

103 Recetas

para una **Capitalidad**



Diario de Almería

 GRUPO JOLY


Junta de Andalucía


ALMERÍA
GRUPO

103Recetas para una Capitalidad

Primera edición: diciembre de 2020

Dep. Legal: AL 2857-2020

©TEXTOS y COORCINACIÓN
Antonio Zapata

©FOTOGRAFÍAS
Juan José Pascual Lobo

©DISEÑO Y MAQUETACIÓN
David Cuesta Rincón

Platos elaborados por Antonio Carmona
en la Terraza Carmona (Vera)

IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN
Escobar Impresores
www.escobarimpresores.com

EDITA
Editorial Almeriense de Publicaciones Independientes S.L.
Diario de Almería. Grupo Joly
www.diariodealmeria.es

Queda totalmente prohibida la reproducción, escaneo o distribución de esta obra por cualquier medio o canal sin permiso expreso tanto de autor como de editor, bajo la sanción establecida por la legislación.

103 Recetas

para una **Capitalidad**

Diario de Almería

 GRUPO JOLY

PRELUDIO

D

Diario de Almería apostó por la Capitalidad Gastronómica desde el minuto uno. Nada más conocer la intención del Ayuntamiento de presentar su candidatura en la Feria de Turismo de Madrid (FITUR) de 2018, decidimos sumar el logotipo a la portada del periódico. Desde entonces, y han pasado casi dos años, tanto el Diario como el Grupo Joly, al que pertenecemos, no hemos dejado ni un sólo día de participar, apoyar, colaborar y contribuir en lo que, con seguridad, ha sido uno de los eventos más hermosos que la capital ha celebrado a lo largo de su historia.

La gastronomía es el argumento perfecto para difundir lo que es la ciudad y su provincia en el exterior. Aunque razonamientos no nos han faltado, lo cierto es que a lo largo del año todos y cada uno de los eventos que se han celebrado han contribuido de forma positiva a consolidarnos como referentes en un sector de extrema competencia, pero del que hemos salido airosos e, incluso, con nota diría yo.

La guinda a un trabajo bien hecho, a un apoyo incondicional a la capital, es el libro que ustedes tienen en sus manos. "104 Recetas para una capitalidad" es la aportación de Diario de Almería a una efeméride que pasará a la historia por lo que deja de poso entre nosotros. Pero queríamos ir un paso más allá. Por eso ofrecemos a la provincia un libro de recetas diferente. Un libro en el que el chef Antonio Carmona ha puesto todo su saber culinario; un libro en el que el gastrónomo Antonio Zapata ha incorporado un plato para cada pueblo; un libro en el que el fotógrafo Juan José Pascual Lobo ha disparado el objetivo de su cámara para que ustedes puedan saborear las elaboraciones casi desde el papel.

Pero lo más importante no está ahí, sino en la posibilidad que a partir de ahora tienen todos ustedes, los amantes de la cocina y los que no, de ponerlo sobre la encimera y tratar de elaborar los sabores de Almería desde la cocina de su casa. Hemos puesto el alma en el trabajo. Deseando que les guste, es nuestra pequeña aportación a la Capitalidad Gastronómica y la de todos los pueblos que componen la provincia de Almería. ¿Gustan?



Antonio Lao
Director del Diario de Almería

PRÓLOGO

R

riqueza gastronómica con productos de excelencia

La gastronomía almeriense es uno de los grandes patrimonios que nuestra tierra ofrece a sus vecinos, a los andaluces en general y a todos los habitantes del mundo que, cada día más, apuestan por acercarse a esta provincia donde una materia prima de excelencia es la base de unas recetas de primer orden.

La huerta de Almería, cargada de frutas y hortalizas de la más alta calidad, es siempre el primer paso de las recetas tradicionales de una provincia donde se sabe respetar la autenticidad de las costumbres en los fogones sin dejar de lado los avances que nuestros chefs saben implementar sin alterar la esencia de los platos.

La buena cocina comienza en los campos, donde los agricultores y ganaderos almerienses dan lo mejor de sí para llevar al mercado alimentos sabrosos y saludables. Y sigue en la cocina, donde los cocineros, que son embajadores de nuestra riqueza culinaria, dan un toque indispensable a los productos que hace vibrar a los comensales. Además, es importante saber maridar los platos con un buen vino de la tierra que nos permita disfrutar de nuestros mejores manjares.

Las celebraciones suelen ir acompañadas de buena comida porque nos gusta compartir lo mejor que tenemos con los nuestros y este libro de recetas es, sin duda, una gran recopilación para quienes quieran hacer que su mesa, cada día, sea una celebración.

Disfrútelo.



Carmen Crespo
Consejera

E

El año que nos supo a gloria

Durante el año 2019, Almería fue la Capital Gastronómica de España, lo que permitió que durante doce intensos meses pudiéramos demostrar que quien no ha comido en Almería no ha comido nunca de verdad. Puede parecer una afirmación propia del afecto desmedido por mi tierra, pero objetivamente hay que admitir que aquí no sólo se come muy bien, sino que además se come sano. Y eso no solo favorece a la salud, sino que además templó el carácter.

Ser la Capital Gastronómica del país donde mejor se come de todo el mundo no era una posición fácil de defender, pero creo que entre todos conseguimos perfilar la receta infalible para estos casos: unidad, trabajo, experiencia y buena mano.

Los mejores y más frescos productos del mar y la tierra, nuestras verduras, nuestros pescados y carnes, los aceites y vinos del interior y la depurada técnica de los profesionales de la hostelería almeriense se dieron la mano en un año inolvidable que nos supo a gloria. Ayuntamiento, Diputación, Junta de Andalucía, Gobierno de la Nación y los colectivos de productores y empresarios de la alimentación supimos trabajar juntos en el objetivo común de llevar a Almería a las mesas de toda España. Y el resultado fue inmejorable.

Les dejo que disfruten con un libro que recoge las recetas y los secretos de esa cocina almeriense que, cuando se prueba, nunca se olvida.



Ramón Fernández-Pacheco
Alcalde de Almería

INTRODUCCIÓN



na cocina tradicional para el siglo XXI

Cuando Antonio Lao me propuso hacer un libro con una receta típica de cada municipio almeriense me lo tomé con escepticismo y, de inmediato, como un reto. Escepticismo porque hay platos que se podrían adjudicar a todos y cada uno de nuestro ciento tres municipios. Por citar solo los más populares, migas, gachas, trigo, gurullos o roscos de anís son nombres que todo quisque cita cuando le preguntan por los platos típicos de su pueblo.

Los orígenes de los platos que conocemos como populares o tradicionales siempre son inciertos. En algunos casos se pierden en la noche de los tiempos como las gachas, las migas o las talvinas, que ya estaban en la mesa de los antiguos egipcios hace siete mil años e incluso mucho antes en las zonas donde se originó la agricultura hace diez o doce mil años. Añadamos que no hay fronteras que delimiten que hasta aquí se hacen los guisos así y a partir de esta raya imaginaria de aquella otra forma. Incluso hay variantes de cualquier puchero o postre en pueblos distintos y hasta en familias distintas: que sí con garbanzos o con habichuelas, con papas o sin ellas, con arroz o con fideos, con azúcar o con miel... Pero una vez vacunados contra estos localismos, hay que decir que también es cierto que con el paso de los siglos hemos creado un estilo almeriense muy presente en docenas de recetas tradicionales. Un acento impregnado de pimentón, cominos, ajo y almendra, sofritos con pimiento seco, pimientos verdes asados para usar en guisos, salsas y ensaladas...

Y de ahí parte el reto de que no quede fuera de este libro ningún plato significativo y, aun más complejo, adjudicárselos a cada pueblo. En pocos casos la relación es clara y evidente, y en los demás he procurado mantener el estilo de la comarca. Espero que nadie se sienta demasiado decepcionado porque las migas no estén en la página correspondiente a su pueblo.

En este reto he contado con dos profesionales de categoría especial, Antonio Carmona y Juan José Pascual, con los que llevo más de veinte años colaborando, desde aquel iniciático Gran Libro de la Cocina Almeriense de 1997. Se han dejado la piel y muchas horas de sueño en la tarea de presentar y retratar los platos de siempre con un estilo actual y atractivo. Porque la cocina no debe ser pieza de museo, y para ello tiene que evolucionar. Ellos y yo lo hemos intentado. Ahora les toca a ustedes, lectores interesados, echar un ratito en sus cocinas para que estos platos sigan estando en las mesas a diario y no solo en las estanterías de su biblioteca.



Antonio Zapata
Gastrónomo

LOS PUEBLOS

Abla.....	pag. 10	La Mojonera.....	pag. 69
Abrucena.....	pag. 11	Laroya.....	pag. 70
Adra.....	pag. 12	Laujar de Andarax.....	pag. 71
Albánchez.....	pag. 13	Líjar.....	pag. 72
Alboloduy.....	pag. 14	Los Gallardos.....	pag. 73
Albox.....	pag. 15	Lubrín.....	pag. 74
Alcolea.....	pag. 16	Lucainena de las Torres.....	pag. 75
Alcántar.....	pag. 17	Lúcar.....	pag. 76
Alcudia de Monteagud.....	pag. 18	Macael.....	pag. 77
Alhabia.....	pag. 19	María.....	pag. 78
Alhama de Almería.....	pag. 20	Mojácar.....	pag. 79
Alicún.....	pag. 21	Nacimiento.....	pag. 80
Almería.....	pag. 22	Níjar.....	pag. 81
Almócita.....	pag. 23	Ohanes.....	pag. 84
Alsodux.....	pag. 26	Olula de Castro.....	pag. 85
Antas.....	pag. 27	Olula del Río.....	pag. 86
Arboleas.....	pag. 28	Oria.....	pag. 87
Armuña de Almanzora.....	pag. 29	Padules.....	pag. 88
Bacares.....	pag. 30	Partaloa.....	pag. 89
Balanegra.....	pag. 31	Paterna del Río.....	pag. 90
Bayárcal.....	pag. 32	Pechina.....	pag. 91
Bayarque.....	pag. 33	Pulpí.....	pag. 92
Bédar.....	pag. 34	Purchena.....	pag. 93
Beires.....	pag. 35	Rágol.....	pag. 94
Benahadux.....	pag. 36	Rioja.....	pag. 95
Benitagla.....	pag. 37	Roquetas de Mar.....	pag. 98
Benizalón.....	pag. 38	Santa Cruz de Marchena.....	pag. 99
Bentarique.....	pag. 39	Santa Fé de Mondújar.....	pag. 100
Berja.....	pag. 40	Senés.....	pag. 101
Canjáyar.....	pag. 41	Serón.....	pag. 102
Cantoria.....	pag. 42	Sierro.....	pag. 103
Carboneras.....	pag. 43	Somontín.....	pag. 104
Castro de Filabres.....	pag. 46	Sorbas.....	pag. 105
Chercos.....	pag. 47	Sufí.....	pag. 106
Chirivel.....	pag. 48	Tabernas.....	pag. 107
Cóbdar.....	pag. 49	Taberno.....	pag. 108
Cuevas del Almanzora.....	pag. 50	Tahal.....	pag. 109
Dalías.....	pag. 51	Terque.....	pag. 110
El Ejido.....	pag. 52	Tíjola.....	pag. 111
Enix.....	pag. 53	Las Tres Villas.....	pag. 114
Felix.....	pag. 55	Turre.....	pag. 115
Fines.....	pag. 56	Turrillas.....	pag. 116
Fiñana.....	pag. 57	Uleila del Campo.....	pag. 117
Fondón.....	pag. 58	Urrácal.....	pag. 118
Gádor.....	pag. 59	Velefique.....	pag. 119
Garrucha.....	pag. 60	Vélez-Blanco.....	pag. 120
Gérgal.....	pag. 61	Vélez-Rubio.....	pag. 121
Huécija.....	pag. 64	Vera.....	pag. 122
Huércal de Almería.....	pag. 65	Víator.....	pag. 123
Huércal-Overa.....	pag. 66	Vícar.....	pag. 124
Íllar.....	pag. 67	Zurgena.....	pag. 125
Instinción.....	pag. 68	Fuente Victoria.....	pag. 126

LOS PLATOS

A

Acelgas esparragás.....	pag. 42
Ajillo cabañil.....	pag. 33
Ajo colorao.....	pag. 50
Ajo colorao con caracoles.....	pag. 29
Albóndigas de leche.....	pag. 68
Alcuzcuz.....	pag. 89
Alfajor de miel.....	pag. 78
Andrajos con liebre.....	pag. 76
Arroz aparte.....	pag. 98
Arroz caldúo.....	pag. 100
Arroz con patatas y pimientos.....	pag. 72
Arroz de matanza.....	pag. 109
Arroz en caldero.....	pag. 86
Asado del martes.....	pag. 28
Atún encebollao.....	pag. 53
Azolimoje.....	pag. 16

B

Berza.....	pag. 117
------------	----------

C

Calamar en aceite.....	pag. 52
Calamares con habas.....	pag. 43
Caldo de matanza.....	pag. 121
Caldo en blanco.....	pag. 91
Cardonchas.....	pag. 41
Choto en ajillo.....	pag. 81
Cocido.....	pag. 26
Cocido de correas.....	pag. 32
Cocina mareá.....	pag. 38
Conejo en salsa.....	pag. 124
Cordero a la moruna.....	pag. 93
Costillas con setas.....	pag. 11
Cuajadera.....	pag. 60
Cuajao de almendras.....	pag. 39

D

Dulce del paraíso.....	pag. 84
------------------------	---------

E

Empedrao.....	pag. 21
Ensalada asada.....	pag. 103
Ensalada de col y granada.....	pag. 119
Ensalada de patatas.....	pag. 47
Ensalá de caldo.....	pag. 56
Escabeche.....	pag. 73
Estofado de habichuelas.....	pag. 59
Estofado de toro.....	pag. 10

F

Farinetas.....	pag. 46
Fideos con pintarroja.....	pag. 31
Fideos con pulpo.....	pag. 92
Fideos en cazuela.....	pag. 34
Fritá de bacalao.....	pag. 104
Fritá de magra.....	pag. 106
Fritá gitana.....	pag. 27

G

Gachas.....	pag. 65
Gachas papas.....	pag. 101
Gachas-Tortas.....	pag. 80
Gallina en pepitoria.....	pag. 69
Gazpacho de ajo.....	pag. 13
Gazpacho de pepino (o pobre).....	pag. 36
Guisao de hinojos.....	pag. 114

Guisillo de cordero.....	pag. 105
Guiso de bodas.....	pag. 20
Guisote de calabaza.....	pag. 67
Gurullos con caza.....	pag. 61
Gurullos con jibia seca.....	pag. 79

H

Harina tostada.....	pag. 99
---------------------	---------

J

Jibia en salsa.....	pag. 77
---------------------	---------

L

Lentejas con habas.....	pag. 118
-------------------------	----------

M

Maimones.....	pag. 111
Menestra de verduras.....	pag. 75
Migas.....	pag. 55
Migas con patatas o 'de chorrillo'.....	pag. 116
Migas en torta.....	pag. 30

O

Olla con peras de invierno.....	pag. 120
Olla de trigo.....	pag. 19
Olla gitana.....	pag. 17
Orejones con nabos.....	pag. 88

P

Pajarillas.....	pag. 23
Pan de higo.....	pag. 74
Papaviejos.....	pag. 14
Pasteles virgitanos.....	pag. 40
Patatas con bacalao.....	pag. 49
Patatas con calabaza en ajillo.....	pag. 70
Patatas en ajopollo.....	pag. 123
Pebetes.....	pag. 58
Pelotas de harina de maíz.....	pag. 66
Pimentón.....	pag. 22
Pimentón con caracolíllos.....	pag. 18
Potaje de acelgas.....	pag. 64
Potaje de castañas.....	pag. 90
Potaje de habas secas y calabaza.....	pag. 35
Potaje de garbanzos con bacalao.....	pag. 125
Potaje de trigo.....	pag. 108
Potaje de verano.....	pag. 71

R

Rape con papas y almendras.....	pag. 115
Remojón de naranja y bacalao.....	pag. 110
Remojón de Nochebuena.....	pag. 15
Rociaos.....	pag. 48
Roscós de anís.....	pag. 87

S

Salmonetes con ajoblanco.....	pag. 95
Sobrehusa de verduras.....	pag. 126
Sopa de almendras (o alpujarreña).....	pag. 94
Soplillos o Suspiros.....	pag. 37

T

Talvinas.....	pag. 102
Talvinas de los cortijos de Adra.....	pag. 12
Torticas de avío.....	pag. 122
Tortilla de ajetes y bacalao.....	pag. 107
Tortilla de guisantes.....	pag. 51
Turrón de Olula de Castro.....	pag. 85

Z

Zaramandoña.....	pag. 57
------------------	---------



Estofado de toro

Se pone la carne en tacos en una cazuela honda, con el laurel, los ajos, el jamón, la pimienta, la canela y poca sal. Se rocía con el aceite, se tapa la cazuela y se agita para que todo se impregne bien. Se pone el recipiente en el fuego y se añade una copa de jerez seco y media botella de vino blanco (o jerez y agua a partes iguales). Se cuece a fuego suave hasta que esté muy tierna; según la calidad de la carne puede oscilar entre dos y tres horas. Si han tenido la carne en el congelador el tiempo de cocción disminuye. También es interesante lo que nos predica Bocuse en su "Cocina de mercado": prolongar la cocción de este tipo de carnes hasta que empiezan a deshacerse y las fibras absorben el jugo desprendido.

Hay quien pone cebolla y tomate, pero para mí esto no es lo tradicional.

INGREDIENTES

1 kg de carne de toro de lidia (lomo, babilla, tapa), 1 cabeza de ajos, 1 hoja de laurel, pimienta en grano, corteza y tocino de jamón, un trozo de canela en rama, sal, vino blanco seco, 1 dl de aceite de oliva y sal.



La costumbre era guisar toro los días de feria con corridas. Se formaban largas colas en las carnicerías que indicaban la venta de toro con la bandera española (como los estancos y los camiones de la Campsa). Esa costumbre está volviendo, aunque sin bandera.

Se suele acompañar este estofado con patatas fritas, sobre todo si son de las pequeñas, fritas enteras con mucho aceite, ajos y laurel.

