hotmail.com









## Introducción

La zona de actuación del Grupo de Desarrollo Rural del Valle de Lecrín, Temple y Costa se localiza entre la vertiente suroccidental de Sierra Nevada por el Este, las Sierras de Tejeda, Almajara y Alhama por el Oeste, la Vega de Granada por el Norte y la costa de Granada por el Sur, en lo que supone una situación estratégica dentro de la provincia de Granada ya que constituye la vía natural de comunicaciones entre la capital, la Costa Granadina y las Alpujarras. Sin embargo, pese a ser la zona de paso entre las áreas más pobladas y desarrolladas de la provincia, se trata de un territorio puramente rural en el que los municipios del eje central (Alhendín, Padul y Dúrcal) concentran la mayor parte de los servicios y constituyen los motores del desarrollo económico del territorio.

Tierras marcadas por la tradición, el contraste y el exotismo de colores y aromas que nos sorprenden, inundando los paisajes y la cocina tradicional y moderna desde la Costa Tropical, donde el olivar se mezcla con cultivos subtropicales y aromas costeros, hasta el Temple donde el olivar se hermana con cultivos de cereal, sin olvidar el Valle de Lecrín, en el que el olivar se asocia con naranjos y demás frutales creando un paisaje único.

En total son 21 los municipios que engloba este territorio, agrupados en tres áreas de características diferentes: la zona de El Temple (Agrón, Chimeneas, La Malahá, Escúzar, Ventas de Huelma y Alhendín), situada al Sur de la Vega de Granada y muy cerca del área metropolitana de Granada, que aún mantiene su carácter agrícola con fuerte presencia de cultivos de cereal, olivos, almendros y huertas en los entornos urbanos; el Valle de Lecrín (Padul, Dúrcal, El Valle, El Pinar, Lecrín, Albuñuelas, Villamena y Nigüelas) se encuentra en la vertiente meridional de Sierra Nevada, constituyendo una magnífica solana que, resguardada de los vientos fríos del norte por la propia sierra, goza de un auténtico microclima que ha permitido al hombre crear una agricultura intensiva en terrazas, completamente diferente a la del resto de la provincia; por último, la Franja prelitoral de Granada (Vélez de Benaudalla, Los Guájares, Molvízar, Ítrabo, Jete, Lentegí y Otívar) se caracteriza por su abrupto relieve y una vegetación frondosa basada en cultivos subtropicales.



## Pimentón de Calabaza

---

### Ingredientes

½ kilo de calabaza, ¼ kilo de sardinas, 1 pimiento verde, 1 tomate grande maduro, 1 cebolla mediana, 1 hoja de laurel, 2 dietes de ajos, ½ cucharilla de comino en grano, 2 granos de pimienta, 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra, 3 pimientos asados, 2 cucharadas soperas de vinagre, ½ carterilla de colorante amarillo alimentario y sal.

### Preparación

Después de pelar y trocear la calabaza, la ponemos a cocer con el agua justa para ello. Agregamos el tomate abierto, el pimiento y la cebolla, ambos picados y la hoja de laurel. Cuando el tomate esté cocido, lo sacamos para majarlo, sin la piel, en un mortero junto con los dientes de ajos pelados, el comino y la pimienta. A este majado se le añade el vinagre y el aceite de oliva.

Este preparado se lo incorporamos a la calabaza, cuando ésta esté cocida, sin que le retiremos el agua de la cocción. Se le pone también el colorante. A continuación se le añade las sardinas, limpia de cabezas, viseras y escamas pero con sus rasas. El mismo calor que aún conservará el guiso, será suficiente para que se haga el pescado.

Finalmente, antes de presentar para servir, se le añade el pimiento asado cortado a tiras.

## Remojón de Naranja

### Ingredientes

- 1 kilo de naranjas
- Tomates secos
- Bacalao asado
- 1 cebolleta
- Aceitunas negras
- Ajos asados
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- El zumo de naranja
- 2 tomates
- 2 huevos duros

### Preparación

Se trata de un plato de temporada que incluye algunos de los productos más típicos de la comarca del Valle de Lecrín, las naranjas, las aceitunas negras aliñadas y el aceite de oliva, todos producidos en el territorio.

Se pican las naranjas y los tomates en cascos. La cebolleta se pica muy pequeña, junto con los ajos y los tomates secos. Una vez picados todos los ingredientes, se juntan en una fuente y se aliñan por encima con el aceite y la sal, y se le añade el huevo duro picado, el bacalao y las aceitunas negras. Por último se añade un chorreón de zumo de naranja.





## Patatas con Aceite y Vinagre

---

### Ingredientes

1 kilo de merluza, 1 cebolla, 1 ramita de perejil, 1 cabeza de ajo,  $\frac{1}{2}$  vaso de aceite de oliva virgen extra,  $\frac{1}{4}$  vaso de vinagre, sal y agua.

### Preparación

Tras pelar las patatas, se cortan a trozos pequeños y las ponemos a cocer con su agua correspondiente en una cacerola junto con la cebolla pelada entera, el diente de ajo sin pelar y la ramita de perejil. Cuando rompe el primer hervor, se le incorpora el aceite más el vinagre.

Finalmente, a media cocción, se le añade la merluza troceada. Se sazona todo a punto y cuando las patatas están tiernas ya tendremos el plato a punto.

El pescado, en este caso la merluza, que se le ha incorporado, puede ser sustituido por almeja o cualquier otro marisco. Asimismo, opcionalmente, este plato se puede tomar con una salsa mayonesa.

# Buñuelos de Viento

## Ingredientes

- 3 cucharadas de azúcar
- 3 huevos
- 6 cucharadas de harina fina de repostería
- 1 punta de cucharilla pequeña de levadura en polvo

## Preparación

Comenzamos separando las claras de las yemas para preparar un merengue con el azúcar. A continuación se incorporan las yemas bien batidas, sin dejar de mover continuamente, vamos incorporando, pausadamente, la harina junto con la levadura.

En una sartén con su correspondiente aceite de oliva en abundancia, puesta al fuego para que tome buena temperatura, iremos echando cucharadas del preparado anterior que al tomar contacto con el aceite caliente se formarán los buñuelos. Cuando estén bien fritos y dorados, se sacan y se depositan en una bandeja en la que habremos colocado papel absorbente para evitar que queden demasiado grasientos.





## Tostones

---

### Ingredientes

- 4 rodajas grandes de pan asentado, del día anterior
- 1 vaso de zumo de naranja natural
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra
- 3 cucharadas soperas de azúcar (opcional)

### Preparación

Ayudado de un pincho adecuado en el que ensartaremos el pan, pondremos a asar las rebanadas. Una vez bien tostadas, se sacan de la brocheta donde la hemos tostados. A continuación, ya puestas directamente en el plato donde se van a servir, se empapan bien con el zumo de naranja. Rociamos con el aceite y de esta forma ya lo tendremos a punto para tomar.



# Dónde Comer

## TEMPLE

### **CASTILLO DE TAJARJA, CHIMENEAS**

#### **Restaurante El Olivo**

R/GR/01563

C/ Constitución, 12 - 18329 Castillo de Tajarja, Chimeneas (Granada)  
Tfno. 958 55 74 93

### **VENTAS DE HUELMA**

#### **Mesón Las Eras**

Avenida de Andalucía, nº 39  
18131 Ventas de Huelma (Granada)  
Tfno. 958 55 71 58

#### **Restaurante Casa Lucinao**

R/GR/01059

C/ Carretera de Alhama, km. 20  
18131 Ventas de Huelma (Granada)  
Tfno. 958 58 31 02

## VALLE DE LECRÍN

### **DÚRCAL**

#### **La Buhardilla**

Plaza Magnolios s/n.  
18650 Dúrcal (Granada)  
Tfno. 958 78 15 46

### **MELEGÍS, EL VALLE**

#### **Mesón Los Naranjos**

Avenida del Valle, nº 32.  
18658 Melegís, El Valle (Granada)  
Tfno. 958 79 34 14

### **PADUL**

#### **La Bodega del Próximo**

Camino de Escúzar, nº 6.  
18640 Padul (Granada)  
Tfno. 958 77 32 45  
[www.bodegadelproximo.com](http://www.bodegadelproximo.com)

#### **La Cantina de Manuel**

Avenida de Andalucía s/n  
18640 Padul (Granada)  
Tfno. 958 79 61 15

### **RESTÁBAL, EL VALLE**

#### **Mesón la Despensa del Valle**

R/GR/01714

C/ Santa Ana, nº 5.  
18658 Restábal, El Valle (Granada)  
Tfno. 958 79 35 98 / 958 79 35 31