48 min. (75,8 km) por A-92

► Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a

► Conduce por A-92

► Toma la salida 336 desde A-92

► Toma A-92R2 hacia Abla





Costillas con setas

Se trocea la costilla en trozos medianos y se pone a macerar con la cabeza de ajos partida por la mitad, con su piel, una cebolla cortada en cuartos, tomillo, laurel, romero y vino durante un mínimo de cuatro horas. Mientras, se hace un refrito con dos ajos y el resto de la cebolla muy picados y, en ese sofrito, se saltean las setas cortadas en tiras.

Una vez macerada la carne, se escurre y se saltea un poco en dos o tres cucharadas de aceite hasta que quede dorada, se le pone sal y pimienta y se cubre con agua y un poco del vino de la maceración, colado. Cuando la carne esté a medio hacer se añade la calabaza troceada y se termina de hacer. Gracias a la calabaza queda una salsa bien trabada. Se sirve poniéndole por encima las setas salteadas con la cebolla

INGREDIENTES

1 kg de costilla de cerdo magra, 500 g de setas, 750 g de cebollas, 500 g de calabaza, 1 l de vino blanco, 1 cabeza de ajos, aceite, sal, pimienta, tomillo, laurel y romero.



En un concurso convocado en 1997 por el Líder Alpujarra-Sierra Nevada, esta receta -enviada por Encarnación Martínez, de Abrucena- tuvo premio.

Es uno de los pocos platos con setas en la provincia; precisamente en esta comarca se dan bastantes y hacen jornadas micológicas todos los años.

48 min. (69 km) pasando por E-15 y A-92



- ▶ Incorpórese a E-15 / A-7 / Autovía del Mediterráneo
- ▶ En la rotonda, tome la cuarta salida por A-92 hacia Granada / Guadix / A-92
- ▶ En la rotonda, tome la tercera salida por A-8207
- ▶ Gire a la derecha por AL-5403



Talvinas de los cortijos de Adra

Se frien en aceite la longaniza y el tocino cortados en trocitos y se reservan. En otra sartén grande se fríen las almendras y el pan cortado en cuadraditos. Se sacan y se escurren.

Se quita casi todo el aceite, se echa la leche con un poco de sal y, antes de que empiece a hervir, se le va añadiendo la harina hasta formar unas gachas blandas. Se pone la matalahúva, se deja unos minutos y se aparta; se les echa el tocino, la longaniza, las almendras y el pan, y se espolvorea por encima un poco de azúcar y canela molida.

INGREDIENTES

150 g de harina de trigo, 2 rebanadas de pan, 1 l de leche, 50 g de almendras, 100 g de longaniza, 100 g de tocino, 50 g de azúcar, aceite de oliva virgen, canela y matalahúva.

Era costumbre medieval poner azúcar y canela en todos los platos salados, especialmente en los de carne, como se puede ver en los recetarios de la época, tanto cristianos como musulmanes.

Estas talvinas acreditan así su antigüedad. Y su ascendencia cristiana, evidentemente.

54 min. (78 km) por la A-7



- ▶ Toma E-15/A-7 desde Av. de los Juegos del Mediterráneo, N-344 y N-349
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección A-92/Granada/Almería
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia ALP-103. Toma la salida 389 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por ALP-103 y N-340a hasta Calle Paseo de Navegantes en Adra





Gaspacho de ajo

Se hace un ajo blanco triturando las almendras, el pan remojado con agua y vinagre, el aceite y sal, hasta conseguir una pasta similar a una mahonesa espesa.

Se diluye con agua fría al gusto, se rectifica de sal y de vinagre y se le ponen tropezones de pepino y de pan, ambos cortados en cuadritos.

INGREDIENTES

50g de almendras crudas peladas, 25g de pan duro, 1 diente de ajo, 1 dl de aceite de oliva virgen extra, gotas de vinagre, sal y agua.

Guarnición: pepino y pan seco o tostado.

Aunque este gaspacho se conoce en el mundo como malagueño con el nombre de ajo blanco, en la comarca del Almanzora se hace de toda la vida, pero lo llaman "de ajo", porque reservamos el nombre de ajo blanco para la salsa.

También es frecuente hacerlo con alioli en vez de con ajo blanco. El resto del procedimiento es idéntico y el nombre también.



1 h. 19 min. (89 km) por la A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7, A-92, N-340a, A-349... y AL-6106
- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la cuarta salida e incorpórate a A-92 en dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ En la rotonda, toma la salida hacia la AL-5100



ALBOLODUY



Papaviejos

Se cuecen las patatas y se pasan por el pasapurés; se añaden los huevos batidos y la leche; se mezcla todo y se añaden los demás ingredientes amasándolos bien. Se van cogiendo porciones de masa con una cuchara y se van echando en una sartén con aceite bien caliente.

Al sacarlos se pasan por un plato con azúcar y canela.

INGREDIENTES

4 patatas gordas, 4 huevos, 6 cucharadas de harina, 1 sobre de levadura, 1 cucharadita de canela, 1 vaso pequeño de leche y ralladura de limón. Azúcar y canela molidas para rebozar. Aceite para freír.



Son típicos de Semana Santa. Algunos los hacen sin patata, con azúcar en la masa, pero en ese caso se parecen más a las tortas fritas de Los Vélez. Y además el nombre no tendría sentido al no llevar "papas".

41 min. (40,8 km) por A-1075

- ▶ Conduce por Ctra. de Almería/N-340a, E-15/A-7, N-340a, A-348 y A-1075
- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida dirección A-348
- ▶ Gira ligeramente a la derecha hacia A-1075
- ▶ Toma Carr. Alhabia hasta tu destino en Alboloduy



Remojón de Nochebuena

Se cuecen juntos los tomates, pimientos, cebolla y bacalao. También se aprovecha para cocer los huevos y reservarlos. Los embudidos y el tocino se sofríen en aceite y se reservan en el mismo.

Las hortalizas cocidas se pasan por el pasapurés y se ponen en una fuente.

Se añade la matanza frita, el bacalao troceado y se adorna con los huevos cocidos partidos y unas tiras de pimiento verde asado seco, que se habrá cocido hasta ablandarlo.

INGREDIENTES

4 pimientos secos, 3 tomates secos, 600 g de cebolla, 150 g de bacalao desalado y sin raspas, 4 huevos, 150 g de chorizo, 150 g de longaniza y 100 g de tocino.

El nombre de este barroco guiso no deja lugar a dudas sobre cuando se consume: la noche del 24 de diciembre, antes de la tradicional Misa del Gallo.

Es una tradición que aún hoy se mantiene muy viva en la mayoría de las familias de la zona.



1 h. 20 min. (120 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia AL-7102. Sal de A-334
- ▶ Toma A-334 R3 hacia Plaza San Francisco en Albox





Azolimoje

Se desala el bacalao y se rompe en migas muy pequeñas. Se cuece la cebolla y se corta en trocitos. Se frien ligeramente, con poco aceite, las migas de bacalao y la cebolla cocida.

Se frien los pimientos secos y se machacan en el mortero. Se mezcla la fritura de bacalao con el pimiento machacado y los ajos crudos o asados cortados en rodajas, se añaden las aceitunas negras y se aliña con el aceite y muy poca sal, por aquello del bacalao.

INGREDIENTES

200 g de bacalao salado, 1 cebolla gorda, 2 pimientos rojos secos, 4-6 dientes de ajo, aceitunas negras sin hueso, aceite de oliva virgen extra y sal.

Es una de las muchas pipirranas alpujarreñas, quizá la más típica, aunque las variantes son muchas y los nombres que reciben también: remojón, plato lindo, pipirrana, azolimojo...



57 min. (71 km) por la A-7



- ▶ Toma E-15/A-7 desde Av. de los Juegos del Mediterráneo, N-344 y N-349
- ▶ En la rotonda, toma la salida hacia Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Motril/Málaga
- ▶ Sigue por A-358 y A-347 hasta Calle Real en Alcolea

Olla gitana

Se ponen a hervir dos litros de agua en una olla con las judías y los garbanzos. Se espuma y se deja cocer a fuego suave. Cuando falten unos minutos para el final se añaden las verduras (las judías verdes troceadas, la calabaza y las peras en cuadrillos) sin que se corte el hervor.

Mientras, se fríen en aceite el pan y el ajo y se majan en el mortero, junto con el azafrán de pelo y el ajo. En ese mismo aceite se fríe la cebolla picada y cuando esté un poco dorada se añade el pimentón, se rehoga unos segundos y se añade el tomate rallado.

A media cocción se añaden a la olla el sofrito de cebolla, el majado, el vinagre y la pimienta, y se prueba de sal. Debe quedar caldoso y empanado.

INGREDIENTES

250 g de garbanzos, 200 g judía blanca, 250 g judía verde, 150 g calabaza, 4 peras, 1 rebanada de pan, almendras tostadas, 1 cebolla, 1 diente ajo grande, 2 tomates maduros, 1 cuchara sopera de pimentón dulce, azafrán, 1 cucharada de vinagre, pimienta molida y sal.

Es curiosa la costumbre de apellidar 'gitana' a una comida sin carne (ver también *fritá gitana*), porque a los gitanos les encanta la carne.

Quizá se deba a que los no gitanos equiparaban gitano a pobre.



**1 h. 41 min. (104 km)
por la A-92 y A-1178**

- ▶ Toma E-15/A-7, A-92, A-1178 y AL-6403 hacia AL-6402
- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la cuarta salida e incorpórate a A-92 en dirección Guadix/Granada
- ▶ En la rotonda, toma la salida por A-1178
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección Av. de Lepanto/A-1182
- ▶ Sigue por AL-6402 hasta tu destino en Alcantar





Pimentón con caracolillos

Se cuecen los caracoles de la forma habitual y se reservan. Se cuele el caldo, se añade más agua y se pone a hervir con las patatas troceadas, el tomate y la cebolla. Cuando están cocidos el tomate y la cebolla se sacan, se pelan y se majan en un mortero junto con el ajo, pimienta, cominos, pimentón y sal. Esta pasta se liga con un chorro de aceite de oliva, como si fuera una mahonesa.

A la olla con las patatas se añaden los pimientos asados en tiras y los caracoles cocidos. Se deja un hervir unos minutos y se aparta de la lumbre. Se diluye lo del mortero con un poco de caldo, cuidando que no se corte, y se añade al guiso, sin dejar que vuelva a hervir porque se cortaría

INGREDIENTES

1 kg de caracoles pequeños, 2 patatas, 1 tomate maduro, 1 cebolla pequeña, 2 dientes de ajo, 2 pimientos verdes asados, aceite virgen extra, 1 cucharadita de pimentón, sal, pimienta y cominos.

Difiere del pimentón de la costa en que lo hacen con caracoles en vez de pescado y en que, además del pimiento y el tomate, ponen también cebolla. Los caracoles empleados son de los pequeños, llamados en Almería "chupaeros".

Es tradicional y aconsejable poner un poco de guindilla.



53 min. (71 km) por la A-349

- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección A-92/Granada/Almería
- ▶ Toma la salida 452 hacia A-92, en dirección Viator/Guadix/Granada
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección N-340a
- ▶ Toma A-349 hacia Calle Siete Vueltas en Alcudia de Monteagud



Olla de trigo

Hay que empezar el día antes, poniendo los garbanzos en remojo y limpiando la cascarilla que pueda conservar el trigo. Una vez limpios los granos se ponen a hervir durante una media hora, tras lo cual se aparta la olla del fuego, se tapa y se abriga con unos paños para que el trigo siga hinchando.

Al día siguiente se blanquean en agua hirviendo durante 10 minutos las carnes; se sacan, se lavan con agua fría y se ponen en una olla grande con agua fresca y los garbanzos; cuando hierva se espuma el caldo, se añade la morcilla seca y se baja el fuego.

Cuando los garbanzos están tiernos se añade el trigo escurrido y unos minutos después los hinojos y se sigue cocinando cinco o seis minutos.

Si se ponen patatas hay que echarlas diez minutos antes que el trigo. Si se usan morcillas frescas se añaden al final. Debe reposar un poco; incluso está mejor de un día para otro.

INGREDIENTES

300 g de trigo en grano, 200 g de garbanzos, 200 g de morcilla seca o fresca; 400 g de cerdo (costilla, pata, rabo y espinazo frescos), 1 manojo de hinojos tiernos, 2 patatas (optativo).

Como en muchos pucheros o cocidos es frecuente que en unas zonas lo hagan con garbanzos y en otros con habichuelas, incluso con ambas legumbres. Donde lo hacen con judías blancas le suelen poner azafrán.

En Alhabia, desde hace más de setenta años, el restaurante Pérez hace este y otros muchos platos típicos con acierto y éxito.

35 min. (34 km) por la A-7



- ▶ Toma Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ En la rotonda, toma la tercera salida en dirección A-348



Guiso de bodas

Se sofríe la carne en una sartén y, cuando está a medio rehogar, se añade la cebolla picada y se sigue friendo hasta que la cebolla esté transparente. Mientras, se hacen albóndigas con la carne picada aliñada al gusto, huevo y miga de pan; se frien en aceite abundante. Se frien también las alcachofas cortadas en cuartos, rebozadas con huevo y harina.

En una cazuela con un litro de agua se pone el sofrito de carne y cebolla, las patatas, las albóndigas, las almendras picadas, la hoja de laurel, el tomate seco y la cabeza de ajos, y se dejan hervir a fuego lento una media hora. Entonces se añaden las alcachofas fritas y se deja hervir unos minutos más. El caldo debe quedar espeso.

INGREDIENTES

½ kg de pollo o cordero, ½ kg de patatas, ½ kg de carne picada para albóndigas, ½ kg de alcachofas, 1 hoja de laurel, 1 tomate seco, 25 g de almendras, 1 cebolla pequeña y 1 cabeza de ajos.

Hace ya bastantes años que la alhameña Teresa Pérez Reyes me pasó esta receta, cuya utilización está bien clara.

Espero que se siga cocinando hoy día, con bodas o sin bodas.



30 min. (31 km)
por la A-7 y A-348

- ▶ Toma Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorporate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ En la rotonda, toma la segunda salida y continúa por N-340a
- ▶ Sigue por A-348 hasta Alhama de Almería

Empedrao

Se ponen habichuelas a cocer en agua con el laurel y los ajos. Cuando dan un primer hervor, se cambia el agua y se dejan cocer hasta que estén tiernas.

Mientras tanto, se sofríe la cebolleta con aceite virgen, se añade luego el tomate rallado y la longaniza. Se añade este sofrito a la cazuela con las habichuelas, se prueba de sal y se le pone azafrán, pimienta molida y un pellizco de canela. Se echa el arroz y se cuece a fuego medio.

Debe quedar algo meloso, por lo que se calculará que la cantidad de agua sea algo más del doble que la de arroz, en volumen.

INGREDIENTES

300 g de arroz, 100 g de habichuelas blancas, 150 g de longaniza, 1 cabeza de ajos, 2 cebolletas, 2 tomates, 1 hoja de laurel, azafrán, pimienta molida, 1 pellizco de canela, aceite y sal.

Plato extendido por toda la provincia, donde se hace a veces con garbanzos; en unos sitios lo hacen más caldoso, en otros con bacalao en vez de longaniza o incluso sin ningún tropezón: todo el sabor a cargo del sabroso majao en el que se incluye, además de las especias dichas, comino y matalahúva.

32 min. (35 km)
por la A-7 y A-348



- ▶ Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección N-340a
- ▶ Sigue dirección A-348 hasta salida AL-3405





Pimentón

Se hierven en el agua el tomate y el pimiento seco, se sacan, se pelan y se majan en un mortero junto con un ajo, pimienta, cominos y sal. Esta pasta se liga con un chorro de aceite de oliva, tal como si fuera una mahonesa.

En el agua se pone una rama de perejil y las patatas troceadas; cuando están casi cocidas se añade el pimiento asado en tiras y el pescado.

Se le da un hervor, que el pescado requiere poca cocción, y se le añade lo del mortero, apartándolo de la lumbre casi de inmediato, ya que dicese que "pimentón hervío, pimentón perdío".

INGREDIENTES

400 g de raya, boquerón o sardina, 1,5 l de agua, 2 ó 3 patatas, 2 pimientos secos, 1 tomate maduro, 1 diente de ajo, 1 pimiento verde asado, 5 cl de aceite virgen, sal, pimienta, perejil y cominos.

Facultativo: 1 trozo de guindilla.

Sugerencia para modernos: cocer brevemente el pescado, sacarlo, quitarle las raspas y reservarlo. En ese caldo, colado se ponen el tomate y pimiento seco y se sigue como en la receta clásica.

El pescado se vuelve a echar al final. También admite unas almejas, incluso unas gambas si estamos rumbosos.





Pajarillas

Se fríen dos dientes de ajo, el pimiento y las almendras, y se majan en el mortero con dos ajos crudos, la molla de pan, sal, orégano y pimienta.

En el mismo aceite se fríe la asadura cortada en trozos y la cebolla picada. Cuando está dorada se añade lo del mortero, el vino y el tomate seco picado, hasta que se consuma el vino y la carne esté tierna.

Solía llevar guindilla.

INGREDIENTES

1 kg de asadura de cerdo, 1 cebolla, 4 dientes de ajos, 12-14 almendras, 1 pimiento seco, 2 tomates secos, una molla de pan remojada con vinagre, 1 vaso de vino clarete alpujarreño, orégano, sal y pimienta.

Aceite de oliva para freír.

Este aliño tiene cierto parentesco con el ajillo, pero incorpora tomate seco y cebolla. Esta fórmula no se usa con otro tipo de carnes y era especialmente consumida en las matanzas.

Son míticas en toda la comarca las que hacía el compadre Sarito.

49 min. (55,6 km) por la A-348



- ▶ Toma Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorporate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ En la rotonda, toma la segunda salida y continúa por N-340a
- ▶ Sigue por Carr. Comarcal 332 hasta Almócita





sabores
ALMERÍA
Antonio Carreras Saizaga

ALMERÍA
2016





Cocido

Se pone una olla mediada de agua en la lumbre con los huesos, la carne de ternera y las carnes de cerdo. Cuando hierve un rato, se espuma, se añade agua fría y se ponen los garbanzos (remojoados previamente) y el pollo. Tras un segundo hervor se espuma bien y se baja el fuego al mínimo. Cuando los garbanzos están tiernos se añaden las patatas troceadas y las verduras elegidas, y se sigue hirviendo hasta que están cocidas.