## COSTA

### **OTÍVAR**

#### **“Aca Vicente Zamora” Mesón Bar Madera**

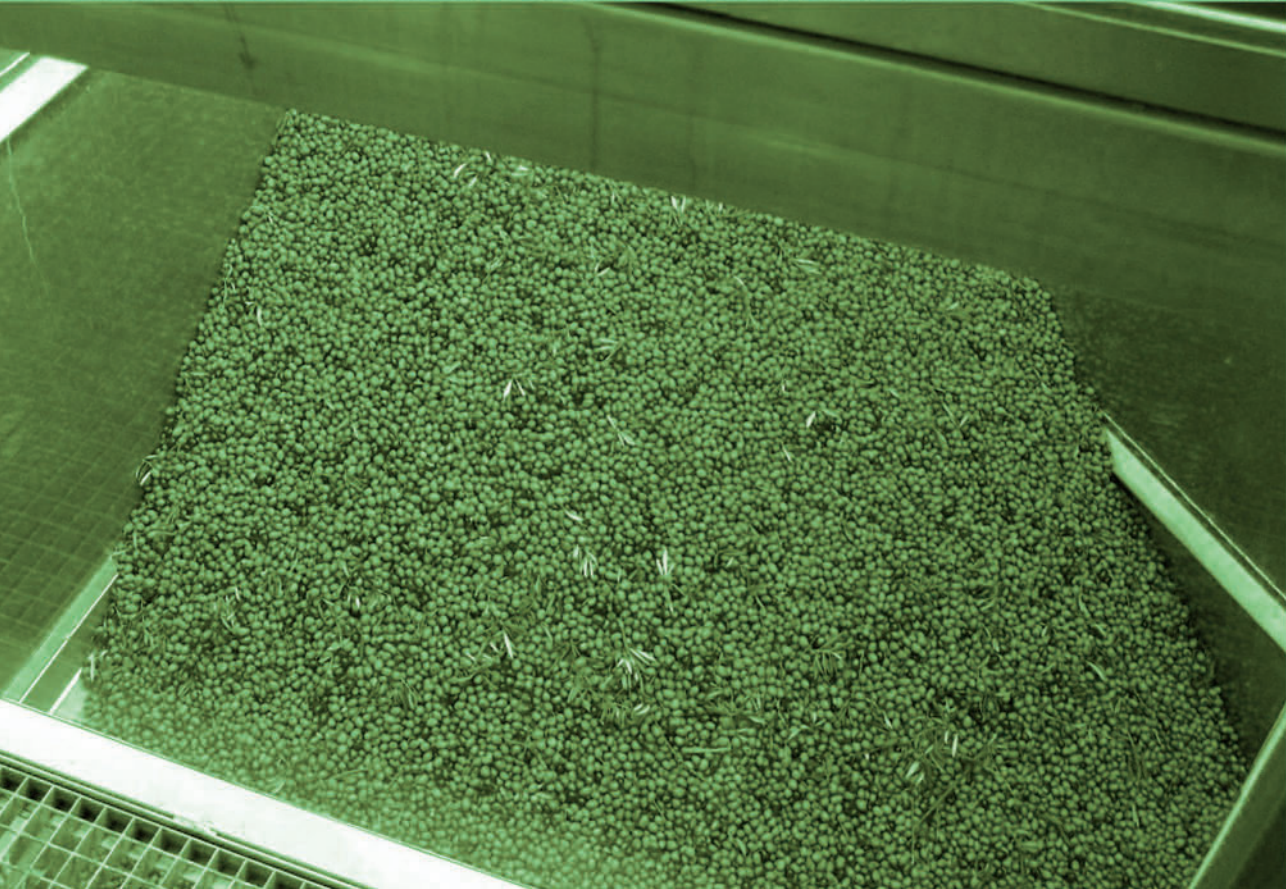
C/ Cuevas, nº 16  
18698 Otívar (Granada)  
Tfno. 958 64 50 63  
[restaurante@acavicentezamora.es](mailto:restaurante@acavicentezamora.es)

#### **Restaurante Buenavista**

Carretera del suspiro, Nº 6  
18698 Otívar (Granada)  
Tfno. 958 64 50 82

#### **Restaurante El Capricho**

R/GR/01449  
C/ Carretera s/n  
18698 Otívar (Granada)  
Tfno. 958 64 50 75 - 958 64 41 32  
[www.elcapricho-otivar.es](http://www.elcapricho-otivar.es)







## Introducción

La Campiña Norte de Jaén es pieza clave en el rico patrimonio histórico, cultural y natural de Andalucía. Con una población de 145.567 habitantes distribuidos en los 3.487 Km<sup>2</sup> de extensión superficial, limita al norte con la provincia de Ciudad Real y al oeste con la de Córdoba, ocupando una zona de transición entre Sierra Morena y el Valle del Guadalquivir que da lugar a unos usos y aprovechamientos propios y diferenciados.

Está formada por los municipios de Aldeaquemada, Andújar, Arjona, Arjonilla, Bailén, Baños de la Encina, Carboneros, Cazalilla, Escañuela, Espeluy, Fuerte del Rey, Guarromán, Higuera de Calatrava, Jabalquinto, La Carolina, Lahiguera, Lopera, Marmolejo, Mengíbar, Porcuna, Santa Elena, Santiago de Calatrava, Torredonjimeno, Villanueva de la Reina y Villardompardo.

La producción de aceite de oliva ha definido la economía local de esta comarca, con procesos y productos que responden a tradiciones milenarias, marcando la idiosincrasia de estas tierras. Las señas de identidad, jergas, modos y costumbres de sus habitantes están vinculadas a la recolección y a las labores propias del cultivo y laboreo de los olivos.

La gastronomía de la Campiña Norte de Jaén viene marcada por el uso del aceite de oliva como ingrediente fundamental. Los platos más tradicionales tienen su base en los productos de la huerta, en la carne de caza y en el indispensable zumo de la aceituna, estando presente en todas sus recetas el oro verde líquido que, bajo la Denominación de Origen del aceite de oliva “Campiñas de Jaén”, se produce en la zona, y que suelen estar acompañadas también por los excelentes vinos que igualmente produce esta tierra.

Así, los refrescantes gazpacho, salmorejo y ajoblanco son comidas que no faltan en ninguna casa durante los calurosos veranos de esta tierra. Otros platos típicos son las migas, la ropavieja, el guilindorro, el potaje de habas con berenjenas, la pipirrana, el potaje con garbanzos, el bacalao encebollado y el tradicional hoyo o canto de pan con aceite.

Los pueblos de la Campiña Norte de Jaén también ofrecen un buen surtido de repostería elaborada de forma tradicional. Es el caso de los pestiños, los roscos fritos o los de baño blanco, flores, perrunas, tortas de aceite y matalauva o las mantas, un delicioso bizcocho relleno de crema o chocolate.

Sin duda alguna, la comarca de la Campiña Norte de Jaén es un referente clave para los amantes de la historia, la tradición, las costumbres artesanales ancestrales y la buena mesa; plantea un tremendo abanico de posibilidades que hacen de todos y cada uno de sus municipios, un punto de obligado paso.



## Encebollao

---

### Ingredientes

1 cebolla,  $\frac{1}{2}$  vaso de aceite de oliva virgen extra, 2 tomates grandes maduros, 1 cucharilla de harina fina, 1 cucharilla de pimiento molido, 2 dientes de ajos, 1 cucharilla de comino, 1 hoja de laurel, bacalao (opcional), sal y agua.

### Preparación

En una sartén tipo perol freímos uno de los dos dientes de ajos y lo reservamos. En ese aceite echamos la cebolla cortada a trozos muy pequeños y la hoja de laurel. Una vez frita incorporamos los tomates, ya troceados. Cuando estén fritos, se le añade el comino, el pimiento molido, la harina y su sal correspondiente.

En un mortero, majamos el diente de ajo crudo restante junto con el que antes freímos. A este majado incorporaremos agua y se lo echamos al preparado anterior. Dejamos que todo junto cueza unos minutos y de esta forma ya tendremos el plato a punto. Debe quedar un tanto caldoso, pero no demasiado.

Opcionalmente se le puede añadir bacalao; en este caso se incorporaría desmenuzado, después de haberse frito, previamente desalado.

# Migas de Galiano

## Ingredientes

- 5 tortas de Galiano
- ½ kilo de harina especial para hacer migas
- ¼ kilo de chorizo casero de la matanza
- 1 cabeza de ajos
- 1 vaso de aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Agua

## Preparación

Cortamos el chorizo a trozos pequeños. La cabeza de ajo se desgrana y se echan en el perol sin pelar, para freírlos con el vaso de aceite. Agregamos el chorizo y cuando lo tengamos fritos se sacan y apartan.

En el aceite que nos ha quedado junto con los dientes de ajos, echamos la harina y el agua necesaria hasta alcanzar el punto de una especie de crema. Llegado ese momento incorporaremos las Tortas de Galiano partidas a trocitos. Sazonamos. A partir de aquí estaremos moviendo todo el tiempo necesario hasta obtener las migas.

Las Tortas de Galiano, que le da nombre a estas migas, se confeccionan con la misma masa de pan. Se hacen en el horno. Son muy finas, parecidas a las reñañá. Como regla general siempre se hacían en la tahona de una panadería.





## Guilindorro

### Ingredientes

- 1 conejo
- 1 cucharilla de pimienta molida
- ½ carterilla de colorante amarillo alimentario
- 2 rebanadas de pan
- 3 dientes de ajos
- 2 cucharadas de vinagre
- 1 vaso de aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Agua

### Preparación

En una sartén honda freiremos, por separado, las rebanadas de pan y los dientes de ajos.

En ese aceite que nos ha quedado, rehogamos ligeramente el conejo, que ya tendremos limpio y troceado. Se sazona convenientemente y se le echa el pimienta molida.

A continuación le incorporamos un majado que prepararemos con las rebanadas de pan y los ajos que antes freímos. Agregamos el agua necesaria que haga falta para que se pueda cocer bien la carne y cuando esté tierno ya lo tendremos a punto.



## Roscos de Naranja Fritos

### Ingredientes

- 3 huevos
- 7 cucharadas de azúcar
- 7 cucharadas de aceite de oliva
- 7 de leche
- 2 vasos de zumo
- 1 cucharilla de bicarbonato
- Aceite de oliva para freír
- Azúcar para emborrizar
- Harina fina, la que admita los ingredientes anteriores
- Una corteza de limón

### Preparación

Con la cáscara de limón freímos el aceite que echaremos en un bol, o recipiente similar, con los demás ingredientes excepto la harina y los vamos mezclando hasta conseguir que queden bien incorporados. A continuación, echamos la harina que admita más el bicarbonato, y lo amasamos todo. Cuando ya tengamos hecha esta masa la estiramos y le vamos dando forma a los roscos que freiremos en aceite de oliva bien caliente. Finalmente se emborrian con bastante azúcar.





## Panecillos con Leche

---

### Ingredientes

1 litro de leche, 1 cáscara de limón, 1 rama de canela, 1 cucharadilla de canela molida, 250 gramos de azúcar, 200 gramos de migas de pan, 1 huevos y zumo de oliva.

### Preparación

Comenzamos primeramente haciendo los panecillos. Los cuales prepararemos juntando las migas de pan, con el huevo una pizca de canela y 50 gramos de azúcar. Cuando tengamos hecha la masa, con la ayuda de dos cucharas, formaremos los panecillos cuya figura será similar a la de una croqueta. Se fríen ligeramente y reservamos.

Ponemos la leche en un cazo, le echamos la canela en rama, la cáscara de limón y el resto del azúcar. Llevamos al fuego para que la leche se aromatice con estos ingredientes, posteriormente la colamos y se le incorporan los panecillos que antes hicimos. Dejamos que cueza todo unos minutos y se sirve espolvoreada con canela molida.

# Dónde Comer

## ANDÚJAR

### Del Val

R/JA/00031  
Hnos. Del Val, 1 - 23740 Andújar  
Tfno. 953 500 950 - Fax: 953 506 606  
reservas@hoteldelval.es  
www.hoteldelval.es

### Andújar II

R/JA/00573  
Autovía Andalucía, Km. 316,7 - 23740 Andújar  
Tfno. 953 50 59 01 - Fax: 953 51 09 98

### Casa Garrido

R/JA/00449  
Pol. La Ceca - Parcela 21  
23740 Andújar - Tfno. 953 51 25 67  
gerente@restaurantecasagarrido.com  
www.restaurantecasagarrido.com

### Casa Manolo

R/JA/00710  
C/ San Vicente de Paúl, 10  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 43 81

### Colón

R/JA/00328  
C/ Ejido del Puente, s/n  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 54 31

### Complejo El Botijo

R/JA/00126  
Autovía de Andalucía, Km. 324  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 10 08  
complejoelbotijo@hotmail.com  
www.elbotijo.org

### El Churrasco

R/JA/00534  
Corredera Capuchinos, 24  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 21 20  
elchurraso@lladelsohoteles.com  
www.lladelsohoteles.com

### El Galeón

C/JA/00073  
Corredera de Capuchinos, 10  
23740 Andújar  
Tfno. 953 51 02 77  
felix@restauranteelgaleon.net  
www.restauranteelgaleon.net

### El Parral

R/JA/00332  
Ctra. Santuario, Km. 1,7  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 51 27  
gerente@restaurantelparral.com  
www.restaurantelparral.com

### Gambrinus

R/JA/00567  
Avda. de Londres, s/n  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 71 22  
gambrinusandujar@telefonica.net

### La Mirada

R/JA/00453  
Santuario Virgen de la Cabeza, s/n  
23740 Andújar  
Tfno. 953 54 91 11 - Fax: 953 12 23 41

### Las Cañas

R/JA/00540  
Ctra. Santuario, Km. 2  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 07 20

### Los Naranjos

R/JA/00441  
C/ Guadalupe, 4  
23740 Andújar  
Tfno. 953 51 03 90

### Mesón Pincelín

R/JA/00623  
C/ Alcalá Wenceslada, 36 - 23740 Andújar  
Tfno. 953 51 11 54 - Fax: 953 51 11 54  
lospincelines@lospincelines.com  
www.lospincelines.com

### Mafema

R/JA/00649  
Ctra. Los Villares, Km. 3  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 70 52 - Fax: 953 50 70 52  
mafema@mafema.com  
www.mafema.com

### Memphis

R/JA/00612  
Avda. 12 de Agosto, 20  
23740 Andújar  
Tfno. 953 51 30 09

### Casa Juanito

R/JA/00873  
C/ El Pino, 14  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 67 20

### Cristian

R/JA/00544  
Antigua Ctra. Madrid-Cádiz, s/n  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 76 64  
contacto@restaurantecristian.com  
www.restaurantecristian.com

### El Choto

R/JA/00581  
C/ Pastor Juan de Rivas, 14  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 31 16

### El Tropezón

R/JA/00592  
Ctra. Santuario, Km. 3  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 69 21  
manuel@restauranteltropezon.com  
www.restauranteltropezon.com

### El Buen Gusto

H/JA/00532  
Santuario Virgen de la Cabeza, s/n  
23740 Andújar  
Tfno. 953 12 24 94 - Fax: 953 54 91 18  
julio@logasasanti.com  
www.logasasanti.com

### El Rancho

R/JA/00452  
Ctra. Santuario, Km. 14,2  
23740 Andújar  
Tfno. 953 54 90 53

### El Toledillo

R/JA/00263  
Ctra. Santuario, Km. 5  
23740 Andújar  
Tfno. 953 50 58 00

### La Fundición

R/JA/00765  
Autovía de Andalucía, Km. 325  
(Vía de Servicio) Polígono Ind. La Fundición  
23740 Andújar  
Tfno. 953 505 091

### La Mina

R/JA/00607  
Ctra. de la Estación, 10  
23740 Andújar - Tfno. 953 50 43 25  
info@tabernalamina.com  
www.tabernalamina.com

### Logasasanti

R/JA/00429  
C/ Dr. Fleming, 5  
23740 Andújar - Tfno. 953 500 500  
salvador@logasasanti.com  
www.logasasanti.com

### Los Pinos

R/JA/00336  
Ctra. Santuario, Km. 14 - 23740 Andújar  
Tfno. 953 54 90 23 - Fax: 953 54 90 79  
lospinos@lospinos.es  
www.lospinos.es

### Sierra Luna

A/JA/00049  
Ctra. Alcaparrosa, Km. 6,3 - 23740 Andújar  
Tfno. 653 805 129 - Fax: 953 504 809  
sierra-luna@aproxxima.com  
www.sierra-luna.com

### Tortuga Azul

C/JA/00072  
Pol. Empresarial Europa  
23740 Andújar  
Tfno. 953 51 28 23

### Palacio del Dragón

R/JA/00541  
C/ Emperador Adriano, 9  
23740 Andújar  
Tfno. 953 51 10 27

## ARJONA

### Matalauva

R/JA/00591  
C/ San Diego, 4  
23760 Arjona  
Tfno. 953 50 43 81

### Rey Alhamar

R/JA/00818  
C/ Menéndez Pelayo, 5 - 23760 Arjona  
Tfno. 953 523 508  
abdeslam2525@hotmail.com

## ARJONILLA

### Villa Rosa

R/JA/00119  
Avda. Andalucía, 7  
23750 Arjonilla  
Tfno. 953 50 02 20

## BAILÉN

### Hotel Bailén

R/JA/00875  
Avda. del Parador, s/n - 23710 Bailén  
Tfno. 953 67 01 00 - Fax: 953 67 25 30  
info@hotelbailen.com  
www.hotelbailen.com

### Salvador

R/JA/00872  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 294  
23710 Bailén - Tfno. 953 67 00 38  
repcion@motelsalvador.com  
www.motelsalvador.com

### Zodiaco (HOTUSA)

R/JA/00138  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 294,2  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 10 58 - Fax: 953 67 19 06  
hzodiaco@hzodiaco.com  
www.hzodiaco.com

### 1808

R/JA/00692  
C/ Andújar, 87 - 23710 Bailén  
Tfno. 953 67 22 01

### El Álamo

R/JA/00663  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 293  
23710 Bailén  
Tfno. 953 68 28 42

### El Cordobés

R/JA/00379  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 291  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 33 88 - Fax: 953 67 38 38

### El Paso

R/JA/00041  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 294,5  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 10 50 - Fax: 953 67 21 33  
www.motelsalvador.com  
repcion@motelsalvador.com

### Ideal

R/JA/00697  
C/ Huertas, 12  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 02 64

### La Tasca

R/JA/00584  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 297  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 23 33

### Los Ángeles

R/JA/00174  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 294,7  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 00 10  
Fax: 953 67 17 69

### San José

R/JA/00171  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 298  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 12 01

### El Mirador

R/JA/00792  
Ctra. de las Aguas, 1  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 30 55

### La Bodeguilla

R/JA/00824  
Avda. Manolo Gómez Bur, 48  
23710 Bailén - Tfno. 953 67 28 01  
mesonbodeguilla@telefonica.net

### Regreso

R/JA/00406  
Ctra. Bailén-Motril, Km. 1  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 66 24

### Chino Pekín

R/JA/00554  
C/ Sevilla, 78  
23710 Bailén  
Tfno. 953 67 38 69

## BAÑOS DE LA ENCINA

### Baños

R/JA/00586  
C/ Cerro de la Llanada, s/n  
23711 Baños de la Encina  
Tfno. 953 61 40 68 - Fax: 953 61 34 50  
hrb@hotelbanos.com  
www.hotelbanos.com

### Mirasierra

R/JA/00569  
C/ Bailén, 6 - 23711 Baños de la Encina  
Tfno. 953 61 32 90

## CARBONEROS

### Complejo Los Palomos

R/JA/00610  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 270  
23211 Carboneros  
Tfno. 953 68 21 21 - Fax: 953 68 21 21

### Casa Salvador

R/JA/00562  
C/ Álamos, 10  
23211 Carboneros  
Tfno. 953 66 12 14

### Jorma

R/JA/00275  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 275  
23211 Carboneros  
Tfno. 953 66 00 03

## FUERTE DEL REY

### Salón Mondí

R/JA/00411  
Avda. de Jaén, 29  
23180 Fuerte del Rey  
Tfno. 953 37 60 39

## GUARROMÁN

### Jaima-Park

C/JA/00058  
Autovía de Andalucía, Km. 283,5  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 54 97 - Fax: 953 61 54 96  
info@jaimapark.com  
www.jaimapark.com

### Andamur

R/JA/00599  
Pol. Guadiel, 131  
23210 Guarromán - Tfno. 953 67 62 49  
www.andamur.com/guarroman.aspx

### Diam

R/JA/00383  
Pol. Guadiel - Parcela E7  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 63 35 42

### Casa Chaves

R/JA/00445  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 280  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 61 61 - Fax: 953 61 61 61

### Centro

R/JA/00729  
Avda. de Andalucía, 37 - 23210 Guarromán  
Tfno. 953 616 001

### Gasolinera Guarromán

R/JA/00432  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 282,8  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 61 33 - Fax: 953 61 61 45  
gasolinera guarroman@hotmail.com

### Hojaldres Moreno

R/JA/00621  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 280  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 50 71 - Fax: 953 61 50 71

### Yuma

R/JA/00214  
Autovía de Andalucía, Km. 281  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 50 36 - Fax: 953 615 256

### Venta Los Granaos

R/JA/00661  
Avda. Andalucía, 14  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 52 84

### Virgen de Zocueca

R/JA/00447  
Autovía de Andalucía, Km. 303  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 67 40 02 - Fax: 953 67 39 06

### Don Pepe

R/JA/00340  
Autovía de Andalucía, Km. 303  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 67 33 08

### Carlos III

R/JA/00817  
Antigua Nacional IV, s/n  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 52 69

### El Ventorrillo

R/JA/00626  
Aldea El Ventorrillo, 18  
23210 (Zocueca) Guarromán  
Tfno. 953 67 66 63

### Ids Q8

R/JA/00630  
Pol. Guadiel, 139 - 23210 Guarromán  
Tfno. 953 67 60 08 - Fax: 953 67 60 08

### La Mezquita

R/JA/00470  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 282,2  
23210 Guarromán  
Tfno. 953 61 51 82 - Fax: 953 61 51 82  
info@lamezquita.es  
www.lamezquita.es

## JABALQUINTO

### Juventud

R/JA/00783  
Plaza de España, 10 - 23712 Jabalquinto  
Tfno. 953 61 73 18

**Mesón Juan Ignacio**

R/JA/00801  
Avda. Picasso, s/n  
23712 Jabalquinto

**Los Olivos**

R/JA/00616  
Ctra. Nacional 323, Km. 11,9  
23712 Jabalquinto  
Tfno. 953 61 72 72