Se puede servir todo junto o hacer una sopa de fideillos con parte del caldo y servir las verduras y las carnes en fuentes separadas.

Nota actualizada: se deben cocer aparte las verduras para que no queden demasiado blandas y sin color.

INGREDIENTES

300 g de garbanzos, 2-3 patatas, 1/2 pollo, un hueso de cerdo salado y otro de jamón, 250 g de ternera, rabo con espinazo, magro de cerdo y tocino.

Verduras optativas: zanahoria, judías verdes, nabo, col...

Este cocido se parece algo al famoso cocidito madrileño, aunque no lleva chorizo. Hay otros muchos guisos almerienses llamados 'cocido de...' pero este se llama escuetamente 'cocido', sin apellidos.



41 min. (37,7 km) por la A-7

- ▶ En la rotonda, toma la salida y continúa por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Tomar la rampa E-15/A-7 en dirección A-92/Granada/Málaga/Murcia
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ Sigue por A-348 y A-1075 hasta tu destino en Alsodux



Fritá gitana

Se cortan las patatas en cascós redondos o en rodajas, como para las papas a lo pobre pero más gruesas; se frien en una sartén con aceite, se sacan y se salan. En ese mismo aceite se frien los pimientos cortados en trocitos con un poco de sal, se les quita casi todo el aceite y se añaden las patatas.

Mientras, en otra sartén sin aceite se ponen los tomates pelados y picados y se fríen a fuego suave hasta que estén bien hechos. Se añade este tomate a la sartén donde están las patatas y los pimientos, se le da una vuelta a todo junto y se prueba de sal.

INGREDIENTES

600 g de patatas, 500 g de pimiento verde, 1 kg de tomate maduro, sal y aceite de oliva abundante para freír.

Una fritada parecida encontré en Fondón, aunque allí frien el tomate junto con las patatas y el resultado no es exactamente igual. Eso sí, el apellido 'gitana' es el mismo. Cosas del querer.

 **57 min. (84,9 km)
por la A-7**

- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 525 hacia Antas/Garrucha/Mojácar
- ▶ Conduce hasta A-1202 en Antas





ARBOLEAS

Asado del martes

Se ponen las caballas limpias y sin espinas en una lata para el horno untada de aceite. Se espolvorean de ajo picado y sal, se ponen los tomates cortados en cuatro trozos, las patatas cortadas en tiras finas y un chorreón de agua y/o zumo de limón. Se meten en el horno hasta que se hagan las patatas.

Dicen que el pescado no queda seco porque el tomate se encarga de poner el jugo, pero si les gusta el pescado más jugoso, prueben a incorporar las caballas cuando las patatas estén hechas.

INGREDIENTES

4 caballas hermosas, 4 tomates gordos maduros, 2 patatas, aceite de oliva virgen, ajos al gusto y sal.

Su nombre procede de que el martes era (y sigue siendo en muchos casos) el día de mercado callejero y era el único día en que llegaba pescado fresco a los pueblos del interior.

1 h. 13 min. (112 km) por A-7



- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia A-334. Toma la salida 547 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por A-334. Toma A-334R hacia Calle Granada en Arboleas





Ajo colorao con caracoles

Se lavan los caracoles y se ponen en agua fría a cocer hasta que salga el bicho, entonces se añade sal y el tomillo. Aparte se cuecen las patatas en trozos y se unen a los caracoles con su caldo, el tomate, la cebolla y el pimiento seco, y se dejan cocer unos minutos más.

Se sacan el tomate, el pimiento y la cebolla y se trituran junto con un trozo de patata, los ajos y el pimentón; se liga esta pasta con un poco de aceite y se añade al guiso de caracoles y patatas.

1 h. 21 min. (103 km) por A-349

- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Toma la salida 452 hacia A-92, en dirección Viator/Guadix/Granada
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección Carr. Baja/A-349



INGREDIENTES

1 kg de caracoles, 2-3 patatas, 1 pimiento seco, 1 tomate maduro, media cebolla, 2 dientes de ajo, 1 rama de tomillo, 1 cucharada de pimentón, sal, aceite virgen extra.

Este plato es pariente, tanto del pimentón de la costa como del ajo colorao del bajo Almanzora. También se relaciona con el ajo de mano de Jaén y con el 'atascaburras' manchego.

Además de los caracoles, se diferencia por el 'majao', tan almeriense.



BACARES

Migas en torta

En una sartén de unos 26 cm de diámetro se frien los ajos en el aceite y se sacan. Se echa la harina y se tuesta a fuego suave hasta que esté suelta. Se añaden los ajos pelados y el agua caliente con sal. Se mezcla bien y se cuece hasta que empiecen a soltarse las migas.

Entonces se deja que se forme una costra en el fondo –sin que se quemey se les da la vuelta como si fuera una tortilla de patatas, bajando el fuego para que se hagan del todo por dentro.

INGREDIENTES

400 g de harina de trigo duro, 6 dl de agua, 1dl de aceite de oliva, 4 dientes de ajo y sal.

A veces, para variar, se hacían las migas sin desliar del todo, dándoles la forma de tortilla.

Si se sacan con habilidad las conchas tostadas que se forman en el fondo de la sartén y se incorporan a la masa esponjosa, se consiguen un agradable contraste de texturas.



**1 h. 12 min. (81,6 km)
por la A-92 y A-1178**

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Ctra. de Almería N-340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 y A-92 hacia A-1178
- ▶ Toma la salida 362 desde A-92
- ▶ En la rotonda, toma la cuarta salida e incorpórate a A-92 en dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 362 hacia A-1178, en dirección Gérgal Este/Olula de Castro/Bacares/Serón
- ▶ Sigue por A-1178 hasta tu destino en Bacares



Fideos con pintarreja

Se hace un sofrito con la cebolla, el pimiento y los ajos picados, y los tomates pelados y rallados. Cuando esté listo se echan las verduras, se les da unas vueltas, se pone el pimentón, se rehoga brevemente y se aparta.

En una cazuela se pone agua, el sofrito con las verduras y un majado de pimienta, azafrán y sal. Se hierve diez minutos y se añaden los fideos. Cinco minutos antes de apartarlos se añade el pescado y las almejas

INGREDIENTES

250 g de fideos entrefinos (n° 4), 500 g de pintarreja en rodajas, 250 g de almejas, 1 cebolla, 1 pimiento verde, 2 dientes de ajo, 2 tomates maduros, 1 cucharada de pimentón, 2-3 alcachofas en cuartos, 200 g de habas y/o guisantes, pimienta, azafrán y sal.

Plato muy marinero, hasta el punto de que esta receta la tomé en 1992 de Bartolo Hernández, un marinero ya jubilado que había sido cocinero de a bordo. Y de los buenos, a juzgar por lo detallado de la receta.

30 min. (44,8 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Toma la salida 400 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por Carr. de Almería/N-340a





Cocido de correas

Se pone una olla mediada de agua en la lumbre con el hueso, el tocino y las habichuelas blancas (remoçadas previamente). Sin sal, que el hueso y el tocino ya tienen. Cuando hierva se espuma bien y se baja el fuego al mínim o.

Cuando las habichuelas están casi listas se añaden las patatas troceadas y las correas, se prueba de sal y se sigue hirviendo a fuego bajo hasta que las correas y las patatas estén en su punto.

INGREDIENTES

300 g de judías blancas, 2-3 patatas, 250 g de judías verdes secas, 1 trozo de hueso de jamón, 250 g de tocino, 1 morcilla seca y sal.

En varias zonas de la provincia se conserva la costumbre de secar las judías verdes, a las que dan el nombre de "correas".

Si no disponen de morcilla seca, se echa la morcilla fresca al final de la cocción.



1 h. 23 min. (94 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 hacia Camino los Majales E
- ▶ Toma la salida 406 desde E-15/A-7
- ▶ Toma A-358, A-347 y A-348 hacia AL-5402 en Bayárcal



Ajillo cabañil

Se pone la carne troceada en una cazuela con las almendras peladas y troceadas, los tomates secos, el pimiento seco, el laurel, sal y un chorreón de aceite. Se rehog a fuego medio, removiendo.

Cuando la carne toma color, se añade vino de la zona, o un buen blanco seco, o un tinto ligero, y se deja cocer a fuego lento hasta que esté tierna.

INGREDIENTES

1 kg de carne de cabrito, 1 puñado de almendras, 3-4 dientes de ajo, 1 pimiento seco, 2 tomates secos, 1 hoja de laurel, 2 vasos de vino, sal y aceite.



1 h. 27 min. (93,2 km) por A-92 y A-1178

- ▶ Dirígete hacia Calle Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ En la rotonda, toma la salida y continúa por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Incorporate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 452 hacia A-92, en dirección Viator/Guadix/Granada
- ▶ En la rotonda, salida hacia A-1178

Se hace también con conejo. Es bastante distinto del ajillo tradicional que está extendido por toda la provincia.

Este ajillo se conoce -con algunas diferencias en su composición- en el Almanzora y en la Alpujarra.



Fideos en cazuela

Se hace un sofrito con el aceite, la cebolla picada, el pimiento seco troceado y los tomates rallados. Cuando esté listo se echa el pimentón, se rehoga brevemente y se aparta.

En una cazuela se pone agua, el sofrito, las patatas troceadas y un majado de pimienta, cominos, azafrán y sal. Se hierve hasta que estén las patatas hechas y se añaden los fideos.

Unos minutos antes de apartarlo se introducen en el guiso los trozos de pescado frito y los pimientos asados. Debe quedar caldoso. Si al apartar del fuego se rocía con medio vaso de agua fría, los fideos no seguirán chupando caldo y, como se dice por aquí, no se "regachearán".

INGREDIENTES

250 g de fideos del nº4, 500 g de pescado frito, 1 cebolla, 1 pimiento seco troceado, 2 tomates maduros, 2 cucharadas de aceite virgen, 1 cucharada de pimentón, 2 patatas pequeñas, pimienta, cominos, azafrán y sal. 2 pimientos verdes asados y pelados.

Para este guiso es menester disponer de pescado frito con antelación. Los más habituales son rodajas de alguno medianamente grande, o boquerones o jureles enteros. En el tiempo de las habas se le echan unas cuantas al mismo tiempo que las patatas.



1 h. (80 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-34
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia N-340a
- ▶ Toma la salida 520 desde E-15/A-7
- ▶ Toma AL-6109 hacia Calle San Gregorio en Bédar





Potaje de habas secas y calabaza

Se ponen en remojo las habas durante 24 horas, se escurren y se ponen en una olla con agua, los tomates, los pimientos, los ajos y el laurel. Cuando rompa a hervir se añade un chorreón de aceite y un poco de sal, y se deja cocer a fuego lento hasta que estén tiernas las habas.

Se añaden entonces las patatas y la calabaza, peladas y troceadas, y se sigue hirviendo hasta que todo esté cocido. Para darle bonito color se sacan los pimientos y los tomates cuando estén cocidos, se pelan, se pasan por el chino y se añaden al guiso.

INGREDIENTES

500 g de habas secas, 4 tomates secos, 2 pimientos secos, 1 cabeza de ajos, 1 hoja de laurel, 250 g de calabaza, 3 patatas medianas, aceite de oliva y sal.

Otro de los potajes vegetarianos de la Alpujarra, con la utilización, también muy propia de estas tierras, de legumbres y verduras secas. La calabaza funciona como elemento de sabor y contribuye a dar textura cremosa al caldo.

49 min. (60 km) por la A-348

- ▶ Dirígete N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Toma la salida 406 desde E-15/A-7
- ▶ Salida 448 Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ En la rotonda, toma la salida hacia N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida dirección A-348





BENAHADUX

Gazpacho de pepino

Se pica en cuadraditos el pepino, que debe ser fresco, de carne prieta y poca pepita; se pica muy fina la cebolla, se mezcla con el pepino, se aliña con sal, vinagre y aceite, y se añade agua fresquita a discreción.

INGREDIENTES

250 g de pepino, 100 g de cebolleta o cebolla, sal, aceite de oliva virgen extra, vinagre de vino y agua fría.

También llamado gazpacho pobre, quizá por comparación con los gazpachos a base de tomate, más complejos.

Se toma acompañando al plato fuerte -único- de la comida o, mejor aún, como postre veraniego, refrescante y ligero.



18 min. (18,6 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Ctra. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia N-340a en Huércal de Almería
- ▶ Toma la salida 448 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por N-340a





Soplillos o Suspiros

Se baten las claras a punto de nieve. Se les incorporan el azúcar y las almendras peladas, ligeramente tostadas y troceadas en cachos grandes. Se ponen sobre un papel engrasado, echándolos con una cuchara sopera, dejándolos con forma irregular.

Se meten al horno suave y se tienen hasta que el merengue se endurece, pero sin que llegue a tostarse por encima.

INGREDIENTES

Las claras de 12 huevos, 1 kg de azúcar, 1 kg de almendras.

Dulce muy antiguo y popular en muchos sitios de España.

Se suelen llamar soplillos en la Alpujarra y suspiros en norte de la provincia y en Castilla.



58 min.
(74,2 km) por la A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7, A-92 y N-340a
- ▶ Sigue por A-349 y AL-5100 hasta tu destino



BENIZALÓN

Cocina mareá

Se ponen a cocer las judías blancas en agua fría. Mientras, se hace un sofrito con el aceite de oliva virgen, los ajos, la cebolla, el pimiento, el tomate, azafrán y sal.

Cuando están casi listas las judías, se añaden las habas secas, las judías verdes troceadas, la calabaza en dados y las patatas cortadas en cascos. Se echa también el sofrito y se deja hervir todo junto hasta que las patatas estén hechas.

INGREDIENTES

200 g de judías blancas, 100 g de habas secas, 250 g de judías verdes, 250 g de calabaza, 2 patatas, 1 cebolla, 4 dientes de ajo, 1 pimiento verde, 2 tomates maduros, azafrán, 3 cucharadas de aceite de oliva virgen y sal.



56 min. (70,3 km) por A-92

- ▶ Toma E-15/A-7, A-92 y N-340a hacia A-1100
- ▶ Sigue por A-1100 y AL-5101 hasta tu destino



Buen ejemplo de guiso sin carnes ni grasas (excepto el aceite de oliva), pero nutritivo. Bueno para invierno y verano.





Cuajao de almendras

Con el azúcar y agua se hace un almibar no muy espeso; se mezcla con la almendra y la batata, y se le añaden los huevos batidos y la canela.

Se mezclan el vino, el aceite y el azúcar y se va añadiendo harina hasta formar una masa que no se pegue en las manos; se tapa y se deja reposar una hora. Se forra con este hojaldre una cuajadera, y en el filo se le hacen unos piquitos con la mano. Se echa el relleno y se mete en el horno con fuego por encima hasta que esté bien cocido.

INGREDIENTES

Relleno: 1 libra de almendras molidas, 2 libras de azúcar, 3 cuarterones de puré de batatas cocidas, 4 huevos, 1 perrilla de canela.

Hojaldre: 1 vasito de aceite virgen extra, 1 vasito de vino blanco seco, la harina que admita y una cucharada de azúcar.

Antigua receta de la que dejo los ingredientes en las antiguas medidas por la cosa del folclor.

Una libra son 460 g y, por tanto, un cuarterón, 115 g. Una perrilla era una moneda de cinco céntimos.



36 min. (40,8 km) por A-348

► Toma E-15/A-7, N-340a y A-348 hacia Paseo Dr. Pérez Andrés



Pasteles virgitanos

Se mezclan vino, aceite y sal, y se saña harina hasta formar una masa elástica que no se pegue en las manos. Se deja reposar.

Se cuece la pechuga en agua con un poco de sal y el hueso de jamón. Se saca la pechuga y se pica muy menuda. Se pica el jamón en trocitos como granos de trigo. Se pone en una sartén una cucharada de aceite, se añade la parte blanca del jamón, se rehoga un minuto y se añade el resto del jamón y la pechuga; se les da una vuelta y se echa el vino, que se deja reducir sin que quede seco.

Se extiende la masa con el rodillo, se hacen redondeles con un vaso grande, se pone en cada uno una cucharada de relleno y se doblan formando empanadillas. Se frien en abundante aceite caliente, se sacan y se espolvorean con azúcar y canela.

Receta cedida por Gaditor Vargas. La masa es parecida a la de las empanadillas caseras.

El toque final recuerda a la pastela marroquí. Si no fuera por el jamón.

43 min. (55 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia Camino los Majales E.
- ▶ Toma la salida 406 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por A-358 hasta tu destino



INGREDIENTES

Relleno: una pechuga de pollo, 1 trozo de hueso de jamón, 125 g de jamón "atocinado", 1 cucharada de aceite de oliva virgen, 1 vasito de vino blanco.

Masa: dos partes de vino blanco seco y una de aceite de oliva; un pellizco de sal y harina de trigo fina.

Aceite de oliva abundante para freír, azúcar y canela.

Cardonchas

Se ponen las judías en remojo la noche antes. Al día siguiente se ponen a cocer en agua fría; a los diez minutos se tira el agua y se ponen tres litros de agua fresca. Se lleva a ebullición y se incorporan a la olla el espinazo, el hueso y el tocino. Se espuma bien y se baja el fuego al mínimo.

Cuando las judías llevan una hora hirviendo se echan las patatas troceadas, los cardos y los hinojos. Si la morcilla es seca se añade también, pero si es fresca se pone al final.

Por último, cuando las patatas lleven unos diez minutos hirviendo, se prueba de sal y se echa el arroz.

INGREDIENTES

300 gramos de judías blancas, 1/2 kg de espinazo (con o sin rabo), un trozo de hueso de jamón y 1/4 kg de tocino fresco salado, 200 g de arroz, 500 g de patatas, 250 g de morcilla, 1 manojo de cardos y otro de hinojos frescos.

Cocido contundente, muy completo y con el toque tan almeriense de los hinojos.

También se llama potaje de hinojos y cardos, pero Concha Moreno, que me pasó la receta, dice que el nombre popular es cardonchas.