**LA CAROLINA****Gran Parada**

H/JA/00240  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 270  
23200 La Carolina - Tfno. 953 66 00 52

**La Toja**

R/JA/00284  
Avda. Juan Carlos I, 2  
23200 La Carolina  
Tfno. 953 66 10 18 - Fax: 953 66 10 00  
info@grupolatoja.es  
www.grupolatoja.es

**Orellana Perdiz**

R/JA/00056  
Ctra. Madrid-Cádiz, Km. 265  
23200 La Carolina  
Tfno. 953 66 12 51 - Fax: 953 66 21 70  
orellanaperdiz@orellanaperdiz.com  
www.orellanaperdiz.com

**Chino Fuxing**

R/JA/00587  
Avda. Juan Carlos I, 9  
23200 La Carolina  
Tfno. 953 66 05 74

**LOPERA****Los Caballos**

R/JA/00064  
Autovía de Andalucía, Km. 346,5  
23780 Lopera  
Tfno. 953 51 66 90

**MARMOLEJO****La Ribera**

R/JA/00731  
Autovía de Andalucía, Km. 335  
23770 Marmolejo  
Tfno. 953 51 72 31

**Asador El Rinconcillo**

R/JA/00672  
Pasaje de Jesús, 1  
23770 Marmolejo  
Tfno. 953 54 00 73

**El Rincón de Mario**

R/JA/00399  
Pol. Industrial Fase 1 - Parcela 1  
23770 Marmolejo  
Tfno. 953 54 11 99

**Gran Bar**

R/JA/00061  
Plaza del Amparo, 1  
23770 Marmolejo - Tfno. 953 54 01 56  
hostalplaza@prodigia.com  
www.hostalplaza.net

**MENGÍBAR****General Reding**

R/JA/00638  
Plaza de la Constitución, 8  
23620 Mengíbar  
Tfno. 953 37 40 43

**Santa Beatriz de Silva**

R/JA/00645  
Ctra. Bailén, s/n  
23620 Mengíbar  
Tfno. 953 37 04 94

**Menxi**

R/JA/00107  
Ctra. Bailén-Motril, Km. 310,3  
23620 Mengíbar  
Tfno. 953 37 02 52

**Casa Eloy**

R/JA/00834  
C/ Bailén, 30  
23620 Mengíbar  
Tfno. 615 52 05 41

**El Cortao II**

R/JA/00538  
C/ El Cortao, 19  
23620 Mengíbar  
Tfno. 953 37 22 20

**El Puente**

R/JA/00067  
Ctra. Bailén-Motril, Km. 310  
23620 Mengíbar  
Tfno. 953 37 12 90

**Ossigi**

R/JA/00234  
Ctra. Bailén-Motril, Km. 314,2  
23620 Mengíbar - Tfno. 953 37 09 15

**PORCUNA****El Triunfo**

R/JA/00110  
Carrera de Jesús, 19  
23790 Porcuna - Tfno. 953 54 47 71  
correo@restauranteeltriunfo.com  
www.restauranteeltriunfo.com

**Granja Escuela Albergue "Las Palmeras"**

R/JA/00218  
Ctra. Arjona, Km. 1 - 23790 Porcuna  
Tfno. 953 54 55 31  
granjaescuela@granjaescuelalaspalmeras.com  
www.granjaescuelalaspalmeras.com

**SANTA ELENA****Alfonso VIII**

R/JA/00579  
Autovía de Andalucía, Km. 258  
23213 Santa Elena  
Tfno. 953 66 42 31 - Fax: 953 66 40 29  
info@hotelalfonsoviii.info  
www.hotelalfonsoviii.info

**Área de Servicio 258**

R/JA/00732  
Autovía de Andalucía, Km. 258  
23213 Santa Elena - Tfno. 953 66 40 31

**Camping Despeñaperros**

R/JA/00466  
C/ Infanta Elena, s/n  
23213 Santa Elena  
Tfno. 953 66 41 92 - Fax: 953 66 41 92  
info@campingdespenaperros.com  
www.campingdespenaperros.com

**El Mesón**

R/JA/00216  
Avda. Andalucía, 91 - 23213 Santa Elena  
Tfno. 953 664 100 - Fax: 953 664 102  
meson@hotelalfonsoviii.info  
www.hotelalfonsoviii.info

**Santa Elena**

R/JA/00510  
Autovía de Andalucía, Km. 258  
23213 Santa Elena  
Tfno. 953 66 40 85 - Fax: 953 66 43 10  
santaelena@hotmail.com

**Los Jardines de Despeñaperros**

R/JA/00438  
Autovía de Andalucía, Km. 246  
23213 Santa Elena  
Tfno. 953 12 50 08  
Fax: 953 12 53 06

**Rincón de Despeñaperros**

R/JA/00467  
Autovía de Andalucía, Km. 254  
23213 Santa Elena  
Tfno. 953 12 53 35

**TORREDONJIMENO****Regina**

R/JA/00295  
Plaza de la Constitución, 12  
23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 57 10 02

**Twist**

R/JA/00363  
Ctra. de Jaén, s/n  
23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 34 42 54 - Fax: 953 34 42 55  
hoteltwist@amsystem.es  
www.amsystem.es/emp/hoteltwist

**Vista Alegre**

R/JA/00144  
Avda. de Jaén, 58  
23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 57 13 40  
Fax: 953 57 20 57

**El Pasaje**

R/JA/00266  
C/ Adarvejo, 1  
23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 51 10 72

**Julio**

R/JA/00686  
Pol. Ind. Mirabueno - C/ Argentina, 8  
23650 Torredonjimeno

**Los Arcos**

R/JA/00254  
Ctra. de Jaén, s/n - 23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 57 22 50

**Pablo's**

R/JA/00652  
Plaza Pablo Casals, 3  
23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 57 24 23

**Venta Valeriano**

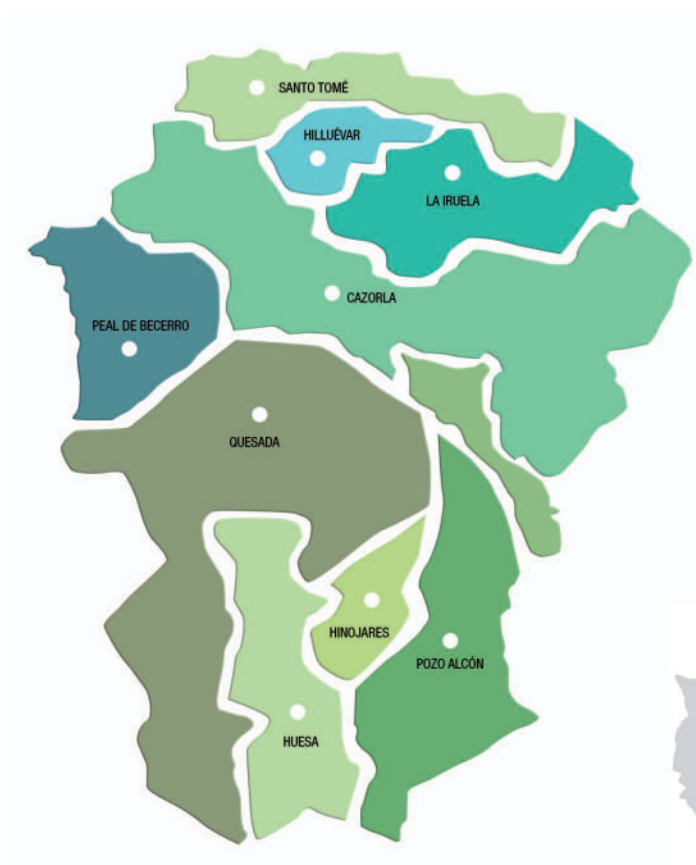
R/JA/00257  
Cruce de Pilar de Moya, s/n  
23650 Torredonjimeno  
Tfno. 953 12 01 40  
ventavaleriano@hotmail.com

**VILLANUEVA DE LA REINA****Sysy**

R/JA/00646  
Ctra. Andújar, 4  
23730 Villanueva de la Reina  
Tfno. 953 548 032  
www.hostalsysy.es









## Introducción

La Comarca Sierra de Cazorla se encuentra situada en el sureste de la provincia de Jaén, limitando al Noreste con la Sierra de Segura, al Noroeste con la comarca de La Loma y Las Villas, al Suroeste con Sierra Mágina y al Sur y Sureste con la provincia de Granada.

Tiene una superficie de 134.037 hectáreas y está integrada por los municipios de Cazorla, Chilluévar, Hinojares, Huesa, la Iruela, Peal de Becerro, Pozo Alcón, Quesada y Santo Tomé, así como numerosas aldeas y cortijadas que se distribuyen a lo largo y ancho de una impresionante geografía coronada por las sierras de Cazorla, Quesada, el Pozo y La Cabrilla.

Una geografía que por su situación se encuentra ligada a la cultura gastronómica común en los países que comparten el mar Mediterráneo, donde uno de los tres pilares básicos sobre los que se sienta la cocina es, junto al pan y al vino, el aceite de oliva. El pan es el elemento popular, el vino aporta según los gastrónomos la parte intelectual y el aceite con su labor callada es el supremo hacedor de los sabores.

De manera que la gastronomía popular de la Comarca está íntimamente relacionada con la aceituna y el aceite de oliva, base para cualquier fritura, potaje o ensalada o para tomar directamente con un trozo de pan. Tal es el popular "hoyo de pan y aceite", al que se le añade un poco de sal o azúcar. Muy usual es la utilización de la aceituna de verdeo, negra, machacada o rejada, conservada con procedimientos tradicionales en los recipientes de barro llamados orzas para el consumo familiar durante el año.

La cocina de la Sierra de Cazorla ha sido tradicionalmente de una gran sobriedad. La gastronomía cazorleña viene definida por la propia climatología y por la situación geográfica. Las conservas caseras, los productos de huerta secos (pimientos secos, llamados "pajarillos"), la matanza o las salazones son el resultado de nuestras costumbres gastronómicas. Es además característica una rica condimentación de especias, sobre todo el comino, todo ello acompañado con el toque de calidad que aporta el excelente aceite de nuestros olivares (royal y picual).

A los productos de huerta, legumbres y harinas, que podemos encontrar en cualquier comarca, hay que sumar la riqueza que supone la sierra y la abundancia de ríos, lo que permite enriquecer la gastronomía. La pesca fluvial, la caza mayor y la recolección de frutos silvestres han dado lugar a determinados platos típicos de la cocina serrana como son la trucha, la carne de monte y los niscalos en salsa.

La intensa actividad ganadera también se manifiesta en la mesa. El cordero y los quesos de oveja y cabra, aparecen en muchos de los platos que se ofertan en cualquier restaurante. Hay que destacar la existencia del Cordero Segureño, raza autóctona que destaca por su calidad, IGP del Cordero de las Sierras de Segura y La Sagra (Indicación Geográfica Protegida es como una Denominación de Origen en temas ganaderos).



## Rin-ran

---

### Ingredientes

1 kg. patatas, 3 huevos, 3 pimientos rojos secos, 1 cebolla pequeña, 1 vasito de aceite de oliva virgen extra, sal, ajo, cominos, bacalao salado desmigado y aceitunas verdes.

### Preparación

Cocer las patatas troceadas y peladas, la cebolla y el pimiento colorado. Una vez hervido pasarlo por el pasapurés en este orden: pimiento, cebolla y patatas. Añadir a este puré resultante un vaso del mismo caldo de la cocción. Majar en un mortero los cominos y el ajo, añadiéndole el aceite poco a poco. Cocer los huevos, pelarlos y añadirlos a lo anterior, partiéndolos al gusto para ponerlos encima junto a las aceitunas y el bacalao. Añadir un chorreón de aceite de oliva virgen extra.

Es un primero frío o un entrante para comer con pan.

# Carne de Monte en Adobo

## Ingredientes

- 1 kg carne de monte (jabalí, gamo o ciervo)
- 2 vasos de vino tinto
- 1 copa de coñac
- 3 dientes de ajo
- 2 hojas de laurel
- Sal
- Perejil
- Tomillo
- Pimentón dulce
- Pimienta negra
- Aceite de oliva virgen extra

## Preparación

La carne se trocea y se sazona. La colocamos en un recipiente con tapadera. En un mortero majamos los ajos, el perejil y la pimienta en grano. Agregamos el pimentón, el vino tinto, el coñac y el aceite de oliva. Removemos bien, y lo vertemos en el recipiente donde tenemos la carne. Por último, añadimos el laurel y el tomillo, tapándolo y dejándolo reposar al menos 24 horas. Freír los trozos para consumir.





## Talarines

### Ingredientes

- ½ conejo
- 1 cebolla mediana
- 2 pimientos verdes
- 2 dientes de ajo
- 2 hojas de laurel
- 1 tomate
- 3 patatas cortadas a tacos
- Sal
- Hierba buena seca molida
- Pimiento molido (pimiento seco rojo)
- Aceite de oliva virgen extra

### Preparación

En una cazuela con un poco de aceite se fríe el conejo cortado en tacos pequeños. Cuando esté dorado se añaden las patatas cortadas a tacos muy pequeños. Hacer un sofrito de cebolla y tomate y añadir. Cuando esté listo, agregamos una cucharada de pimiento rojo seco molido. Pasar la mezcla a una cacerola con dos litros de agua y dos cucharadas de sal, para que hierva unos 20 minutos. Entonces se echan las tortas o talarines.

#### **Preparación de las tortas:**

Mezclar un vaso de agua con una cucharada de sal. Añadir harina hasta que quede una masa lo suficientemente dura para extenderla con un rodillo. Esta masa se corta a cuadros y se añade al preparado anterior.

Se cuece todo durante 10 minutos y al final, antes de hervir, se espolvorea la hierbabuena.

Tradicionalmente se ha hecho esta receta con liebre, pero se puede sustituir por conejo o pollo.

# Borrachuelos

## Ingredientes

- 1 vaso de aceite de oliva virgen extra
- 2 cucharillas de matalahúva
- 1 cucharilla rasa de levadura en polvo
- ¼ litro de vino tinto de Frailes
- ¼ litro de vino dulce
- ½ kilo de azúcar
- Aceite de oliva virgen extra necesario (para freír los borrachuelos)
- 300 gramos de azúcar aproximadamente (o la que admita)

## Preparación

En una sartén se echa el aceite junto con la matalahúva para tostarlo. Cuando ya está frito se cuela y se deja enfriar. Posteriormente se pone en un recipiente donde se añade también los dos tipos de vino.

A continuación vamos poniendo la harina poco a poco y una vez incorporado todo se vuelca en la mesa. Se amasa y de esta pasta vamos haciendo los borrachuelos con su forma típica.

Por último se fríen en aceite de oliva bien caliente y a renglón seguido los emborrazamos en abundante azúcar.





## Helado de Aceite de Oliva Virgen Extra Royal

---

(Receta facilitada por el restaurante La Sarga)

### Ingredientes

1 litro de leche, 100 gr de azúcar, 4 yemas de huevo, una pizca de sal y 1 ½ dl. aceite de oliva virgen extra royal.

### Preparación

Realizamos una crema inglesa, juntando en un cazo las yemas de huevo con el azúcar a cuya mezcla le añadiremos la leche, previamente calentada. Este preparado lo llevamos al fuego, sin permitir que hierva, y estaremos moviendo hasta que adquiera una consistencia cremosa. Posteriormente enfriamos y pasamos por la sorbetera, mientras se está cuajando, vamos añadiendo poco a poco el aceite de oliva cuidando que no se corte.

Como sugerencia, para la presentación, procederemos a decorar el plato con siropes, poner unas láminas finas de bizcocho de aceite, encima el helado, ponemos unos hilos de mermelada de pimiento rojo y terminamos la decoración con unos rulos de chocolate.

# Dónde Comer

## ARROYO FRÍO - LA IRUELA

### Arroyo Frío

R/JA/00499  
Avda. del Campillo, 11  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfno. 953 72 72 51

### Los Enebros

R/JA/00360  
Avda. del Campillo, s/n  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfnos. 953 72 71 10 - 953 72 71 34  
www.lfhoteles.com - info@lfhoteles.com

### Mesón Don Chema II

R/JA/00329  
Avda. del Campillo, 9 Bajo  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfno. 953 72 70 09

### Mesón Rural Valle del Guadalquivir

R/JA/00503  
Campillo, 21  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfnos. 953 72 72 39 - 628 79 38 36  
www.valleguadalquivir.com  
reservas@valleguadalquivir.com

### El Mesón

R/JA/00497  
Avda del Campillo, 27  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfnos. 953 72 72 70 - 953 72 73 02

### Montaña

H/JA/00511  
Avda. del Campillo, 45  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfnos. 953 72 70 11 - 953 72 70 01  
www.hmontana.com  
reservas@hmontana.com

### La Taberna

R/JA/00726  
Avda. del Campillo, 12  
23478 Arroyo Frío-La Iruela  
Tfno. 609 22 50 52

## BURUNCHEL - LA IRUELA

### El Curro

H/JA/00597  
Ctra. de la Sierra, 32 (A-319)  
23478 Burunchel-La Iruela  
Tfnos. 953 72 73 11 / 12 - 616 60 26 56  
www.hotelcurro.es  
info@hotelcurro.es

### San Julián

R/JA/00644  
Ctra de la Sierra, Km 22 (A-319)  
23478 Burunchel-La Iruela  
Tfno. 953 72 70 33

### Las Siete Puentes

R/JA/00475  
Ctra de la Sierra, km 21, 7 (A-319)  
Arroyo Perona  
23478 Burunchel-La Iruela  
Tfnos. 953 72 71 37 - 630 50 57 83  
www.turismoencazorla.com  
sietepuentesburunchel@yahoo.es

## CAZORLA

### Ciudad de Cazorla

H/JA/00582  
Plaza de la Corredera, 4  
23470 Cazorla  
Tfnos. 953 72 17 00 - 953 71 04 20  
www.hotelciudaddecazorla.com

### Coto del Valle

H/JA/00615  
Ctra. de El Tranco, km 34,3 (A-319)  
23470 Cazorla  
Tfnos. 953 12 40 67 - 953 12 40 98 -  
953 12 49 84 - 626 47 62 86  
www.hotelcotodelvalle.com

### Mesón Don Chema

R/JA/00608  
Callejón José María Marín (Don Chema), 2  
23470 Cazorla  
Tfno. 953 71 05 29 - 953 72 00 68 -  
608 15 98 52

### Mesón Leandro

R/JA/00772  
La Hoz, 3  
23470 Cazorla  
Tfno. 953 72 06 32

### Mesón Rural El Sauce

H/JA/00622  
Paraje El Almicarán  
23470 El Almicarán-Cazorla  
Tfnos. 953 06 50 28 - 662 17 30 60  
info@hotelrutadelsauce.es

### Mesón Rural La Yedra

R/JA/00713  
Cruz de Orea, 51  
23470 Cazorla  
Tfnos. 953 71 02 92 - 953 71 05 35 -  
669 68 68 19  
www.hotelruralelsauce.es

### El Parador Nacional Adelantado

H/JA/00903  
Ctra. de Sacejo, s/n  
23470 Cazorla  
Tfnos. 953 72 70 75 - 953 72 72 58 -  
953 72 70 77  
www.parador.es  
cazorla@parador.es

### El Rincón de Víctor

R/JA/00843  
Plaza de Santa María, 13  
23460 Cazorla  
Tfno. 647 96 31 78

### La Sarga

R/JA/00227  
Plaza de Andalucía, 11  
23470 Cazorla  
Tfnos. 953 72 15 07 - 953 72 06 31  
rtlasarga@telefonica.net

### El Trillo

H/JA/00513  
Ladera de San Isicio, s/n  
23470 Cazorla  
Tfno. 953 71 01 00 - 953 71 01 52  
www.villacazorla.com

## HINOJARES

### Mesón Rural Alzai

R/JA/00600 Jardines, 7  
23486 Hinojares  
Tfno. 953 71 83 28

### Casería de las 7 Fuentes

H/JA/00684  
Aldea de Cuenca  
23486 Hinojares  
Tfnos. 953 71 82 06 - 606 39 51 72  
www.caseria7fuentes.com

## LA IRUELA

### La Finca Mercedes

R/JA/00456  
Ctra. de la Sierra, Km, 16,3 (A-319)  
23476 La Iruela  
Tfnos. 953 72 10 87 - 953 72 10 87  
www.lafincamercedes.com