45 min. (50 km) por A-348

- ▶ Conduce por E-15/A-7 dirección A-92
- ▶ Toma la salida 448 hacia N-340a
- ▶ Dirígete hacia A-348
- ▶ Coge la salida 63 hacia Canjáyar/AL-4401





Acelgas esparragás

Las habichuelas se cuecen en la forma habitual, con poca sal hasta que están tiernas y se dejan en su misma agua de cocción. Mientras tanto, se limpian las acelgas y se cuecen sólo las hojas. Se escurren bien y se cortan en trozos.

En una sartén se fríen con el aceite los ajos pelados, luego las almendras, y se echan ambos en un mortero. En el mismo aceite se hace un sofrito con el chorizo en rodajas y los tomates pelados y picados, se añaden las acelgas y se rehoga todo dos minutos. Se pone el pimentón, se le da una vuelta rápida y se vuelca todo en la olla en la que están las habichuelas, procurando que el agua cubra todo pero sin que sobrepase mucho.

En el mortero se majan los ajos, las almendras, los cominos y la molla de pan escurrida (se suele añadir una guindilla). Se echa el majado a la olla, se prueba de sal, se añade el pimiento seco cortado en trocitos y se deja hervir unos diez minutos. Debe quedar empanado.



INGREDIENTES

150 g de habichuelas blancas, 1,5 kg de acelgas, 3 dientes de ajo, 12 almendras, 1 pimiento seco, 2 tomates, 75 g de chorizo, 1 cucharada de pimentón, cominos y una molla de pan remojada en agua y vinagre.

Este antiguo guiso no lleva patatas ni los tronchos de las acelgas. Por tanto, es bastante distinto del potaje de acelgas, aunque muchos los confundan.



1 h. 20 min.
(99 km) por A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7 dirección A-92
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a
- ▶ Dirígete hacia A-349
- ▶ Coge la salida 63 hacia A-399/A-1100 desde A-334





Calamares con habas

En una cacerola se fríen con el aceite los ajos y una rebanada de pan. Se sacan a un mortero y, en el mismo aceite, se saltean los calamares troceados.

Se añaden las habas desgranadas, la pimienta y el pimentón, se siguen salteando unos segundos y se añade el majado del mortero, el coñac, el limón y la sal; se cubre con agua y se cuece a fuego lento hasta que los calamares estén tiernos y la salsa ligada.

INGREDIENTES

1 kg de calamares, 1 kg de habas tiernas, 1 vasito de aceite de oliva, 6 dientes de ajo, 1 copa de coñac, 1 cucharadita de zumo de limón, pimienta, pimentón y una pizca de sal.

En Huelva hacen un plato similar, pero con choco (jibia). Como en los años cuarenta del siglo XX hubo una nutrida emigración de pescadores de la costa entre Carboneras y Cabo de Gata a la zona onubense de Punta Umbría-Isla Cristina, podemos entender ese parentesco.

49 min. (62,6 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia N-341
- ▶ Toma la salida 494 desde E-15/A-7









Farinetas

Picar la cebolla. Picar el tocino en dados pequeños. Freír en el aceite la cebolla y, cuando esté dorada, añadir el tocino. Cuando el tocino empee a dorarse, echar dos cucharadas de harina de maíz y remover hasta tostarla.

Poner 3/4 de litro de agua con sal y, cuando arranque a hervir, añadir cuatro o cinco cucharadas grandes de harina y una de pimentón.

Cocer sin dejar de remover hasta que espese y haga burbujas.

INGREDIENTES

1 cebolla mediana, 250 g de tocino con veta, 1 cucharada de pimentón, 3 cucharadas de aceite de oliva, 3/4 l de agua, harina de maíz y sal.

Es muy sencillo y humilde, pero no se puede negar el aire de familia con las gachas, los maimones y tantos otros guisos con harina y pimentón, tan almerienses.



48 min. (58 km) por A-92

- ▶ Dirígete hacia Calle Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Murcia
- ▶ Toma la salida 452 hacia A-92, en dirección Viator/Guadix/Granada
- ▶ Sigue por AL-3102 y AL-4406 hasta tu destino





Ensalada de patatas

Se cuecen las patatas con su piel, se dejan enfriar un poco para poder pelarlas y se cortan en trozos no muy pequeños. Se pican la cebolla, el ajo y el perejil, se mezclan con las patatas, el atún migado y los huevos duros cortados en trozos; se aliña con sal, pimienta molida, unas gotas de vinagre y abundante aceite para que quede un conjunto muy meloso.

Se puede sustituir la cebolleta por cebolla y el atún por bacalao migado, o incluso por gambas cocidas. También admite otras verduras picadas como tomate o pimiento verde; no así el pepino ni las frutas ácidas.

INGREDIENTES

500 g de patatas, 1 cebolleta, 2 huevos duros, 1 lata de atún en aceite, ajo, perejil, pimienta molida, vinagre y aceite de oliva virgen extra.

Es un plato mayormente veraniego, porque a la frescura de las ensaladas se le añade un buen aporte de calorías que se cuecen en las bocas inapetentes por el calor.

1 h. 6 min. (79 km) por la A-349

- ▶ Dirígete hacia Calle Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ En la rotonda, toma la salida y continúa por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección Carr. Baja/A-349
- ▶ En la rotonda, toma la tercera salida y continúa por AL-5100
- ▶ Gira a la izquierda hacia ALP-845





CHIRIVEL

Rociaos

Se lavan las setas y se cortan en tiras. Se corta el lomo en trocitos, se asan los pimientos verdes y se pica muy fino el resto de la verdura.

En una cazuela se calienta el aceite y se dora la carne; se añaden las setas, se les da unas vueltas y se añade la verdura picada; se deja a fuego lento para hacer el sofrito, al que se le añade el tomate al final.

Se cubre con agua y, cuando hierva, se añaden las patatas troceadas, sal y los pimientos verdes asados, pelados y cortados en tiras. Cuando las patatas están casi hechas se añade la harina desleída en un poco de agua, se deja cocer unos minutos y se sirve.

INGREDIENTES

250 g de setas de cardo, 300 g de lomo de cerdo, 2 tomates, 1 pimiento rojo, 2 pimientos verdes, 2 ajos tiernos, 1 cebolla, 2 cucharadas de harina de trigo, 3 patatas medianas, 1 dl de aceite de oliva virgen y sal.



1 h. 46 min.
(175 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia Chirivel
- ▶ Toma la salida 94 desde A-92N

Patatas con bacalao

Se cuece el bacalao, se saca, se le quitan las espinas y se reserva. Se frien el ajo y el pimiento, y se majan en el mortero con la guindilla. Se hace un sofrito con la cebolla, la cebolleta, el pimiento y el tomate; se añade la verdura troceada y lo del mortero, se echa todo en una olla en la que tenemos agua hirviendo con las patatas en cascós; cuando las patatas están listas se añade el bacalao y se aparta.

INGREDIENTES

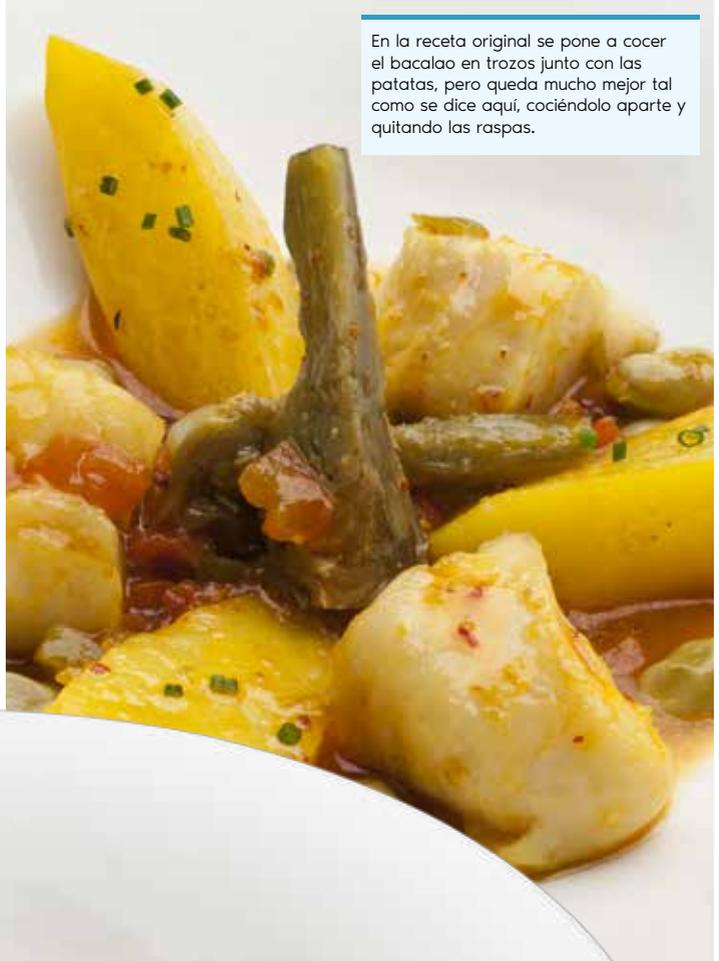
250 g de bacalao puesto en remojo el día antes, 800 g de patatas, 2 dientes de ajo, 1 pimiento seco, 1 guindilla, 1 cebolla, 1 cebolleta verde, habas y alcachofas, 1 pimiento verde, 1 tomate maduro, sal y azafrán.

1 h. 11 min. (83,5 km) por A-349

- ▶ Toma E-15/A-7, A-92, N-340a, A-349...
- ▶ Continúa por AL-6106 hacia AL-860
- ▶ Sigue por AL-860 h hasta tu destino



En la receta original se pone a cocer el bacalao en trozos junto con las patatas, pero queda mucho mejor tal como se dice aquí, cociéndolo aparte y quitando las raspas.





CUEVAS DEL ALMANZORA

Ajo colorao

Se cuecen las patatas con los pimientos y los tomates; a media cocción se añade el pescado. En un mortero se majan los ajos con un pellizco de cominos y la carne de los pimientos secos y los tomates, que la habremos sacado después de cocerlos.

En una fuente se machacan las patatas y lo del mortero. Se mezcla bien y se añade el aceite, el azafrán, el pimentón y un poco de su caldo si se necesita para conseguir un puré fino. Se añade la carne del pescado desmigada y se sirve acompañado de bollos de panizo, que se hacen con harina de lo mismo, o sea, maíz, agua y sal. Se deja reposar la masa y luego se frien en forma de bollitos alargados.

INGREDIENTES

1 kg de patatas; 200 g de bacalao ó 500 de raya, 3 pimientos rojos secos; 2 tomates maduros, 6 dientes de ajo, 2 cucharadas de pimentón dulce, 4 hebras de azafrán, 1 dl de aceite de oliva virgen extra, sal.



1 h. 5 min. (96 km) por A-7

► Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349 ► Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349 ► Toma la salida 537 desde E-15/A-7 hacia Cuevas del Almanzora





Tortilla de guisantes

Se desgranan los guisantes y se cuecen en abundante agua con sal y una pizca de azúcar.

Se hace un sofrito con dos cucharadas de aceite y la cebolleta muy picada; cuando está pochada se añaden los guisantes escurridos, se les da unas vueltas y se mezclan con los huevos batidos. Se prueba de sal y se hacen cuatro tortillas no muy gruesas en una sartén con un poco de aceite bien caliente.

INGREDIENTES

1 kg de guisantes recién cogidos, 2 cebolletas tiernas, 8 huevos, azúcar y sal. Aceite de oliva para freír.

En Dalías se conservan simientes de guisantes de los de toda la vida. Son dulces y jugosos.

También se conocen con el antiguo nombre de "présules".

36 min. (46,4 km) por A-7



- ▶ Toma E-15/A-7 desde Ctra. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia Camino los Majales
- ▶ Toma la salida 406 desde E-15/A-7
- ▶ Toma A-358 hasta Dalías



Calamar en aceite

El calamar se vacía haciéndole una incisión en la parte de abajo, para que no se le separen las patas y la cabeza. Se pone entero en una sartén con el aceite de oliva crudo, se tapa y se pone a fuego medio.

Cuando está medio hecho (de tres a cinco minutos, según tamaño) se aparta del fuego, se destapa con cuidado (puede saltar) y se le da la vuelta. Se sirve con buena parte de ese aceite que está para mojar.

INGREDIENTES

1 calamar de 500 a 700 g y un vaso de aceite de oliva virgen extra.

En plato tan sencillo es fundamental que ambos ingredientes sean de la máxima calidad, porque no se le pone ni sal.

Los que le añaden ajos, laurel, etc. solo lo estropean, salvo que el calamar sea de baja calidad.



26 min. (37 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/ N-340a y Salida 439
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia A-389
- ▶ Toma la salida 409 desde E-15/A-7





Atún encebollao

Se calienta el aceite en una sartén honda y se fríe el trozo de atún un poco por los cuatro lados, cuidando de que quede jugoso por dentro. Se saca y se aparta. Se cortan en juliana las cebollas, se pica el ajo y sofríen en el aceite a fuego lento, hasta que queden transparentes.

Se añade la pimienta, el azafrán y el orégano, se cubre con agua y se deja cocer unos minutos hasta que esté la salsa en su punto; entonces se añade el atún y se aparta inmediatamente.

INGREDIENTES

500 g de atún en un trozo, 2 cebollas gordas, 2 dientes de ajo, pimienta en grano, orégano, azafrán, 1 dl de aceite virgen y sal.

En la costa este encebollado también se hace con aguja o con caballas grandes.

 **32 min. (29 km)**
 **por la A-7 y A-391**

- ▶ Toma E-15/A-7 y A-391 hacia AL-3402
- ▶ Sigue por AL-3402 hasta tu destino







Migas

En una sartén se fríen los ajos y el pimiento en el aceite. Se sacan y se quita casi todo el aceite, reservándolo para utilizarlo a continuación. Se pone una cucharada de harina en el aceite restante y, a continuación, el agua caliente salada.

Cuando hierve el agua se le va agregando poco a poco la harina y se va cociendo hasta formar una masa granulosa. A partir de este momento se le va añadiendo aceite del que se había frito y se sigue removiendo con la rasera hasta conseguir unas bolitas pequeñas, doradas y esponjosas.

Se les añade para servir el ajo y el pimiento troceados. Los tropezones elegidos se pueden poner encima, aunque es más usual y queda mejor ponerlos en platos aparte, alrededor de la sartén.

INGREDIENTES

400 g de sémola de trigo duro, 6 dl de agua, 1 dl de aceite de oliva, 4 dientes de ajo, 1 pimiento verde y sal.

Acompañamientos más habituales: longaniza, morcilla, tocino, pescado frito o asado, arenques, gazpachos, caldo caliente, rábanos, aceitunas aliñadas...

También se pueden hacer con harina de maíz y de trigo, o con mezcla de ambas. Con la de sémola es más rápido.

1 h. 6 min. (37 km) por la A-7

► Toma E-15/A-7, A-391 y AL-3401 hacia Felix





Ensalá de caldo

Se asan los pimientos, se dejan sudar, se pelan y se cortan en trozos. Se majan los ajos pelados con un poco de sal y se diluyen en agua caliente con un chorrito de aceite.

Se pone una sartén al fuego con una cucharada de aceite y los tomates enteros pelados, rompiéndolos con la rasera cuando están hechos, hasta triturarlos. Entonces se añaden los pimientos y se marean juntos. Se apartan de la lumbre y se aliñan con el caldo de ajos.

INGREDIENTES

600 g de tomate, 300 g de pimiento verde, 3-4 dientes de ajo, aceite de oliva virgen extra, agua y sal.



1 h. 14 min. (90,4 km) por A-349

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia AL-7102. Sal de A-334
- ▶ Incorporate a A-334 en dirección Albox/Huércal-Overa



Zaramandoña

Las aceitunas se ponen antes tres o cuatro días en remojo y se lavan cambiando el agua hasta que pierdan el amargor.

Se pican la cebolla, los pimientos, los tomates y se pone todo junto a cocer en una olla con agua y sal, aproximadamente durante una hora; se escurren y se ponen en una fuente.

Se añade el bacalao desmigado y pasado por agua, las aceitunas, y se aliña con aceite.

INGREDIENTES

1 kg de cebollas, 12 pimientos verdes asados y secados, 8 tomates secos, ¼ kg de aceitunas negras secas, calabaza marranera seca al gusto y bacalao al gusto.

Este plato es típico del día del patrón, San Sebastián, el 20 de enero. Muchos vecinos lo hacen ese día y lo ofrecen a la puerta de sus casas para que lo prueben los viandantes.

54 min. (73 km) por A-92

- ▶ Toma AL-12 y AL-3117 hacia A-92
- ▶ Sigue por A-92
- ▶ Toma la salida 333 desde A-92
- ▶ Toma A-1176 hacia Fiñana





FONDÓN

Pebetes

La harina se tuesta en una sartén y se pone en una fuente para amasarla con huevos batidos y un poco de azúcar. Debe quedar una masa suave.

Se ponen cucharadas de masa en pámpanos verdes y se hacen unos paquetillos que se ponen a cocer en el horno.

Se sacan de las hojas las bolas cocidas y se ponen en un cuenco de madera cubriéndolas con miel.

INGREDIENTES

12 huevos, azúcar y miel al gusto, c/s de harina de trigo. Hojas de parra.

Antiguo dulce de Fondón que dicen que se solían hacer en las bodas desde tiempos de los moros. Aunque la verdad es que se parecen bastante a la masa de los "petisús".

55 min. (63,6 km) por A-348

► Conduce desde E-15/A-7 y A-348 hasta Fondón





Estofado de habichuelas

Remojar Remojar las habichuelas en agua la noche anterior.

En una olla o en una cacerola honda, se pone agua a hervir con las habichuelas; cuando hiervan se les cambia el agua y cuando vuelven a hervir se pone la cebolla entera, la cabeza de ajos, perejil, sal, pimienta y la longaniza troceada.

Cuando las habichuelas estén casi a punto se añaden las patatas troceadas, el tomate, azafrán y un chorrillo de aceite de oliva. Se prueba de sal y se sigue cocinando hasta que las patatas estén tiernas. Debe quedar caldoso, pero trabado.

INGREDIENTES

300 g de judías blancas, 500 g de patatas, 1 cebolla, 1 tomate 1 cabeza de ajos, 150 g de longaniza seca, perejil, sal, pimienta, azafrán y aceite de oliva.

La versión almeriense de los potajes de alubias extendidos por toda España. El toque local lo da la longaniza.

23 min. (23,3 km) por A-7

- ▶ Toma Carr. de Almería/N-340a, Salida 439a, E-15/A-7 y N-340a hacia A-348 en Benahadux
- ▶ Sigue por A-348 y AL-3411 hasta Gádor





GARRUCHA

Cuajadera

Se frien en el aceite a fuego lento las patatas y la cebolla cortadas en rodajas, sin que lleguen a hacerse del todo.

En una cazuela o en una bandeja de pared alta (cuajadera), se ponen las patatas y la cebolla; sobre este lecho se coloca el pescado limpio entero y se adereza con sal, perejil, pimienta, limón y ajo picado.

Se rocía con el aceite de freír las patatas y el vino, se cubre con rodajas finas de tomate y tiras de pimiento verde y se pone a horno mediano una media hora. Debe quedar jugoso, no pasarse con el tiempo de cocción.

INGREDIENTES

1 pescado de 1,5 kg aprox. (dorada, besugo, lecha, breca...), 2 ó 3 patatas, 1 cebolla, 1 tomate, 1 pimiento verde, 1 diente de ajo, 1 dl de aceite de oliva virgen, 1 dl de vino blanco, 1 cucharada de zumo de limón, sal, perejil y pimienta.

El método tradicional era poner todo, pero cuando las patatas están bien hechas, el pescado lo está demasiado. Salvo que se trate de cuajadera de jibia, quizá la más típica de este puerto.



1 h. 2 min.
(87,1 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia N-340a
- ▶ Toma la salida 520 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por N-340a y A-370 hasta Garrucha



Gurullos con caza

Se frie el pimiento seco en el aceite, se saca y, en ese aceite, se dora la carne. Se pasa la carne a una olla a cocer con tres litros de agua; a la media hora de cocción se añaden los garbanzos, que habremos remojado la vispera.

En el aceite que queda en la sartén se hace un sofrito con el ajo y la cebolla bien picaditos, luego se añade el tomate rallado y, en el momento de apartar, el pimentón.

Se añade a la olla este sofrito, junto con el laurel, el azafrán y los clavos. Cuando están tiernos los garbanzos se echan los gurullos y el pimiento seco frito machacado. Hierven diez o doce minutos, se añaden los pimientos asados, pelados y hechos tiras, se prueba de sal y se aparta.

Se deja reposar un poco, pero no tanto como para que los gurullos empapen todo el caldo. Porque buena parte de la gracia está en que quede caldoso. El picante le va bien.

34 min. (50,6 km) por A-92

► Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a ► Sigue por E-15/A-7 y A-92 hacia AL-4405 ► Toma la salida 360 desde A-92 ► Sigue por AL-4405 hasta Gérgal



Uno de nuestros guisos emblemáticos. Los gurullos son una pasta artesana que se conocen desde hace más de ocho siglos, y solo se conserva en Almería.

El guiso, sin embargo, es más reciente, pues lleva productos que vinieron de América.

INGREDIENTES

2 perdices (o 1 kg de conejo o de liebre), 200 g de gurullos, 100 g de garbanzos, 2 dientes de ajo, 1 cebolla, 1 tomate gordo, 1 pimiento seco, 4 pimientos verdes asados, 1 cardo, 1 cucharada de pimentón, azafrán, sal, 1 hoja de laurel, 2 clavos y 1 dl de aceite de oliva virgen.







Potaje de acelgas

Se ponen a cocer las habichuelas (remojadas en agua desde la noche anterior) con el hueso, el tocino y la carne de cerdo. Cuando todo está tierno, se agregan las patatas troceadas, la morcilla, los hinojos y el azafrán.

Mientras, se limpian las acelgas, se escaldan en agua hirviendo un minuto. Se pican y se añaden al guiso unos minutos antes de que las patatas estén en su punto.

INGREDIENTES

500 g de acelgas, 250 g de habichuelas blancas, un hueso de espinazo de cerdo salado, un trozo de tocino fresco, un trozo de carne de cerdo, 2-3 patatas, 1 morcilla, 1 ramito de hinojos, sal y unas hebras de azafrán.

En la receta clásica se ponían las acelgas al principio, con lo que quedaban casi reducidas a puré. Es más interesante esta "modernización" de añadir las acelgas al final.

36 min. (35,6 km)
por A-7 y A-348



- ▶ Toma Ctra. de Almería/N-340a, Salida 439a, E-15/A-7 y N-340a hacia A-348 en Benahadux
- ▶ Sigue por A-348 hasta Huécija





Gachas

Se pone el agua con sal en una sartén y al hervir se va añadiendo la harina, mezclando bien con la rasera, a fuego suave; se trabaja la masa hasta que se pegue en la sartén y en la rasera. Entonces se pone a orear en una ventana, por ejemplo.

Caldo quemao: se hace un sofrito con la cebolla y los tomates; al final se añade una cucharada de pimentón y se aparta de inmediato. Se hierve el agua con el sofrito y un majado de sal, cominos, ajo frito y pimiento seco frito. Se echa el pescado limpio y los pimientos asados en tiras.

Se pone la sartén en la mesa y la olla con el caldo sigue en el fuego muy suave para que se mantenga casi hirviendo. Se vierten unos cucharones del caldo en la sartén y, con las cucharas, los comensales van troceando la masa y remojándola. Se añade caldo caliente a medida que se come.

INGREDIENTES

Masa: 300 g de harina de maíz, 8 cucharones de agua y sal.

Caldo quemao: 1,5 l de agua, 1 cebolla o 2 cebolletas, 2 tomates, 1 cucharada de pimentón, sal, cominos, 2 dientes de ajo y ½ pimiento seco. 500 g de pescado (boquerones, sardinillas, raya).
2 pimientos verdes asados.

También se puede repartir la masa en cuatro platos hondos, aunque resulta menos típico. En cualquier caso, la gacha debe estar seca y fresca, y el caldo hirviendo.

13 min. (14,4 km) por la A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Ctra. de Almería/N-340a y Salida 439aa
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia N-340a en Huércal de Almería. Toma la salida 448 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por N-340a hasta tu destino





Pelotas de harina de maíz

Las judías se cuecen en agua de la forma habitual. Se hace un sofrito con la mitad del aceite, la cebolla, el pimiento verde, los tomates y los ajetes. Se añade este sofrito a la olla de las judías.

Con el resto del aceite se fríe el pimiento seco, se aparta y se machaca. En ese aceite se sofríe el embutido y el tocino. Se pone la harina en un cuenco y se le añade este sofrito bien desmenuzado, el pimiento seco triturado, las especias, el zumo de limón y un poco de caldo, para hacer una masa con la que se forman unas albóndigas gordas. Se ponen estas pelotas en la olla con el caldo y las judías, se añaden las patatas troceadas y se hierve hasta que las patatas estén tiernas y las pelotas suban a la superficie.

INGREDIENTES

100 g de harina de maíz, 100 g de judías blancas, 2 patatas, 1 cebolla, 2 tomates, 150 g de longaniza, 100 g de morcilla, 100 g de tocino veteado, 5 ajetes, 1 pimiento seco, 1 pimiento verde, ½ limón, 1 dl de aceite de oliva virgen, sal, cominos, orégano, pimienta y canela.

Es un guiso extendido por toda la comarca, con pequeñas variantes, incluso en el nombre: olla de pelotas o guiso de pelotas.

 **1 h. 15 min.**
(109 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Desde Autovía del Aeropuerto AL-12
- ▶ Toma salida dirección N-349 hacia E-15/A-7
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia Av. la Molineta
- ▶ Toma la salida 553 hacia A-327





INGREDIENTES

2 kg de calabaza, 1 cebolla mediana, 2 tomates, 2 pimientos verdes crudos, 2 pimientos verdes asados, un chorreón de aceite y un puñado de sardinillas.

Condimentos al gusto: ajo picado, perejil picado, laurel, hierbabuena, pimentón, azafrán y sal.

Era plato frecuente en toda la provincia para aprovechar el pescado frito de un día para otro, aunque recibe nombres diferentes: picadillo en la capital y alrededores (donde se hace con boqueroncillos), chilindrón en Laujar (no lleva pescado) o guisote de calabaza aquí en Íllar.

Guisote de calabaza

Se pican en trozos pequeños la calabaza, la cebolla, los tomates y los pimientos. Se ponen en una cazuela con los condimentos, se rocía con el aceite, se agita un poco, se cubre con agua fría y se pone al fuego, cuidando que no falte agua pero que tampoco sobre para que el caldo quede trabado.

Cuando está hecha la calabaza se añade el pescado limpio (frito previamente y frío), se le deja dar un hervor y se aparta. Se deja reposar un poco antes de servir.

33 min.
(38,6 km) por A-348

- ▶ Conduce por E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 448
- ▶ Sigue por N-340a
- ▶ Toma dirección A-348
- ▶ Continúa por AL-3406





Albóndigas de leche

Leche de almendra: se muelen las almendras muy finas y se les va añadiendo agua caliente, removiendo hasta conseguir la textura de leche espesa. Se cuele, se mezcla con la de vaca y se ponen ambas a cocer con la canela, la cáscara de limón y azúcar al gusto.

INGREDIENTES

Para 8 personas: 1 l de leche de almendra, 1 l de leche de vaca, 300 g de pan sentado remojado en leche, ½ taza de almendras picadas, 1 huevo, harina, 1 cáscara de limón, 1 rama de canela, azúcar.

Mientras, se hace una masa con el pan, el huevo y las almendras picadas. Se forman bolitas que se pasan por harina y se frien. Se escurren bien y se reservan.

Cuando la leche haya hervido un poco, se aparta, se retira la canela y la cáscara de limón y se le añaden las albóndigas.

Un muy antiguo postre típico de las noches de invierno.

Algunos las llaman también sopas de leche.

35 min. (40,8 km) por A-348

- ▶ Conduce por E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ Sigue por N-340a
- ▶ Toma dirección A-348 y sigue por Carr. Gádor





25 min.
(26 km) por A-7 y A-1051

- ▶ Conduce por E-15/A-7 hacia A-92
- ▶ Toma la salida 429 hacia Roquetas de Mar
- ▶ Continúa por Av. el Parador dirección A-1051
- ▶ Toma la salida 8 desde A-1051
- ▶ Toma A-1050 hasta tu destino

INGREDIENTES

1 gallina joven, 1 cebolla, 2 dientes de ajo, 1 rebanada de pan duro, 1 puñado de almendras, 2 huevos duros, pimienta, canela, 1 clavo, cominos, azafrán, 1 cucharilla de zumo de limón, sal y 150 g de aceite de oliva o manteca de cerdo.

Es un guiso con varios siglos de existencia, como se puede comprobar en recetarios del siglo XVII. Su nombre viene del francés antiguo, "petite oie", por lo de los menudillos.

Gallina en pepitoria

Se doran en el aceite los ajos, el pan, las almendras y los higadillos, que se van sacando y poniendo en un mortero con el azafrán. En ese mismo aceite se rehoga la cebolla muy picada y, luego, los trozos de gallina. Se añade el zumo de limón y se cubre con agua. Se sazona, se añaden las especias y el majado del mortero y se deja cocer lentamente.

Se espolvorea con el huevo duro picado.





Patatas con calabaza en ajillo

Salsa de ajillo: se frien en aceite de oliva el pimiento, tres ajos, el pan y las almendras. Se tritura todo con el agua, el vino, tres ajos crudos, sal y pimienta. Se cortan en rodajas las patatas y la calabaza, se sazonan y se fríen a fuego lento con el aceite de oliva.

Una vez fritas se mezclan con la salsa preparada y se dejan hervir unos pocos minutos.

Esta es otra aplicación de la muy almeriense salsa de ajillo. La calabaza le da una textura cremosa muy interesante.

INGREDIENTES

½ kg de patatas, ½ kg de calabaza totonera, 1 vaso de aceite de oliva virgen extra, 2 rodajas de pan, 6 dientes de ajo, 1 pimiento rojo seco, 1 vaso de agua, 1 chorrito de vino blanco, 12 almendras fritas, sal y pimienta negra molida.

1 h. 24 min.
(95 km) por A-349



- ▶ Conduce por E-15/A-7 hacia A-92
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a
- ▶ Gira hacia A-349
- ▶ Continúa hasta la salida a AL-8411
- ▶ Gira a la derecha hacia AL-6104





Potaje de verano

Se quitan las hebras a las habichuelas verdes y se trocean; se pelan las zanahorias y la calabaza y se cortan en daditos, igual que los tronchos de acelga. Las patatas se pelan y se parten en cachos.

En una cazuela amplia se ponen todas las cosas que acabamos de preparar, más los tomates, la cebolla y los ajos, enteros, el chorizo en rodajas, el laurel, la pimienta, el pimentón y la sal.

Por último se rocía con el aceite y se bate todo con la tapadera puesta, para que se impregne bien. Se destapa, se cubre con agua y se vuelve a tapar. Se pone a fuego lento y se deja cocer unos treinta minutos. El caldo debe quedar trabado.

INGREDIENTES

300 g de habichuelas verdes, 300 g de calabaza, 300 g de tronchos de acelgas, 200 g de zanahorias, 1 tomate, 1 cebolla, ½ cabeza de ajos, 100 g chorizo, pimienta en grano, 1 hoja de laurel, 1 dl de aceite de oliva virgen, sal y pimentón.

Optativo: 2 patatas.

Si le quitamos el poco chorizo que lleva se convierte en un plato vegetariano total. Y si le quitamos también las patatas ya sería de régimen de adelgazar.



1 h. 3 min. (77,4 km) por la A-7

- ▶ Dirígete hacia Calle Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ En la rotonda, toma la salida y continúa por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Toma E-15/A-7 en dirección A-92/Granada/Málaga/Murcia
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Motril/Málaga
- ▶ Incorporate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 406 hacia El Ejido Oeste/Dalías/Berja
- ▶ En la rotonda, toma la salida dirección A-358
- ▶ Continúa por A-358/AL-3303
- ▶ Continúa por A-348



LÍJAR

Arroz con patatas y pimientos

Se hace un sofrito con dos cucharadas de aceite, la cebolla, el pimiento seco, el pimiento verde crudo y sal. Se pone la paila al fuego con agua y el sofrito y, cuando hierve, se añaden el arroz y las patatas troceadas. A media cocción se añaden los pimientos asados en tiras. Se deja reposar unos minutillos antes de servir.

INGREDIENTES

300 g de arroz, 500 g de patatas, 2 tomates, 1 cebolla, 1 pimiento seco, 1 pimiento verde fresco, 3 pimientos verdes asados, sal y aceite de oliva

Estupendo ejemplo de plato vegetal, sabroso y ligero. Un arroz a recuperar para la cocina actual. La receta es del Centro de Adultos de Lijar.

1 h. 10 min. (86 km) por A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7 hacia A-92
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a
- ▶ Gira hacia A-349
- ▶ Toma Camino de la Zanca hacia AL-5100





Escabeche

Freír el pescado sin hacerlo mucho y colocar en un cuenco o cazuela. En el aceite que queda sofreír los ajos y la cebolla en trozos, añadir el vinagre (y el vino en su caso), el laurel, la pimienta, las cáscaras de naranja, sal y las hierbas elegidas.

Cocer unos veinte minutos y cubrir con ese caldo los pescados. Dejar reposar al menos un día.

INGREDIENTES

500 g de pescado (atún, bonito, etc. en filetes o rodajas, o bien sardinas, jureles o caballas enteros); 2 dl de aceite, 2-3 dl de vinagre, 1 vaso de agua, 6 dientes de ajo sin pelar, 1 cebolla, 2 hojas de laurel, pimienta en grano, cáscara de naranja y sal. Opcional: vino y hierbas como orégano o tomillo.

Hay otro método que consiste en cocer el pescado crudo en un caldo similar al descrito en la receta. De los ingredientes indicados sólo son imprescindibles el aceite, el vinagre y la sal; el resto son facultativos, aunque ajo, laurel y cáscara de naranja están en todos los escabeches almerienses.

53 min. (75 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Dirígete por E-15/A-7 hacia N-340a
- ▶ Toma la salida 520 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por N-340a hacia tu destino





Pan de higo

Se limpian los higos y se pican en la máquina de la carne, se le añaden las especias molidas. Se amasa todo muy bien con la ayuda del aguardiente. Las almendras se escaldan, se pelan, se tuestan, se pican en trozos y se ciernen; lo más fino se reserva para bañar el bollo por el exterior y los trozos se añaden a la masa.

Se vuelve a amasar bien, se forman bollos cilindricos que se rebozan con la almendra fina. Se ponen a secar, para lo que era bastante usual envolverlos en papel de estraza y colgarlos.

INGREDIENTES

(Para una larga temporada invernal)

5 kg de higos secos, 4 kg de almendras, 15 g de canela, 15 g de matalahúva, 7 clavos y 1,5 l de anís seco.



Antiguamente se picaban los higos a mano, con tijeras y quedaba una textura más interesante.

También se pueden hacer panes redondos con moldes.

1 h. 7 min. (81,4 km) por A-92

- ▶ Toma E-15/A-7, A-92 y N-340a hacia A-1100
- ▶ Sigue por A-1100 y AL-5102 hasta Lubrín





Menestra de verduras



Desgranar los guisantes y las habas; picar en trozos medianos las hojas verdes de la lechuga. Pelar y picar el tomate y las cebolletas, muy menuditos. Freír las almendras y el pan y majarlos en el mortero. En el mismo aceite de freír el pan se "marea" toda la verdura, es decir, se rehoga sólo un momento.

En una cazuela con agua y sal, se echa el hueso de cordero y se hace hervir a fuego medio. A la media hora se pone la verdura "mareada" y escurrida; cuando está todo cocido y el caldo reducido, se añade el majado, se da un par de vueltas más y se sirve adornado con jamón y huevo duro picados.