## POZO ALCÓN

### Ciudad de Pozo Alcón

H/JA/00596  
Avda. de los Dolores, 72  
23485 Pozo Alcón  
Tfnos. 953 71 84 17 - 953 71 83 99 -  
686 46 26 68  
www.hotelciudadpozoalcon.com

### Grela

R/JA/00237  
Avda. de la Bolera, 10  
23485 Pozo Alcón  
Tfno. 953 73 83 39

### Los Nogales

H/JA/00608  
Paraje Las Hayas, s/n - 23485 Pozo Alcón  
Tfnos. 953 71 82 49 - 953 73 80 07 -  
666 45 94 94  
www.hotelrurallosnogales.com

### **La Unión**

R/JA/00702  
Avda de Los Dolores, 67  
23485 Pozo Alcón  
Tfno. 953 73 80 80

### **QUESADA**

---

#### **Casa Luciano**

R/JA/00695  
Serrano Bedoya, 1  
23480 Quesada  
Tfno. 953 73 39 06

#### **Mesón Rural El Curioso**

R/JA/00736  
Murillo, 20  
23480 Quesada  
Tfnos. 953 73 41 53 - 657 50 47 75

#### **Santurario de Tiscar**

R/JA/00576  
Aldea de Tiscar  
Tiscar-Quesada  
Tfno. 953 71 35 96

### **SANTO TOMÉ**

---

#### **Meson Rural Baécula**

R/JA/00778  
Ctra. Peal de Becerro, 26  
23311 Santo Tomé  
Tfnos. 953 73 61 29 - 695 193 819

#### **Noguera de la Sierpe**

H/JA/00499  
Ctra. de El Tranco, Km. 44,5 (A-319)  
23311 Las Ericas-Santo Tomé  
Tfnos. 953 71 30 21 - 953 71 31 09  
[www.lfhoteles.com](http://www.lfhoteles.com)  
[noguera@lfhoteles.com](mailto:noguera@lfhoteles.com)











## Introducción

---

**L**a comarca de Sierra Mágina enclavada en el Parque Natural que lleva su mismo nombre se sitúa en la parte central del Sur de la provincia de Jaén, limitando al Norte con los términos municipales de Úbeda y Baeza; al Sur con la provincia de Granada, al Este con el término municipal de Quesada y al Oeste con Jaén y Valdepeñas de Jaén.

Tierra inundada de diferentes sabores y olores, sus diversos paisajes han conformado una gran riqueza gastronómica donde el aceite de oliva virgen es un ingrediente insustituible, acompañado de los productos de la huerta, de la matanza, las conservas caseras y la repostería tradicional.

Aproximadamente, 56.000 habitantes se distribuyen a lo largo de los 16 municipios que integran la Comarca: Albánchez de Mágina, Bedmar-Garcíez, Bélmez de la Moraleda, Cabra del Santo Cristo, Cambil-Arbuniel, Campillo de Arenas, Cárcheles (Cárcel y Carchelejo), Huelma-Solera, Jimena, Jódar, Larva, Mancha Real, Noalejo-La Hoya del Salobral, la Guardia de Jaén, Pegalajar- La Cerradura y Torres; poseen una gran riqueza natural, cultural, patrimonial y etnológica; donde todavía perviven costumbres y oficios tradicionales.

Es evidente que la geografía y la historia han marcado la alimentación tradicional maginense, gran parte de la cual aún pervive. Las raíces históricas son más profundas de lo que habitualmente se cree, pues incluso saltan la frontera que impone la limitación cultural, que lo basa todo en tiempo de la invasión árabe. Con frecuencia se olvida que el pueblo árabe constituía una minoría y que el gran sustrato poblacional, y por lo tanto etnológico, era hispanorromano. Así en la gastronomía maginense tradicional, como en la hispanorromana, es corriente el uso del aceite, la harina o el vinagre, tan frecuentes en la cocina de Mágina; además de formas de comer que han llegado hasta nuestros días.

Sabor y tradición, en una tierra rebosante de olores y aromas en todos sus rincones, es la característica primordial que define una gastronomía, en ocasiones mágica, como la de la comarca de Sierra Mágina.



## Carnerete con Tostones

---

### Ingredientes

1 pimiento rojo seco grande,  $\frac{1}{2}$  vaso de aceite de oliva, 2 tomates naturales maduros, 1 cebolla, 1 cucharada de harina de trigo  $\frac{1}{2}$  cucharilla de comino molido, sal, pan y agua.

### Preparación

Se sofríen ligeramente los pimientos rojos, ya troceados, en el aceite de oliva y reservamos. Igualmente se fríe también el pan, que habremos partido a trozos, formando así los tostones.

En ese mismo aceite de oliva que nos ha quedado hacemos un sofrito con la cebolla y el tomate (ambos picados). Se le echa el comino, ya machacado. Incorporamos la harina y finalmente le añadimos un poco de agua para formar una salsa. Cuando haya espesado, se le echan los tostones y los pimientos rojos secos que antes freímos. Se sirve muy caliente.

# Andrajos con Boquerones

## Ingredientes

1/2 kilo de boquerones, 1/4 kilo de almejas, 1 tomate, 1 cebolla, 1 pimiento verde, 2 dientes de ajos, 1/2 vaso de aceite de oliva, 2 patatas, pimiento rojo seco, 2 berenjenas, ¼ kg. de judías verdes troceadas, harina, agua y sal.

## Preparación

El pimiento rojo seco se fríe ligeramente y se reserva. En ese aceite de oliva hacemos un sofrito con el tomate, la cebolla, el pimiento verde y los ajos, cortado todo a trozos grandes. Dejamos que se haga.

Las patatas, una vez peladas, se cortan a trocitos pequeños y se echan al sofrito junto con las berenjenas, igualmente troceadas más las judías verdes. Añadimos agua y se dejan que cuezan hasta que se pongan tiernas.

Mientras tanto en un mortero majamos los pimientos rojos que antes freímos y se lo echamos al guiso.

Preparamos los andrajos mezclando harina con agua y sal. De esta masa que obtendremos, vamos tomando pequeñas porciones que estiraremos con un canuto de caña para formar unas tortas finas. Éstas se depositan en el preparado y a golpe de paleta se trocean mientras se van cociendo en el caldo con el resto de los ingredientes.

Por último se le echan los boquerones, desprovistos de raspa y la hierbabuena. Las almejas, que habremos abierto a parte en un cazo con agua, se les incorporan sin su cáscara. El caldo que ha quedado de cocerlas se echa al preparado.





## Morcilla de Res

### Ingredientes

Toda la sangre que de un cordero, 5 kilos de cebolla, 1 cucharada soperas de pimienta molida, 100 gramos de cebo de cordero, 2 cucharadas soperas de pimienta molida, 1 cucharilla calvos molida(especia), 1 cucharilla de alcaravea molida (especia), 2 cucharillas de canela en polvo, 2 cucharillas de matalahúga molida, 4 pimientos verdes, 1/2 vaso de zumo de oliva, 3 tomates, 3 guindillas, 1 cabeza de ajo, 4 hojas de laurel, tripas y sal.

### Preparación

En una barreño ponemos la sangre de cordero a la que le añadimos la cebolla, lo más finamente picada, y la pimienta molida. El cebo de cordero y el resto de la sangre que hemos indicado. También se le echan tomates, las guindillas y pimientos, todo picado. Removemos bien la masa y con ella se va rellenando las tripas. Atamos y cocemos las morcillas con las hojas de laurel y la cabeza de ajo.

En una sartén con el zumo de oliva hacemos un sofrito con unos dientes de ajos, cebolla, pimientos verdes, tomate y un poco de comino molido. Este sofrito se le echa a la olla donde hemos cocido las morcillas. Dejamos que hierva todo. Y se sirve este caldo que obtengamos junto con la morcilla.



# Papuecas

## Ingredientes

- 2 vasos de leche
- 1 vaso de harina fina
- ½ vaso de azúcar
- 1 huevo
- 1 sobre de levadura en polvo
- Aceite de oliva
- Canela molida
- Sal
- Azúcar glasé

## Preparación

Ponemos la leche en un bol, o recipiente similar, junto con una pizca de sal y la levadura en polvo. Mezclamos bien ambos ingredientes e incorporamos, poco a poco, la harina sin dejar de mover con la varilla, para evitar que se formen grumos, más el huevo batido.

A continuación le echamos el azúcar, movemos bien todo el conjunto y dejamos reposar como mínimo media hora. Pasado este tiempo, con una cuchara sopera vamos cogiendo un poco de esta pasta y la iremos friendo en una sartén con abundante aceite de oliva bien caliente y así se irán formando las Papuecas, las cuales espolvorearemos con azúcar glasé y con canela molida, inmediatamente después de ser freídas.





## Torta de Chicharrones

---

### Ingredientes

1/4 kilo de chicharrones de la matanza, 1/2 kilo de harina fina de trigo, 100 gramos de azúcar, 1 cucharilla de canela molida y 1 kilo de masa fresca de pan.

### Preparación

La masa de pan fresca, que habremos adquirido en la tahona, se deposita en una mesa de trabajo, que previamente se habrá espolvoreado de harina. La extendemos y ponemos los chicharrones por toda la superficie de la masa.

Mezclamos todo perfectamente, volvemos amasar. Esta masa se extiende nuevamente, pero esta vez con los chicharrones, sobre la mesa y vamos formando las tortas que tendrán un tamaño aproximado de unos doce centímetros de diámetro.

Las colocamos en una lata especial de horno con cuidado de no juntarlas mucho unas con otras ya que al cocer aumentan su volumen y se espolvorean de azúcar toda su superficie. Se cuecen en el horno a una temperatura moderada. Cuando se sacan se le echa por encima canela molida.