INGREDIENTES

1,5 kg de guisantes, 1/2 kg de habas, 1 lechuga romana grande, 1 hueso de cordero (si tiene algo de carne, vale), 1 tomate maduro, 2 cebolletas, 12 almendras, 1 rebanada de pan, sal y 2 dl de aceite de oliva virgen.

Jamón y huevo duro para decorar.

Hay otra menestra sólo con guisantes, que es una legumbre/verdura muy apreciada por los almerienses.

47 min. (63,5 km)
por A-92 y N-340a



► Dirígete por E-15/A-7, A-92 y N-340a hasta ALP-130

► Sigue por ALP-130 hasta Lucainena





Andrajos con liebre

Se fríe la liebre troceada, se saca y, en el aceite restante, se hace un sofrito con las cebollas y los tomates bien picados; cuando esté dorado se añade el pimentón y el ajo picado, se cubre con agua, se echa la liebre y se cuece hasta que la carne está tierna. Entonces se ponen las patatas troceadas y el pimiento asado y se sigue cocinando.

Mientras, se sacan unos cucharones de caldo a un cuenco y se añade harina de trigo hasta conseguir una pasta consistente que se estira y se corta en trozos irregulares, que se añaden a la cazuela. Cuando los andrajos estén bien cocidos se aparta y se come calentito.

INGREDIENTES

1 liebre, 2 cebollas, 2 tomates, 1 cucharada de pimentón, 2 ajos, 1 pimiento asado, 2-3 patatas, harina de trigo, 4 cucharadas de aceite virgen y sal.

Guiso del extenso grupo derivado de los caldos de pimentón, con cierto parecido a los gurullos, sólo que aquí la masa se pone fresca y en forma de tortas irregulares: los andrajos.

1 h. 30 min. (105 km) por A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7 dirección A-92
- ▶ Sigue por A-92 y toma la salida 376 a A-349
- ▶ Incorporate a A-334
- ▶ Gira a la derecha hacia AL-6103



Jibia en salsa

Se dora ligeramente la jibia troceada en el aceite, se aparta y, en el mismo aceite se hace un sofrito con la cebolla y el tomate picados, con sal.

Se vuelve a poner la jibia, se cubre con el vino, se añaden el laurel, el azafrán y la pimienta y se hace hervir a fuego suave hasta que la jibia esté bien tierna. Si hace falta se añade agua, pero la salsa debe quedar ligada.

INGREDIENTES

1 jibia mediana, media cabeza de ajos, 1 cebolla, 1 tomate, 1 vaso de vino blanco, 1 vasito de aceite virgen, 1 hoja de laurel, pimienta en grano, azafrán y sal.

En los años sesenta del pasado siglo se convirtió en una de las tapas más populares en los bares de toda la vida. Y es que es una salsa que pide pan.



1 h. 9 min. (87,4 km) por A-349

- ▶ Dirígete hacia Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 452 hacia A-92, en dirección Viator/Guadix/Granada
 - ▶ Salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas
 - ▶ Dirección hacia A-349 hasta la salida a Macael





Alfajor de miel

Se cuece la miel a fuego lento hasta que suba tres veces; se aparta del fuego y añaden las ralladuras de limón y naranja, la canela o el anís y, por último, los crespillos machacados y las almendras molidas.

Esta mezcla se extiende sobre obleas y se cubren con más obleas. Se deja secar y se corta en cuadrados o rectángulos.

INGREDIENTES (para toda la Navidad)

1 kg de miel, 500 g de almendras tostadas y picadas, 400 g de crespillos, 1 cucharada de matalahúva tostada, ralladuras de limón y de naranja, 1 cucharada de canela molida ó 1 copa de anís seco.

El crespillo es una masa de pan sin levadura que se extiende muy fina, se corta en pequeñas tiras y se cuece en el horno. Una vez frío se desmenuza muy fino.

1 h. 54 min. (171 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia A-1301
- ▶ Toma la salida 112 desde A-92N
- ▶ Sigue por A-1301 y A-317 hasta María





Gurullos con jibia seca

Se ponen a remojo la noche antes los garbanzos y la jibia seca. Al día siguiente se ponen a cocer los garbanzos en agua, a fuego lento. Mientras, se frie el pimiento seco y la jibia troceada pequeña; la jibia se añade a la cazuela y se reserva el pimiento frito. En el aceite restante se hace un sofrito con el ajo y la cebolla picaditos; cuando estén bien pochados se añade el pimentón, se rehoga unos segundos, se echa el tomate rallado y se termina el sofrito.

Cuando los garbanzos están casi a punto se añaden a la cazuela el sofrito y un majado hecho con el pimiento frito, los cominos, sal y azafrán. Tras unos minutos se añaden los gurullos y el pimiento asado en tiras. Debe quedar caldoso y admite un poco de picante.

INGREDIENTES

400 g de jibia seca, 200 g de gurullos, 100 g de garbanzos, 1 cebolla, 2 tomates maduros, 1 pimiento verde asado, 1 pimiento seco, 1 cucharadita de pimentón, 4-6 dientes de ajo, azafrán, cominos, sal y aceite para el sofrito.

También se solía hacer con alubias en lugar de con garbanzos. Si no se encuentra jibia seca se puede usar jibia fresca, aunque ojo con el tiempo de cocción.



1 h. 4 min. (84,6 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia N-340a.
Toma la salida 520 desde E-15/A-7
- ▶ Toma AL-6111 hacia Calle Lance en Mojácar





Gachas-Tortas

Las tortas: se amasa bien la harina con agua y sal hasta que quede una masa dura. Se cogen porciones de masa, se extienden con el rodillo y se les da forma aproximadamente redonda con las manos.

El guiso: se pone una cazuela al fuego con el aceite, se frien los ajos y el pimiento seco, se sacan y se majan en el mortero. Las patatas, troceadas, se doran en el mismo aceite agregándoles el pimiento verde, la cebolla y el tomate, todo picado. Cuando están dorados, se agrega el agua y el majado del mortero, se prueba de sal y se deja cocer todo junto. Cuando están las patatas a medio hacer se le añaden las tortas. Se retira la olla del fuego cuando las tortas están cocidas y se le espolvorea perejil picado para llevarla a la mesa.

INGREDIENTES

4 dientes de ajo, 1 pimiento seco, 400 g de patatas, 1 pimiento verde, 1 tomate, 1 cebolla pequeña, 1 l de agua, aceite de oliva, sal y perejil.

Para las tortas: harina (un puñado con las dos manos), una pizca de sal y agua.

Se le suelen poner alcachofas en cuartos y/o habas cuando es la temporada de estas verduras.



40 min.
(60,4 km) por A-92

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Toma A-92 hacia ALP-506
- ▶ Toma la salida 352 desde A-92
- ▶ Toma AL-4403 hasta Nacimiento





Choto en ajillo

Se frien los ajos, las almendras, el pimiento seco y el pan y se apartan. En el mismo aceite se frie la carne troceada a fuego mediano. Mientras, se machacan los ajos, las almendras, el pimiento y el pan fritos con sal y las especias, y se deslie con un poco de agua.

Cuando la carne está dorada, se le añade el pimentón, se rehoga un momento y se añade el majado y un poco más de agua. Se deja cocer todo hasta obtener una consistencia de salsa espesita, se rectifica de sal y se añade, si el estómago y el gusto lo admiten, un poco de guindilla.

INGREDIENTES

1 kg de carne de cabrito, 15-20 almendras, 1 rebanada de pan, 3 dientes de ajo, 1 pimiento seco, pimienta en grano, 1 trocito de canela en rama, 1 clavo, un pellizco de cominos, una cucharadita de pimentón, sal y aceite.

Esta forma de hacer las carnes se suele usar también para el conejo, el cordero, y la asadura de cerdo, principal aunque no únicamente.

La especias –canela, clavo y pimienta– son optativas; su uso es bastante reciente, porque antiguamente eran caras y se sustituían por el pimiento picante.

33 min. (35,7 km) por A-7

- ▶ Sigue por AL-12 hasta N-349
- ▶ Toma E-15/A-7
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia AL-P-206
- ▶ Toma la salida 479 desde E-15/A-7
- ▶ Toma AL-3106, AL-100 hacia Níjar



SAN VICENTE

RODA II

RAMON RIBAS

VINA TONDOSA
6º AÑO

RODA I

RAMIREZ DE GANZU
RESERVA



PERGAMINO
RESERVA

REMELLURI



Dulce del paraíso

Se hace un almíbar flojo con dos vasos de agua y 70 g de azúcar. En una bandeja se ponen rodajas de bizcocho y se calan con el almíbar templado.

Se pelan las almendras se tuestan y se muelen. Se baten los huevos con el almidón y 90 g de azúcar, se añaden las almendras molidas y se mezclan bien. Se añade la leche y se pone al fuego muy bajo hasta que se forme una crema algo más espesa que las natillas.

Se vuelca esta crema sobre el bizcocho y se espolvorea con canela molida y/o almendras tostadas fileteadas.

INGREDIENTES

1/2 litro de leche, 2 huevos, 30 g de almidón de trigo, 60 g de almendras y 160 g de azúcar. Bizcocho para la base.

También se pueden usar para la base galletas o soletillas. En vez de almidón de trigo se puede utilizar maicena.

 55 min.
 (55,6 km) por A-348

- ▶ Conduce por E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux
- ▶ Dirígete hacia N-340a
- ▶ Toma la salida hacia A-348
- ▶ Gira hacia AL-3404





Turrón de Olula de Castro

Se tuestan las almendras con su piel y se dejan enfriar. Se pone la miel en un perol con el azúcar, la canela, el limón y las claras montadas a punto de nieve. Se pone a fuego suave (incluso baño maría, pues no debe hervir) sin dejar de remover con una cuchara de madera.

Cuando se endurece (de dos horas a dos y media), se aparta del fuego y se añaden las almendras, se mezclan bien y se vuelca la masa en moldes rectangulares con una oblea en el fondo; se cubren con otra oblea y se dejan enfriar con peso encima al menos veinticuatro horas.

INGREDIENTES

Para tres kilos de turrón:

1 kg de miel, 1,5 kg de almendra sin repelar, ½ kg de azúcar, 6 claras de huevo, canela molida, raspadura de limón y obleas.

Si el perol es de cobre la cocción de la miel resulta perfecta.

Este turrón queda más tierno que los industriales gracias a su alto contenido en miel.



50 min. (61,2 km) por la A-92

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 y A-92 hacia A-1178. Toma la salida 362 desde A-92
- ▶ Sigue por A-1178 y AL-4406 hasta tu destino en Olula de Castro





Arroz en caldero

Se frien los ajos pelados y cortados, se añade la magra, la costilla y el conejo, todo convenientemente troceado. Se sofríe todo y se añaden los tomates pelados y troceados, los pimientos rojos y unas ramas de perejil. Cuando el tomate está hecho se pone agua en cantidad aproximada de tres veces el volumen de arroz. Se hace hervir y, cuando la carne está tierna, se echa el arroz, se prueba de sal y se deja hervir.

Se ha de apartar antes de que el arroz esté completamente hecho y dejarlo reposar unos minutos, pero que quede caldoso.

INGREDIENTES

400 g de arroz redondo, 1 kg de carne (magra y costilla de cerdo y conejo), 4 dientes de ajo, 2 tomates maduros, 2 pimientos rojos, perejil, aceite de oliva y sal.

Hay cantidad de variantes de estos arroces serranos y caldosos, con carne.

Esta receta la recogí en el Centro de Educación de Adultos de Olula del Río en los años ochenta.

 1 h. 9 min.
 (88 km) por A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7
- ▶ Continúa por la A-92 dirección Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a
- ▶ Dirígete hacia la A-349





Roscos de anís

Se amasan bien todos los ingredientes menos la harina, que se echará después, poco a poco, hasta formar una masa elástica que no se pegue en los dedos. Se deja reposar cubierta con un paño al menos una hora.

Se forman con la mano roscos de unos cinco o seis centímetros de diámetro. Se les da un corte a todo lo largo de la circunferencia exterior y se frien en abundante y aceite bien caliente. Se rebozan con azúcar y canela,

1 h. 33 min. (113 km) por A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7 y continúa por la A-92
- ▶ Sigue por N-340a
- ▶ Toma la A-349
- ▶ Gira hacia A-334
- ▶ Toma la salida 63 hacia A-399/A-1100



Si se mojan en un almíbar ligero al sacarlos de la sartén, antes de rebozarlos, durarán tiernos más tiempo.

INGREDIENTES

Por cada huevo: 6 cucharadas de leche, 4 cucharadas de aceite, 4 cucharadas de azúcar, raspadura de limón, 1 copa de anís seco, 1 pellizco de levadura y harina de trigo, a ojo. Aceite de oliva para freír. Azúcar y canela molidas para rebozar.



Orejones con nabos

En una olla se ponen las legumbres -puestas en remojo la noche antes- con el rabo y el espinazo, se cubren con agua y se hace hervir a fuego suave hasta que las legumbres están tiernas (si hay que añadir agua debe ser caliente o se encallarán los garbanzos).

A mitad de cocción se prueba de sal y se añaden las verduras secas troceadas y los nabos enteros. Las morcillas se añaden al principio si son secas y al final si son frescas.

INGREDIENTES

150 g de garbanzos, 150 g de habichuelas blancas, 1 trozo de rabo con espinazo, 2 morcillas, 200 g de nabo, 100 g de berenjenas secas y 100 g de habichuelas verdes secas.

En la Alpujarra llaman orejones a todo tipo de verduras secas, no sólo a las frutas tipo albaricoque.

49 min. (54,6 km) por la A-348

- ▶ Dirígete hacia el suroeste en Calle Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ En la rotonda, toma la salida hacia Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ Continúa por N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección A-348





INGREDIENTES

2-3 patatas, 100 g de guisantes y 100 g de habas, ambos tiernos y desgranados; 2 tomates, 1 cebolla, 1 pimiento verde, 2 dientes de ajo, 1 pimiento seco frito, cominos, azafrán, 1 cucharada de pimentón y sal.

El nombre de este plato magrebí ha quedado en la cocina popular almeriense para designar unos potajes que guardan algún parentesco lejano con el que acompañan en el norte de África a la masa de sémola. Aquí no se le pone harina sino patatas.

Alicuzcuz

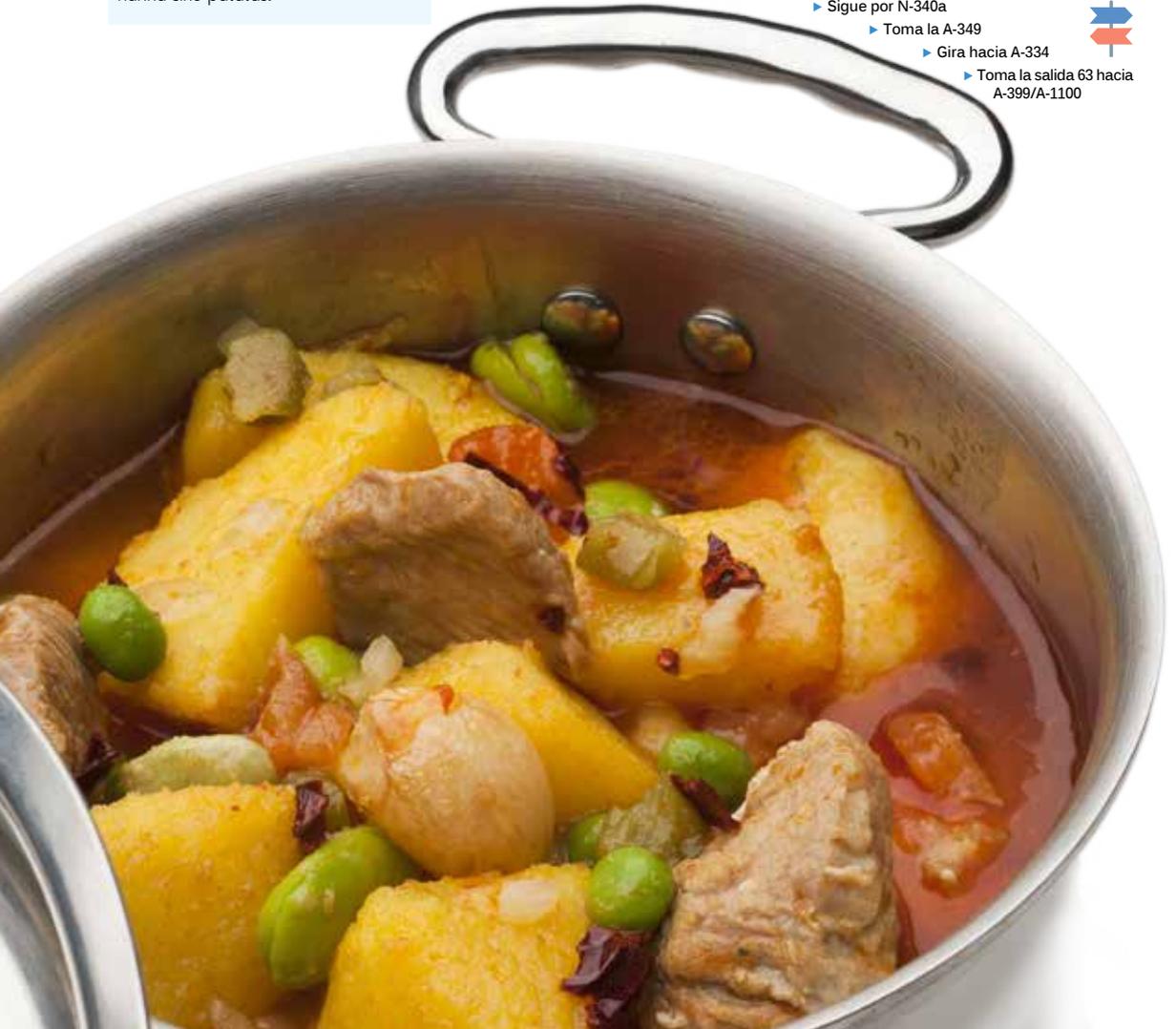
Se hace un sofrito con el tomate pelado, la cebolla y el pimiento verde, todo bien picado, se añade un ajo frito y otro crudo, un pellizco de cominos, azafrán, sal, el pimiento seco machacado y el pimentón, y se aparta.

En otra sartén se doran ligeramente las patatas peladas y troceadas. En una cazuela se ponen las patatas y el sofrito, se cubre con agua y se hace hervir. A media cocción de las patatas se echan los guisantes y las habas.

En el caldo obtenido se pueden cocer pescados o carnes.

1 h. 20 min. (101 km) por A-349

- ▶ Conduce por E-15/A-7
- ▶ Continúa por la A-92
- ▶ Sigue por N-340a
 - ▶ Toma la A-349
 - ▶ Gira hacia A-334
 - ▶ Toma la salida 63 hacia A-399/A-1100





PATERNA DEL RÍO

Potaje de castañas

Se ponen en una olla las castañas y los boniatos con agua suficiente para cubrirlos y se acercan al fuego. Cuando empieza a hervir se le añade el azúcar, la canela y la matalahúva (o la cáscara de naranja).

Se deja cocer durante media hora aproximadamente a fuego lento, hasta que las castañas estén tiernas y procurando que el caldo no quede demasiado seco ni demasiado acuoso.

Se deja enfriar y se sirve a temperatura ambiente adornado con una ramita de menta y un poquito de canela por encima.

INGREDIENTES

600 g de castañas, tostadas y peladas, 300 g de boniatos, pelados y troceados (optativo), azúcar al gusto (de 200 a 250 g), 1 tallo de canela, 1 cucharada soper de matalahúva machacada o cáscara de naranja.

Es un postre típico de las fiestas navideñas, antaño extendido por toda la Alpujarra.

1 h. 13 min. (87,6 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 hacia Camino los Majales
- ▶ Toma la salida 406 desde E-15/A-7
- ▶ Conduce por A-358
- ▶ Continúa por A-347
- ▶ En la A-348 toma la salida hacia AL-5402





Caldo en blanco

Se pone agua a hervir con el tomate entero, la cebolla en cascós, los ajos enteros, el perejil, el laurel, la pimienta, un chorrito de aceite y sal. Se lleva a ebullición, se baja el fuego y se deja cocer unos veinte minutos.

Luego se añade el pescado, manteniendo al fuego unos minutos, según el tamaño del pescado, pero poco para que no se deshaga. Se toma con o sin sopas de pan.

INGREDIENTES

Pescado blanco (pescadilla preferiblemente), 1 cucharadita de aceite de oliva, 1 tomate, 1 cebolla, 3-4 ajos pelados, 1 rama de perejil, 1 hoja de laurel, sal y pimienta en grano.

Se puede limpiar el pescado, poner las raspas y la cabeza cuando se hace el caldo, colarlo y añadir el pescado limpio. Es más sabroso el caldo y más fácil de comer.

18 min. (918,4 km) por A-7

▶ Conduce por Carr. de Almería/N-340a y E-15/A-7





Fideos con pulpo

Se frie el pimiento seco en el aceite, se saca y se maja en el mortero con los cominos y un poco de sal. En el mismo aceite se ponen la cebolla, el pimiento verde y los ajos, todo muy picado, con un poco de sal; cuando la cebolla está bien pochada se añade el tomate rallado. Cuando el sofrito está listo se le añade los del mortero y se le da unas vueltas, se añade el pimentón y se aparta inmediatamente.

Se pone a cocer el pulpo troceado con el laurel; a los quince minutos se añaden las patatas troceadas y el sofrito. Cuando las patatas y el pulpo están hechas se añaden los fideos y se cuecen hasta dejarlos al dente. Debe quedar bien caldoso.

INGREDIENTES

250 g de fideos nº 4, 1 pulpo pequeño, 1 patata gorda, 1 pimiento seco, 1 cebolla, 1 pimiento verde, 2 tomates maduros, 3 dientes de ajo, 1 cucharada de pimentón, 1 hoja de laurel, 1 dl de aceite de oliva, sal, cominos y azafrán.

Si el pulpo se ha congelado antes un mínimo de dos días quedará muy tierno con tiempos de esta receta. Si no, hay que esperar a echar las patatas hasta que el pulpo esté casi listo.



1 h. 13 min. (112 km) por A-7

- ▶ Dirígete dirección Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Girar hacia Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida en dirección Ctra. de Ronda/N-340a
- ▶ Dirección Autovía del Aeropuerto/AL-12
- ▶ Toma dirección Autovía del Aeropuerto/AL-12
- ▶ En la rotonda, coger la salida E-15/A-7 en dirección Murcia
- ▶ Salida 534A hacia AP-7 en dirección E-15/ Cartagena
- ▶ Continúa por E-15/AP-7
- ▶ Toma la salida 890 hacia A-350/S. J. Terreros/Pulpí/Pto. Lumbreras



Cordero a la moruna

La pimienta y el comino se machacan con sal. Las almendras se fríen y se majan poco, que queden en trozos grandes. Las pasas se ponen a remojar en agua templada. La cebolla se corta en juliana fina y el cordero en trozos medianos.

Se sofríe la cebolla con el aceite y, antes de que tome color, se pone la carne y se sigue rehogando unos minutos. Se cubre con agua, se añaden las especias molidas y se cuece a fuego medio hasta que la carne esté tierna y la cebolla hecha una salsa casi espesa. Si hace falta se agrega un poco más de agua. Entonces se añaden las almendras y las pasas, se deja cocer dos o tres minutos y se sirve caliente.

INGREDIENTES

1 pierna de cordero de 1,5 kg como mínimo (el lechal no aguantará bien la larga cocción), 700 g de cebolla, 1 vasito de aceite de oliva, 1 cucharada sopera de pimienta negra en grano, 1 cucharada sopera de cominos, un buen puñado de pasas y otro de almendras con su piel.

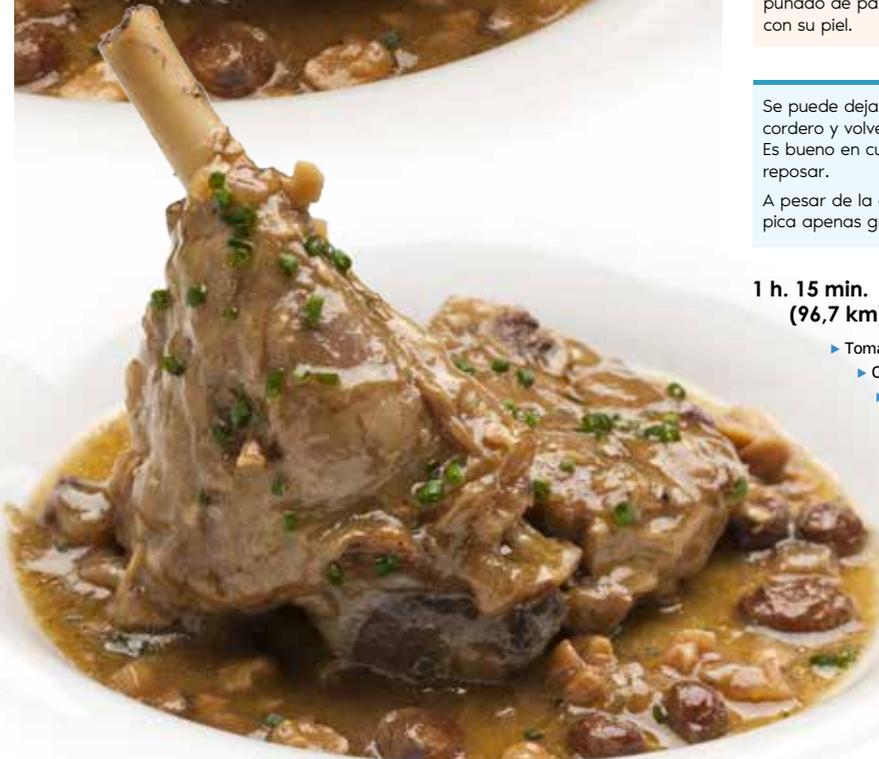
Se puede dejar enfriar, deshuesar el cordero y volverlo a poner en la salsa. Es bueno en cualquier caso dejarlo reposar.

A pesar de la cantidad de pimienta, no pica apenas gracias a la larga cocción.

1 h. 15 min.
(96,7 km) por A-349



- ▶ Toma E-15/A-7
- ▶ Conduce por la A-92
- ▶ Sigue por la N-340a
- ▶ Continúa por la A-349 y A-334 hacia Calle Pablo Picasso en Purchena





Sopa de almendras

Se frie el pan en cuadraditos y se reserva. Se fríen los ajos y las almendras, y se majan en el mortero hasta que quede una pasta fina. Se deja en la sartén el aceite justo para hacer un sofrito con la cebolla muy picada y, al final, el tomate rallado. Cuando está el sofrito hecho se añade el jamón picado y se le da una vuelta.

Se pone una olla al fuego con litro y medio de agua, se añade el sofrito y el majado del mortero y se deja hervir hasta que están los ingredientes bien integrados. Se prueba de sal y se sirve con el pan frito y con el huevo cocido o frito con la yema dura, en ambos casos bien picados.

INGREDIENTES

2 rebanadas de pan, 75 g de almendras, 50 g de jamón, 1 tomate maduro, 1 cebolla mediana, 4 dientes de ajo y 1 huevo. Aceite de oliva virgen para freír.

Es la sopa más extendida por toda la Alpujarra, hasta el punto de que muchos la llaman sopa alpujarreña. Ideal para los meses fríos.



**36 min. (43 km)
por A-348**

- ▶ Toma E-15/A-7
- ▶ Sigue por N-340a
- ▶ A-348 hacia Av. de la Paz



Salmonetes con ajoblanco

Ajoblanco: se remoja el pan en agua con un poco de vinagre. Se escaldan las almendras para pelarlas. Se escurre el pan remojado y se tritura con el resto de los ingredientes. Debe quedar con una textura similar a una mahonesa.

Se limpian los salmonetes y se les deja la cabeza; se secan, se enharinan y se frien en el aceite bien caliente. Se cubren con una capa de ajoblanco y se dejan reposar antes de servir.

INGREDIENTES

1 kg de salmonetes medianos. Aceite de oliva virgen abundante para freír.

Ajoblanco: 100 g de almendras, 50 g de miga de pan sentado, 1 dl de aceite de oliva virgen extra, sal y vinagre.

Era costumbre cubrir con ajoblanco los pescados sobrantes de la cena para comerlos al día siguiente.

Ajo, aceite y vinagre servían de conservantes cuando no había frigoríficos, además de comunicar unos sabores inigualables.

29 min. (20,2 km) por AL-3117

- ▶ Toma AL-12
- ▶ Conduce por AL-3117









ROQUETAS DE MAR

Arroz aparte

Se ponen los pescados limpios, con sus cabezas, en una olla con las verduras troceadas, se echa un chorrito de aceite y se mezcla bien. Se cubre con dos litros de agua, se añade sal, azafrán y pimienta y se pone al fuego. Cuando las patatas están tiernas se sacan los pescados y se cuele el caldo.

En una sartén se doran los ajos y el tomate picado y se sofríe el arroz. Se añade el caldo de cocer el pescado en la proporción habitual para que quede el arroz seco, o sea, doble volumen de líquido que de arroz.

El pescado se come aparte (de ahí el nombre del plato), con una mahonesa o un ali-oli.



INGREDIENTES

400 g de arroz de grano redondo, 1 kg de pescado de roca (araña, rascacio, rubio...), 1 tomate, 1 pimiento verde, 1 cebolla, 2 patatas, un chorro de aceite de oliva, sal, azafrán y pimienta.

Sofrito: 5 cl de aceite de oliva, 1 tomate, 3 dientes de ajo y sal.

Mientras se hace el arroz, se suelen comer las patatas y las verduras con un poco de caldo, a modo de rica sopa.



20 min.
(21,6 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 y A-1051
- ▶ Toma la salida 4 desde A-1051





Harina tostada

Se hace un sofrito con el aceite, sal, la cebolla picada fina y el tomate rallado. Se pone al fuego una cacerola con agua y se cuecen patatas cortadas a trozos con el refrito antedicho.

Mientras tanto se tuesta harina en una sartén untada de aceite. Cuando las patatas están tiernas se va añadiendo la harina tostada, poco a poco hasta que el caldo adquiera la textura de unas gachas blandas.

INGREDIENTES

1 kg de patatas, 1cebolla, 2 tomates, harina de trigo, 2 cucharadas de aceite de oliva virgen y sal.

Es uno de los platos más antiguos, perteneciente a una extensa familia de guisos engordados con harina. Más sencillo imposible.

Algunos le añaden pimentón al sofrito.

35 min. (37,8 km) por A-1075

- ▶ Conduce por Carr. de Almería/N-340a
- ▶ Continúa por E-15/A-7, N-340a, A-348 y A-1075 hasta tu destino





SANTA FÉ DE MONDÚJAR

Arroz calduó

Se hace en la paila un sofrito con los ajos y los tomates; se añade la carne troceada, una hoja de laurel y se rehoga. Se añade agua caliente y se lleva a ebullición. Se echa entonces el arroz, un puñado de guisantes y un machacado de pimienta, azafrán y sal. Cuando el arroz está casi a punto se añaden las gambas y las almejas. También se pueden echar unos trozos de pimiento verde frito.

El arroz debe quedar caldoso y se come en cuanto se aparta del fuego. O sea que hay que poner más agua de la que normalmente se pone para los arroces tipo paella.

INGREDIENTES

300 g de arroz, 200 g de magra de cerdo o de costilla, 200 g de gambas, 200 g de almejas, 100 g de guisantes, 2-3 dientes de ajo, 2 tomates maduros, pimienta, azafrán, 1 hoja de laurel y sal.
Optativos: pimiento verde frito, jibia o calamar.

En este tipo de arroces se suele dar una mezcla de elementos cárnicos y marinos en la comarca que rodea la capital.

También es muy frecuente añadir al sofrito, junto con la carne, unos trozos de jibia o de calamar.

27 min. (29,6 km)
por A-7 y A-348



► Carr. de Almería/N-340a, Salida 439a, E-15/A-7 y N-340a hacia A-348 en Benahadux

► Sigue por A-348

► Toma AL-3409



Otra vieja receta de la extensa familia de las gachas, en este caso con aprovechamiento de la corteza del jamón.

Se ha conservado en Senés en muy pocos casos; me pasó la receta hace muchos años Mercedes Camacho.



**47 min. (60 km)
por la A-92**

- ▶ Dirección C. Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Incorpórate a A-92 dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ En la rotonda, toma la segunda salida dirección N-340a
- ▶ Sigue por A-349 y AL-4100 hasta Calle Estación en Senés

Gachas papas

Se frien las cortezas de jamón y se reservan. Se dejan unas dos cucharadas de aceite en la sartén y se hace un sofrito con la cebolla bien picada y el pimentón.

Se pone este sofrito en una cazuela con el agua y las patatas cortadas en cuadraditos. Cuando están tiernas las patatas se va añadiendo la harina poco a poco, espolvoreándola y moviendo muy bien para que no se formen grumos.

Las cortezas de jamón fritas se añaden después de apartar la cazuela de la lumbre.

INGREDIENTES

1 kg de patatas, 1 cebolla mediana, 1 cucharada de pimentón, aceite de oliva, sal, litro y medio de agua y harina fina de trigo. Cortezas de jamón.





Talvinas

Se fríen en aceite las almendras enteras y el pan cortado en cuadraditos. Se sacan y se ponen a escurrir. Se quita casi todo el aceite, se echa la leche con un poco de sal y, antes de que empiece a hervir, se le va añadiendo la harina de trigo hasta formar unas gachas blandas.

Se añade la matalauva, se deja cocer unos minutos y se aparta. Se espolvorea con azúcar y canela, y se adorna con las almendras y el pan frito que teníamos apartados.

INGREDIENTES

100 g de harina de trigo, 4 rebanadas de pan, 1 l de leche, 50 g de almendras peladas, 100 g de azúcar, aceite de oliva virgen, canela molida y matalauva.

1 h. 21 min. (94,3 km)
por A-92 y A-1178



► Sigue por E-15/A-7, A-92 y A-1178

Es uno de los postres más antiguos de nuestro mundo mediterráneo.

Hay muchas variantes, como hacerlas con agua en vez de leche, poner miel en vez de azúcar o tostar la harina un poco antes de cocinarla.

Ensalada asada

Se asan las tres verduras en el horno, a la brasa o a la plancha. Se dejan enfriar para pelarlas y se pican en cuadritos. Se mezclan y se aliñan con abundante aceite de oliva, sal, un pellizco de orégano y una gota de vinagre.

Se deja reposar unas horas antes de tomarla a temperatura ambiente.

INGREDIENTES

½ kg de pimiento verde, 1 kg de tomate maduro, 1 cebolla gorda, orégano, vinagre, sal y aceite de oliva virgen extra

Nota: el pimiento ideal es el llamado "valenciano"; el "italiano" es demasiado fino y no se pela bien, y el tipo morrón es demasiado grueso.

Típica del Almonzora, esta "ensalá asá" es pariente de la escalibada catalana, pero más aún de la que hacen en el norte de Marruecos, que es casi idéntica a la nuestra. Cosas del Mediterráneo, de Algeciras a Estambul, que dice Serrat.

1 h. 22 min. (104 km)
por A-349



- ▶ Toma E-15/A-7
- ▶ Sigue por la A-92
- ▶ Continúa por la A-349
- ▶ A-334 hacia AL-8412





Fritá de bacalao

Se desala el bacalao de la forma habitual. Se seca bien con papel o un paño, se corta en tacos o en tiras, se reboza con harina y se fríe en abundante aceite; se aparta, se quita parte del aceite y en el mismo aceite se fríe el pimiento cortado en trocitos, a fuego suave con la sartén tapada.

Mientras tanto, el tomate se hace en otra sartén sin aceite hasta que esté bien reducido.

Se junta todo y se rehogan unos minutos para que se impregnen de sabor. Se prueba de sal.

Algunos le ponen un poco de guindilla.

INGREDIENTES

250 g de bacalao salado, 500 g de pimiento verde, 1 kg de tomate maduro, sal y 15 cl de aceite de oliva virgen extra.

Un buen bacalao merece dedicarle tiempo a su desalado: en el frigorífico cubierto de agua con la piel para abajo durante tres o cuatro días (según tamaño).