# Dónde Comer

## ALBANCHEZ DE MÁGINA

### El Ayozar

CM/JA/00019  
Paraje del Ayozar, s/n  
23538 Albánchez de Mágina (Jaén)  
Tfno. 953 39 09 40  
www.ociomagina.com  
info@ociomagina.com

## BEDMAR - GARCÍEZ

### El Paraíso de Mágina

R/JA/00437  
Avenida Virgen de Cuadros, 48  
23537 Bedmar y Garciez (Jaén)  
Tfno. 953 76 00 10  
paraisomagina@iespana.es

## CABRA DEL SANTO CRISTO

### Camping La Estación

CM/JA/00020  
Carretera de Alicún s/n  
23550 Cabra del Santo Cristo (Jaén)  
Tfno. 953 39 71 35  
www.campinglaestacion.com  
magnaturismo@yahoo.es

### Casa Herminia

R/JA/00549  
C/ Moya, 12  
23550 Cabra del Santo Cristo (Jaén)  
Tfno. 953 39 75 06  
info@casaherminia.com

## CAMBIL - ARBUNIEL

### Alcaidía de Mágina

R/JA/00673  
C/ Santo s/n  
23120 Cambil (Jaén)  
Tfno. 953 30 03 27  
laalcaidia@hotmail.com

### Las Aguas de Arbuñiel

R/JA/00667  
Crta. Arbuñiel-Cambil, Km 1  
23120 Arbuñiel (Jaén)  
Tfno. 953 30 41 84  
www.lasaguasdelarbuñiel.com  
info@lasaguasdelarbuñiel.com

## CAMPILLO DE ARENAS

### Puerta de Arenas

R/JA/00029  
Autovía Bailén-Motril, km 367  
23130 Campillo de Arenas (Jaén)  
Tfno. 656 80 85 78 - 656 80 85 79  
puertadearenas@yahoo.es

### Victoria

R/JA/00181  
C/ San Cristóbal, 13  
23130 Campillo de Arenas (Jaén)  
Tfno. 639 22 49 83

## CÁRCHELES (Cárcchel y Carchelejo)

### Mesón Oasis

R/JA/00658  
Autovía Bailén-Motril, Km. 59  
23191 Cárcchel (Jaén)  
Tél. 953 30 20 83  
oasisdelamiel@hotmail.com

### Oasis II

R/JA/00487  
Ctra. Motril, Km. 59  
23191 Cárccheles (Jaén) - Tfno. 953 30 20 83  
oasisdelamiel@hotmail.com

## HUELMA

### Casablanca

R/JA/00195  
Carretera Ubeda-Guadix Km 41  
23560 Huelma (Jaén)  
Tfno. 953 39 44 00

### La Pradera

R/JA/00315  
C/ Virgen de la Fuensanta, 46  
23560 Huelma (Jaén) - Tfno. 953 39 08 70  
hostal@restangel.e.telefonica.net

## JÓDAR

### Ciudad de Jodar

H/JA/00554  
Ermita Vieja s/n  
23500 Jodar (Jaén)  
Tfno. 953 78 50 51  
www.hotelciudaddejodar.com  
correo@hotelciudaddejodar.com

## MANCHA REAL

### Jardines de la Almazara

R/JA/00761  
Ctra de Pegalajar, Km. 0,60  
23100 Mancha Real (Jaén)  
Tfno. 953 35 26 72

## NOALEJO

### Rincón de Pepe

R/JA/00543  
Autovía A-44, Km. 77  
23140 Noalejo (Jaén)  
Tfno. 953 30 94 03

## PEGALAJAR

### El Caribe

R/JA/00647  
C/ Baja Fuente, 81  
23110 Pegalajar (Jaén)  
Tfno. 953 36 00 39

### Mesón El Caribe

R/JA/00135  
C/ Calvo Sotelo, 79  
23110 Pegalajar (Jaén)  
Tfno. 953 36 00 39

## TORRES

### Asador Fuenmayor

R/JA/00743  
Crta. Fuenmayor, 3  
23540 Torres (Jaén)  
Tfno. 953 12 00 19  
www.restaurantefuenmayor.com

### El Puerto

R/JA/00841  
Carretera Albánchez de Mágina, KM 2,8  
23540 Torres (Jaén)  
Tfno. 953 36 31 92  
www.puertomagina.com  
direccion@puertomagina.com

### Jurinea

H/JA/00580  
Camino La Ladera s/n  
23540 Torres (Jaén)  
Tfno. 953 36 31 21  
www.hoteljurinea.com  
reservas@hoteljurinea.com

### La Cazuela

R/JA/00804  
C/ Baltasar Garzón, 94  
23540 Torres

### Restaurante Almoratín

H/JA/00558  
Crta. Torres-Álbánchez s/n  
23540 Torres  
Tfno. 953 36 31 00  
www.hotelruralalmoratin.com  
hotelalmoratin@almoratin.com







## Introducción

---

La Sierra Sur de Jaén se sitúa al sur de la provincia de Jaén, junto a la capital de la provincia, entre Granada y Córdoba. Esta comarca está compuesta por 10 municipios que son los siguientes: Alcalá La Real, Alcaudete, Castillo de Locubín, Frailes, Fuensanta, Jamilena, Los Villares, Martos, Torredelcampo y Valdepeñas de Jaén. Geográficamente se extiende a lo largo de 1.229 kilómetros cuadrados. Este territorio se encuentra entre campiña y sierras como las de Jabalcuz y La Pandera, entre arroyos y nacimientos de agua, con todo ello el territorio se configuran unas características y fisonomía propias, que a su vez inciden en sus productos y en la peculiaridad de su gastronomía.

La gastronomía de la Sierra Sur de Jaén es plural. Como cocina del interior andaluz se basa en las carnes, frutas y hortalizas cuidadas con esmero en las huertas que se extienden junto a los ríos y arroyos, productos del monte, carnes, y un exquisito pan y repostería elaborada a partir de la harina de sus molinos y de la antigua tradición. Y como no el aceite de oliva virgen extra, guión conductor de todos los platos de la Sierra Sur.

Esta tierra presenta un rico patrimonio histórico-artístico fruto de su pasado histórico, de su carácter de encrucijada de culturas en el Medievo, siendo frontera límite entre el reino nazarí y el cristiano, propiciando tanto el enfrentamiento como diferentes formas de convivencia, y de este pasado se heredarán y nacerán tradiciones propias.

Cultura y tradición que inciden en su variada cocina ligada a los productos serranos, la ganadería, las huertas y al aceite de oliva. El acervo popular atesora innumerables tradiciones que se relacionan con las diferentes tareas y fiestas, en ellas la mesa es elemento primordial y los platos se relacionan con los ciclos agrarios y festivos, con los productos de temporada. La recuperación de esta tradición gastronómica supone preservar el legado transmitido por nuestros mayores, dar a conocer el patrimonio ligado a la cultura del mundo del olivar, y a la sabiduría que entraña la elaboración de los platos, en la mayoría de los casos recetas sencillas de escaso coste, creadas a partir de los productos de la zona.



## Ajo Pringue

---

### Ingredientes

2 cabezas de ajos medianas, 1 cucharadilla de pimienta negra en grano, 1 cucharadilla de comino granado, 2 cucharadilla de pimentón dulce, 500 gramos de higaditos de cordero, 4 rebanadas de pan, ½ vaso de aceite de oliva virgen extra y sal.

### Preparación

En un perol al fuego con el aceite de oliva, vamos friendo, por separado, los ajos cortados a rodajitas, las rebanadas de pan y los higaditos, ya sazonados. El pan, el comino y la pimienta se maja. Este majado lo juntamos con el hígado y los ajos fritos el pimentón. Echamos un poco de agua. Removemos bien todo el conjunto y se toma cuando la salsa haya reducido.



## Pollo a la Secretaria

### Ingredientes

1 pollo campero grande de unos 3 0 4 kilos de peso aproximadamente, 2 vasos de zumo de oliva, 2 hojas de laurel, 2 cebollas grandes, 6 dientes de ajo, 1 vaso de vino blanco, 2 higaditos de pollo, 250 gramos de pimientos morrones en conserva, 150 gramos de guisantes en conserva, 500 gramos de tomate natural, 150 gramos de jamón serrano, 2 cucharillas de pimienta negra molida, 2 carterillas de colorante alimenticio amarillo, azafrán en hebra y sal.

### Preparación

Ponemos el aceite a calentar y echamos el jamón serrano cortado a trocitos. Se incorpora el pollo troceado, las hojas de laurel, la pimienta y la sal para marear junto con el jamón. Cuando el pollo está frito se le pone el vino y se deja reducir. Aparte, se sofríen los ajos, la cebolla troceada, los higaditos de pollo, la mitad de los guisantes y la mitad de los pimientos morrones.

Cuando está todo pochado y los higaditos están fritos, se sacan éstos y se trituran con el azafrán en hebra. Este triturado se le añade al guiso con un chorrito de agua y los tomates triturados. Se deja cocer todo el conjunto hasta que el pollo esté tierno y la salsa haya reducido. Cuando esté terminado se le añade, por último, los restos de los guisantes y de los pimientos morrones troceados.

Este plato es muy típico en Alcalá la Real, y cuando los alcalaínos salen de guiso, esta es la comida que normalmente se hace, aunque por lo general casi siempre se le echa arroz, con bastante líquido para obtener lo que aquí se le denomina un caldoso, que no es otra cosa que un guiso de arroz con más agua.





## Sopa de Voladillos

### Ingredientes

- ½ gallina (cuartos traseros)
- 2 huesos de cerdo añejo
- 2 huevos
- 2 cucharadas soperas de harina fina de repostería
- 125 ml de zumo de oliva
- Azafrán en hebra
- Agua
- Sal

### Preparación

En una olla, tipo puchero, echamos agua e incorporamos la gallina, los huesos añejos y el azafrán en hebra.

Llevamos al fuego para hacer un caldo. Cuando ya lo tengamos hecho, sacamos la gallina y ésta, tras desmenuarla perfectamente, la picamos lo mas finamente posible para echarla en un bol u otro recipiente similar, añadimos los huevos, la harina y el agua necesaria hasta obtener una pasta similar a una crema espesa. Removemos bien la mezcla y de éste preparado iremos tomando cucharadas soperas para ir echándolas en una sartén con abundante aceite de oliva virgen extra bien caliente. De esta manera se nos formarán una especie de tortillas, las cuales se le añaden al caldo para servir las con éstas.

Al hacer las tortillas con los huevos, la harina y la carne de gallina picada, hay que procurar que éstas sean todas uniforme y que los extremos terminen en flequillos, pues estas eran la forma que antaño tenían estas tortillitas, por lo cual este plato lleva este nombre.

## Dulce de Pan

### Ingredientes

- 1 barra de pan duro
- 12 huevos
- 250 gramos de azúcar
- 1 litro de leche
- 1 ramita de canela

### Preparación

Desmigamos la barra de pan y se mezcla con la leche, que estará muy caliente. Se batan los huevos con el azúcar, se le añade el pan, e incorporamos la ramita de canela partida en dos. Esta mezcla se vierte en un molde especial para pudín cuyo fondo interior habremos caramelizado previamente, y se mete en el horno a una temperatura de 200 grados para cocerlo al baño maría durante 40 minutos, aproximadamente. Una vez transcurrido este tiempo, se saca del horno y lo desmoldamos cuando esté totalmente frío.





## Higuillos

---

### Ingredientes

2 huevos, 2 cucharadas de azúcar, 2 vasos de leche, 2 cucharillas de bicarbonato, harina fina de repostería (la que admita), aceite de oliva (el necesario para freír los higuillos), 2 cucharadillas de canela molida y 200 gramos de azúcar.

### Preparación

Mezclamos los huevos con la leche, dos cucharadas de los 200 gramos azúcar y el bicarbonato. Mezclamos todo ello perfectamente hasta que los huevos estén bien batidos. A continuación incorporamos la harina que haga falta hasta conseguir una pasta parecida a la textura y consistencia de una crema. En una sartén con su aceite de oliva correspondiente, puesta al fuego, vamos echando cucharadas soperas de este preparado. Se formarán una especie de figuras parecidas a un higo (de ahí el nombre del plato). Éstos, una vez fritos, se emborrizan por una mezcla que prepararemos con el resto del azúcar y las dos cucharillas de canela molida.

# Dónde Comer

## ALCALÁ LA REAL

### Zacatín

R/JA/00297  
C/ Pradillo, 2  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 05 68

### Andalucía

R/JA/00152  
Avda. Andalucía s/n  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 04 83

### Marino

R/JA/00299  
C/ Doctor Sanz Torres, 1  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 12 14

### Autobuses

R/JA/00354  
Avda. Andalucía s/n  
23680 Alcalá la Real (Jaén)

### Torrepalma

R/JA/00468  
C/ Conde de Torrepalma s/n  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 18 00

### La Recta

R/JA/00512  
Ctra. Badajoz- Granada, km 398  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 59 75 01

### La Gaviota

R/JA/00553  
Ctra. Badajoz- Granda, km 397  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 59 76 22

### Aljibe

R/JA/00739  
C/ Fernando El Católico, 10  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 50 15

### La Piedra

R/JA/00779  
Avda. Iberoamérica, 2  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 615 33 19 49

### El Barrio

R/JA/00782  
Avda. Iberoamérica, 46  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 30 30

### Vitto

R/JA/00797  
C/ Carlos V, 3 Bajo  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 14 97

### Dos Soles

R/JA/00814  
C/ Fernando El Católico, 13  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 33 45

### Casa Kisko

R/JA/00820  
Avda. Iberoamérica, 9  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 38 01

### La Fortaleza

R/JA/00840  
C/ San Ignacio, 5 Bajo  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 49 40

### Kalua

R/JA/00301  
C/ Marines, 1  
23680 Alcalá la Real (Jaén)  
Tfno. 953 58 14 16

## ALCAUDETE

### Ntra. Sra. de la Fuensanta

R/JA/00149  
Ctra. de Jaén, 35  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 56 02 93

### Hidalgo

R/JA/00189  
Ctra. Córdoba, 7  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 56 10 78

### La Parrilla

R/JA/00261  
Carretera N-432 s/n  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 56 08 36

### Esparrueda

R/JA/00278  
Avda. de Andalucía, 47  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 56 10 14

### El Conde

R/JA/00450  
Ctra. Córdoba, 2  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 56 03 50

### El Cruce 432

R/JA/00645  
Ctra. N. 432 cruce con N. 321  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 12 09 14

### La Cazuela Andaluza

R/JA/00698  
Ctra. de la Fuensanta, 60  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 70 89 74

### Almocadén

R/JA/00830  
Ctra. Fuensanta, 38  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 56 05 55

### Casa Ramona

R/JA/00859  
C/ Alcalde Juan Vallejo, 60  
23660 Alcaudete (Jaén)

### Mesón Rural

**Bodega Andaluza**  
A/JA/00066  
Paraje Fuente Orbe  
23660 Alcaudete (Jaén)  
Tfno. 953 70 80 90

## CASTILLO DE LOCUBÍN

### Kiosko del Parque

R/JA/00525  
Paseo de la Constitución s/n  
23670 Castillo de Locubín (Jaén)  
Tfno. 953 59 12 09

### Candelaria

R/JA/00632  
Paseo de la Constitución s/n  
23670 Castillo de Locubín (Jaén)  
Tfno. 953 59 07 60

### Servicios Alkuufin

R/JA/00693  
Avda. Andalucía, 1  
23670 Castillo de Locubín (Jaén)  
Tfno. 953 59 10 28

### Aloha

R/JA/00780  
Ctra. Granada, 1  
23670 Castillo de Locubín (Jaén)  
Tfno. 953 59 10 93

### Ibiza II

R/JA/00822  
C/ Almendro, 6  
23670 Castillo de Locubín (Jaén)  
Tfno. 953 59 06 49

**Venta de San Juan**

R/JA/00640  
23693 Ventas del Carrizal, Castillo de  
Locubín (Jaén)  
Tfno. 953 59 50 35

**Inma**

R/JA/00523  
Ctra. Córdoba- Granada  
23693 Ventas del Carrizal, Castillo de  
Locubín (Jaén)  
Tfno. 692 80 12 54

**FUENSANTA****Escaramujo**

R/JA/00476  
Ctra. Martos, km 9  
23610 Fuensanta (Jaén)  
Tfno. 953 56 51 12

**Mesón La Huerta**

R/JA/00458  
Ctra. Huerta del Lobo  
23610 Fuensanta (Jaén)  
Tfno. 953 12 05 59

**FRAILES****El Choto**

R/JA/00857  
C/ Avenida, 5  
23690 Frailes (Jaén)  
Tfno. 657 98 48 87

**La Posá**

R/JA/00617  
C/ Tejar, 3  
23690 Frailes (Jaén)  
Tfno. 953 59 32 18

**JAMILENA****Andalucía (Los Cuñaos)**

R/JA/00390  
Avda. Martos, 5  
23658 Jamilena (Jaén)  
Tfno. 953 56 63 66

**LOS VILLARES****Casa Aniceto**

R/JA/00376  
C/ Zurradero, 2  
23160 Los Villares (Jaén)  
Tfno. 953 32 00 29

**El Molino**

R/JA/00419  
C/ Arroyo, 80  
23160 Los Villares (Jaén)  
Tfno. 953 32 04 92

**Mesón La Pandera**

R/JA/00615  
Ctra. Los Villares- Valdepeñas  
23160 Los Villares (Jaén)  
Tfno. 953 32 14 85

**Niño Cádiz**

R/JA/00709  
Ctra. Valdepeñas, s/n  
23160 Los Villares (Jaén)  
Tfno. 953 32 02 27

**Restaurante Aceituno**

R/JA/00865  
Plaza de la Fuente, 1  
23160 Los Villares (Jaén)  
Tfno. 953 32 06 49

**Restaurante Hotel A.C.G**

H/JA/00695  
Plg. Los Llanos, C/ Alameda, parc. 19 y 20  
23160 Los Villares (Jaén)  
Tfno. 953 32 09 19

**MARTOS****Bella Vista**

R/JA/00090  
C/ El Cerrillo s/n  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 70 21 15

**Moris**

R/JA/00172  
Avda. Moris Marrodan, 20  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 07 83

**Club Gourmet El Rosalejo**

R/JA/00357  
C/ Rosalejo, 13  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 48 56

**El Pinar**

R/JA/00464  
Paseo Parque Manuel Carrasco s/n  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 70 21 76

**Estación de Autobuses**

R/JA/00485  
C/ Estación Autobuses  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 49 56

**La Estrella**

R/JA/00489  
Ctra. Martos- Torredonjimeno, km 2  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 34 05

**El Polígono**

R/JA/00531  
C/ Bailén, 12 Pol. Ind. Cañada Fuente  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 39 04

**Andaluz**

R/JA/00651  
C/ Bailén s/n  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 34 06

**Mesón Los Reales**

R/JA/00752  
Avda. Pierre Cibie, 47  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 70 07 32

**Baviera**

R/JA/00796  
C/ Delgado Serrano, 1  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 40 41

**El Olivar**

R/JA/00813  
C/ Rodríguez de la Fuente, 7  
23600 Martos (Jaén)  
Tfno. 953 55 12 40

**TORREDELCAMPO****Torrezaf**

R/JA/00180  
C/ San Bartolomé, 90  
23640 Torredelcampo (Jaén)  
Tfno. 953 56 71 00

**Casa Vacas**

R/JA/00448  
Paseo de la Estación, 31  
23640 Torredelcampo (Jaén)  
Tfno. 953 56 77 24

**La Floresta**

R/JA/00556  
C/ Sol, 1  
23640 Torredelcampo (Jaén)  
Tfno. 953 56 70 68

**El Duque**

R/JA/00675  
C/ Antonio Machado, 1- bajo  
23640 Torredelcampo (Jaén)  
Tfno. 953 56 87 46

**Lola**

R/JA/00444  
C/ San Miguel, 2  
23640 Torredelcampo (Jaén)  
Tfno. 953 56 79 21

**VALDEPEÑAS DE JAÉN****Patatillas**

R/JA/00481  
C/ Real, 34  
23150 Valdepeñas de Jaén (Jaén)  
Tfno. 953 31 13 45

**Mesón El Granaíno**

R/JA/00533  
Avda. de Granada, 28  
23150 Valdepeñas de Jaén (Jaén)  
Tfno. 953 31 06 97

**El Chamizo**

R/JA/00653  
C/ Fondón s/n  
23150 Valdepeñas de Jaén (Jaén)  
Tfno. 953 31 02 58

**El Polos**

R/JA/00671  
C/ Obispo, 11  
23150 Valdepeñas de Jaén (Jaén)  
Tfno. 953 31 13 36















# Patrimonio Oleícola

ACC PATRIMONIO OLEÍCOLA Y PUESTA EN VALOR DE ACEITES TÍPICOS  
EN CIRCUITOS COMERCIALES DE RADIO CORTO: LABELIZACIÓN DE AGROTIENDAS

## FINANCIAN



Unión Europea  
FEOGA-O



MINISTERIO  
DE MEDIO AMBIENTE  
Y MEDIO RURAL Y MARINO



JUNTA DE ANDALUCÍA  
CONSEJERÍA DE AGRICULTURA Y PESCA

## PROMUEVEN



Promoción Económica del Arco  
Noreste de la Vega de Granada



EMPRESARIOS DE BAJAS ANDALUCÍA



Asociación para el Desarrollo  
de la Campesino Norte de Jaén



ASOCIACIÓN DESARROLLO RURAL