Sólo se le cambia el agua el último día, tres veces.

1 h. 22 min. (102 km) por la A-349



- ▶ Dirección C. Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Incorpórate a A-92 dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ En la rotonda, toma la salida dirección N-340a
- ▶ Incorpórate a A-334
- ▶ Gira a la derecha hacia AL-6103





Guisillo de cordero

Se pone en una cazuela el cordero troceado, con todos los ingredientes menos el vino, las patatas y el azafrán. Se rocía con el aceite, se tapa y se mezclan bien. Se destapa, se cubre con el vino y algo de agua, y se pone a cocer a fuego medio hasta que la carne esté tierna.

Se incorporan entonces las patatas troceadas, el azafrán y, si hace falta, se añade más agua para que cubra todo bien. Se sigue cociendo hasta que las patatas estén hechas. El caldo queda más bien clarito, que no se trata de una salsa.

INGREDIENTES

1/2 kg de pecho y/o costilla de cordero, 1 kg de patatas, media cabeza de ajos, 1 hoja de laurel, pimienta negra en grano, 1 trozo de canela en rama, 1 rama de perejil, 1 vaso grande de vino blanco seco, un vaso pequeño (1 dl) de aceite de oliva virgen, azafrán y sal.

Hay quien le añade algunas verduras, como guisantes o alcachofas, pero no se debe abusar porque entonces parece una carne a la jardinera y se enmascara el antiguo sabor de este guiso entrañable.

45 min. (65 km) por A-92 y N-340a

▶ Toma E-15/A-7

▶ Sigue por la A-92

▶ N-340a hasta Sorbas





SUFLÍ

Fritá de magra

La carne se corta en tacos y se dora en el aceite, se aparta y se reserva. En el aceite restante se frie el pimiento cortado en trocitos a fuego suave con la sartén tapada. Mientras tanto, el tomate se hace en otra sartén sin aceite hasta que esté bien reducido.

Se junta todo y se rehogan unos minutos para que se impregnen de sabor. Se prueba de sal.

Es (o era) habitual añadir un poco de guindilla.

INGREDIENTES

600 g de magra de cerdo, 500 g de pimiento verde, 1 kg de tomate maduro, sal y 15 cl de aceite de oliva virgen extra.

Opcional: 1 guindilla seca.

Esta fritada también se puede hacer con conejo o asaduras.

Hay una variante en la forma de hacer el pimiento: en lugar de frito, algunos lo asan, lo pelan y lo trocean.

1 h. 16 min. (101 km) por A-349

► Toma E-15/A-7, A-92, N-340a, A-349 y A-334 hacia AL-8412

► Sigue por AL-8412 hasta Suffí





Tortilla de ajetes y bacalao

Se pica o se desmiga el bacalao y se pone a desalar una media hora. Mientras, se pican los ajetes en trocitos menudos y se rehogan en una sartén con un poco de aceite. Cuando están tiernos se añade el bacalao escurrido y se mezcla todo bien.

Se baten los huevos con 1/2 cascarón de agua y una cucharadita de harina por cada huevo; se añade la mezcla de ajetes y bacalao y se cuaja en sartén amplia para que quede del grosor de un dedo. Se puede comer caliente o fría.

INGREDIENTES

2 manojos de ajos tiernos, 100 g de bacalao seco, 4 huevos, 4 cucharaditas de harina, agua.

Aceite de oliva virgen para freír.

Los ajetes son los ajos tiernos con su cabequilla y sus hojas verdes. No confundir con los tallos de ajo (cubiles) que se venden también en conserva.

 **30 min. (40,4 km)**
 **por A-7 y A-92**

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/N-340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 y A-92 hacia N-340a
- ▶ Toma la salida 376 desde A-92
- ▶ Sigue por N-340a
- ▶ Conduce hacia Calle Tesoro en Tabernas





Potaje de trigo

Se ponen las habichuelas a remojar la noche antes. Esa misma noche se limpia el trigo, se cuece en agua con sal una media hora y se deja reposar en la olla.

Al día siguiente se cuecen las judías y los hinojos por separado. Mientras, se hace un sofrito con el aceite, el ajo, el pimiento seco, la cebolla picada y el tomate rallado. Este sofrito se añade a la olla donde están cociendo las judías una media hora antes de que estén en su punto, junto con las patatas troceadas.

Diez minutos después se añaden las verduras, el trigo cocido y los hinojos cocidos con su caldo.

INGREDIENTES

150 g de habichuelas blancas, 200 g de trigo, 1 manojo de hinojos tiernos, 2 dientes de ajo, 1 pimiento seco, 1 cebolla, 1 tomate, 2 patatas troceadas, un buen puñado de verduras (habas, judías verdes, cardillos...).

Sal y 2 cucharadas de aceite de oliva.

Estupendo guiso vegetal y casi sin grasa. Es tan popular en la comarca que existen bastantes recetas con ciertas diferencias, por ejemplo, algunos lo hacen con garbanzos. Esta es una fórmula genérica.



1h. 6 min. (105 km) por A-7

- ▶ Toma E-15/A-7 desde AL-12 y N-349
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia AL-7106
- ▶ Toma la salida 543 desde E-15/A-7
- ▶ Sigue por AL-7106 hasta Zurgena





Arroz de matanza

En una sartén con cuatro cucharadas de aceite se sofríe la magra del cerdo recién sacrificado y se saca. En el mismo aceite se hace un sofrito con los dientes de ajo y el tomate; al final se añade una cucharadita de pimentón.

Se rellena de arroz el pimiento seco.

En una cazuela amplia se ponen a cocer en dos litros de agua la magra, el sofrito, con sal y azafrán. Cuando la carne está casi hecha se añade el arroz y las habichuelas verdes.

Unos minutos antes de echar el arroz se echa el pimiento seco relleno de arroz, para que salga todo con el mismo punto de cocción.

INGREDIENTES

300 g de arroz, ½ kg de magra de cerdo, ½ kg de habichuelas verdes, 3 dientes de ajo, 1 tomate; 1 cucharadita de pimentón, 1 pimiento seco, sal, aceite de oliva y azafrán.

Como su nombre indica se hace el mismo día de la matanza.

Es un arroz algo caldoso, como la mayoría de los arroces serranos.

**40 min. (58,8 km)
por A-92 y A-349**



► Conduce por E-15/A-7, A-92 y N-340a

► Toma la salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas

► Sigue por A-349 hasta Carril de los Alejos





Remojón de naranja y bacalao

Se machaca el ajo con el pimiento y se añade un chorreón de vinagre. Se asa el bacalao, se le quitan la piel y las espinas y se corta en trocitos.

Se pelan y pican las naranjas, se corta en rodajas finas la cebolleta y se mezcla todo. Se aliña con el aceite y se prueba de sal por si le faltara, aunque con el bacalao suele ser suficiente. Se decora con las aceitunas.

INGREDIENTES

Un puñado de aceitunas negras, 2 pimientos secos, 1 diente de ajo, 2 cebolletas (o una pequeña), 2 naranjas, 250 g de bacalao salado, aceite de oliva virgen extra y un chorrito de vinagre.

En toda la comarca y en la vecina Alpujarra hay muchas variantes de este remojón: con orégano, con unas patatas cocidas, con la cebolleta asada...

33 min. (34,5 km) por A-7

- ▶ Toma Carr. de Almería/N-340a, Salida 439a, E-15/A-7 y N-340a hacia A-348 en Benahadux.
- ▶ Sigue por A-348 y A-1075 hasta Terque





Maimones

Se hace un sofrito con el aceite, la cebolla, el pimiento y los tomates, bien picados; al final se añade el pimentón y se aparta (se pueden añadir a este sofrito unos trocitos de longaniza, tocino, chorizo, aunque no es obligatorio).

Se pone el sofrito en una cazuela con agua y las patatas cortadas en cuadraditos. Cuando están tiernas las patatas se va añadiendo la harina poco a poco, espolvoreándola y moviendo muy bien para que no se formen grumos. Pueden dejarse más o menos espesos, al gusto. Incluso a veces se pone un poco de calabaza como espesante.

INGREDIENTES

2 tomates maduros, 1 cebolla mediana, 1 pimiento verde, 1 cucharadita de pimentón, 2 ó 3 patatas, 1/2 vasito de aceite de oliva virgen extra, sal, 1,5 l. de agua y harina fina de trigo a ojo.

Optativo: longaniza, chorizo, tocino y calabaza.

La abuela que me dio la receta usaba una caña para moverlos porque decía que así quedaban más finos.

Se comen siempre muy calientes y acompañados de un pimiento picante. El que lo aguante, claro.

1 h. 20 min. (104 km) por A-349

▶ Toma E-15/A-7

▶ N-340a

▶ A-334 hacia travesía Vulcano en Tíjola









Guisao de hinojos

Las habichuelas se ponen en remojo la noche anterior y luego se ponen a cocer en agua fría con sal y con un chorreón de aceite de oliva.

Cuando están casi tiernas se echan a la olla las patatas cortadas en cachos y el arroz. Unos minutos más tarde se añaden los hinojos picados y un puñado de habas desgranadas.

INGREDIENTES

250 g de habichuelas blancas, 200 g de arroz, 2 ó 3 patatas, un manojo de hinojos tiernos, 250 g de habas, sal y aceite de oliva virgen extra.

Es un cocido emparentado con la olla de trigo y con otros muchos pucheros, pero con una peculiaridad esencial: no se le pone nada de cerdo y en su lugar lleva aceite.

¿Antecedente morisco o judío de los otros pucheros citados? Si no fuera porque las habichuelas y las patatas llegaron de América en el s. XVI...



45 min. (69,3 km) por A-92

- ▶ Toma E-15/A-7 desde Carr. de Almería/ N-340a y Salida 439a.
- ▶ Conduce por A-92. Toma la salida 345 desde A-92.
- ▶ Conduce hasta tu destino





Rape con papas y almendras

Cocer el rape en agua con laurel, pimienta, sal, limón y unos gajos de cebolla. Colar el caldo obtenido y limpiar y trocear el rape. Reservar por separado.

Mientras, se prepara un sofrito de tomate, cebolla y pimienta verde; y un majado hecho con almendras fritas, pan frito y los dientes de ajo -fritos o crudos- pimienta, azafrán y cominos.

En el caldo se ponen a cocer las patatas troceadas con el sofrito y el majado. Cuando las patatas están tiernas se añade el rape, se deja hervir un par de minutos más y se prueba de sal.

Este es uno de esos guisos que está más bueno de un día para otro.

INGREDIENTES

1 rape de 1,2-1,5 kg, 2 patatas gordas, 1 tomate, 1 cebolla, 1pimiento verde, 15-20 almendras, 1 rebanada de pan, 3 dientes de ajo, 1 hoja de laurel, pimienta en grano, 8-10 pelos de azafrán, cominos, limón, aceite para freír y sal.

Para disfrutar más del pescado, es recomendable limpiarlo, hacer el caldo con la cabeza y el hueso y añadir las rodajas de pescado cuando las patatas estén en su punto.

También se puede freír el pescado ligeramente y hacer el sofrito en ese aceite.

56 min. (79,4 km) por A-7



- ▶ Dirígete dirección Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Gira hacia Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, coger la salida E-15/A-7 en dirección Murcia
- ▶ Salida 534A hacia AP-7 en dirección E-15/ Cartagena
- ▶ Continúa por E-15/AP-7
- ▶ Toma la salida 520 hacia N-340a/AL-6111
- ▶ Continúa hacia AL-6111



TURRILLAS

Migas con patatas o 'de chorrillo'

Se les llama "de chorrillo" por la forma de hacerlas: en una sartén amplia con aceite abundante se frien las patatas cortadas en rodajas; cuando están doradas se les da la vuelta con cuidado y, cuando estén en su punto, se sacan y se les escurre casi todo el aceite. Se vuelven a poner las patatas fritas en la sartén y se añade poco a poco, a chorrillo, una masa de migas hecha con la harina, el agua y sal. Se le da vueltas con cuidado y se dora todo. A mitad de cocción se añaden los dientes de ajo cortados en láminas y fritos.

INGREDIENTES

350 g de harina de trigo duro, ½ litro de agua, 2 patatas, 2 dientes de ajo, aceite de oliva y sal.

Además de los acompañamientos habituales, estas migas se tomaban también con café de malta y con acompañamientos dulces.

Se puede sustituir la harina de trigo duro de esta receta tradicional por harina de sémola, que da menos trabajo.



44 min. (58 km)
por la A-92 y N-340a

- ▶ Dirección C. Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ Toma la salida E-15/A-7 dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorporate a A-92 dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a dirección Tabernas
- ▶ En la rotonda, salida dirección N-340a
- ▶ Gira a la derecha hacia A-3103



Berza

Se ponen en una olla el hueso, las carnes y el tocino, se cubren con agua y se pone al fuego. Cuando hierva un rato se añaden los garbanzos y se deja a fuego lento hasta que estén tiernos (en el caso de las judías hay que ponerlas con el agua fría).

Cuando la legumbre está casi hecha se añaden las patatas troceadas, el boniato y la berza trinchada. Unos minutos antes de apartar se añade la morcilla. Debe quedar caldoso pero no demasiado.

INGREDIENTES

1 kg de berza (col blanca), 250 g de garbanzos (o judías blancas, o mitad y mitad), 2 patatas, 1 morcilla de cebolla, espinazo con rabo, tocino y oreja de cerdo. 1 hueso de jamón, agua y sal.

Opcional: 1 boniato.

En el resto de Andalucía berza ha llegado a ser sinónimo de guiso con verduras, pero en Almería conserva el nombre sólo para los que llevan col.

Se suelen comer en otoño, cuando las berzas están en su punto y empieza a refrescar.

**47 min. (65 km)
por la A-92 y N-340a**

- ▶ Dirección C. Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a



- ▶ Toma la salida E-15/A-7 dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorporate a A-92 dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ En la rotonda, salida dirección N-340a
- ▶ Gira a la izquierda hacia A-1100



Lentejas con habas

Se cuecen 300 g de lentejas con las habas secas, dos dientes de ajo sin pelar, laurel y alguna hierba aromática.

Mientras, se tritura en la batidora el pimiento verde, la cebolla, 1 diente de ajo pelado, los tomates pelados y sin semillas, un chorreón de aceite, pimienta, el pimentón y sal.

Este mejunje se añade a la olla cuando están las lentejas y las habas listas para comer y se aparta de inmediato porque no debe hervir más de un minuto.

INGREDIENTES

300 g de lentejas, 100 g de habas secas, 3 dientes de ajo, 1 hoja de laurel, 1 rama de tomillo, orégano o romero, 1 pimiento verde pequeño, 1/2 cebolla, 2 tomates, aceite de oliva virgen extra, pimienta, una pizca de pimentón y sal.

Una de las escasas recetas con lentejas en la cocina popular almeriense, pero con un aliño muy peculiar, amén de vegetariano.



**1 h. 18 min. (100 km)
por la A-349**

- ▶ Dirección C. Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorporate a A-92 dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ Continúa por la A-349
- ▶ Gira a la derecha hacia A-334





48 min. (58,8 km)
por la A-92 y A-3102

- ▶ Dirección C. Reina Regente/Ctra. de Almería/N-340a hacia Ctra. de Málaga
- ▶ Continúa hacia Ctra. de Almería/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Incorpórate a A-92 dirección Guadix/Granada
- ▶ Toma la salida 376 hacia N-340a, en dirección Tabernas/Sorbas
- ▶ Dirígete hacia A-349
- ▶ Gira a la izquierda hacia AL-3102
- ▶ Continúa por AL-3102 hasta Velefique

Ensalada de col y granada

Se corta la col en juliana fina o se pica en cuadritos, se sacan los granos de las granadas, se mezclan y se aliñan con el vino tinto diluido con un poco de agua, azúcar y canela.

INGREDIENTES

1 kg de col blanca, 2 granadas maduras y dulces, 1 vaso de vino tinto, azúcar y canela al gusto, un poco de agua.

Una ensalada bien original, que se puede tomar al principio o al final de la comida. También se puede aliñar a la manera clásica de otras ensaladas: aceite, sal y unas gotas de vinagre, pero que sea dulce: de PX o balsámico.

Tanto la granada como la berza son utilísimas para la salud.





Olla con peras de invierno

Se colocan en una olla los productos cárnicos, se cubren con agua con una pizca de sal y se pone al fuego. Cuando hierva se espuma bien el caldo, se añaden los garbanzos (puestos en remojo la noche anterior) y se baja el fuego.

Cuando los garbanzos están casi a punto se añaden las peras enteras y sin pelar, la patata en cascós gordos, la calabaza troceada, el nabo, la pimienta, el azafrán y el pimentón; se sigue la cocción a fuego lento hasta que las verduras y las peras estén tiernas.

INGREDIENTES

250 g de garbanzos, 1 espinazo fresco con rabo, 200 g de carne de cerdo, 2 peras de invierno, 1 patata, 150 g de calabaza, 1 nabo pequeño, azafrán, sal, pimienta y pimentón.

Se nota la antigüedad de este guiso en que se hace con peras y nabos, porque las patatas no se incorporaron a la cocina europea hasta el siglo XVIII; aunque en esta receta, recogida en los años setenta, ya se ponen también patatas.





Caldo de matanza

Se fríe el hígado cortado en trozos, se saca de la sartén y, cuando se enfríe, se moja en el mortero con los dientes de ajo, perejil y cominos.

En el mismo aceite se fríen las cebollas picadas, se añaden los tomates rallados y se echa el sofrito en una perola con tres litros de agua, el majado de hígado, la hoja de laurel, sal y azafrán; se deja hervir cinco minutos.

En fuentes o en platos hondos se ponen rebanadas finas de pan casero, se cubren con el caldo, se le ponen los pimientos asados cortados en trozos y un chorreón de zumo de limón.

INGREDIENTES

250 g de hígado de cerdo, 2 cebollas, 2 tomates, 3 dientes de ajo, 3 litros de agua, 1 hoja de laurel, 2 o 3 tres pimientos verdes asados, perejil, sal, azafrán, cominos, zumo de limón. 8 rebanadas finas de pan casero. Aceite para freír.

Como indica su nombre, esta recia sopa se hacía cuando el gorrino estaba recién matado. Para calentarse en las frescas noches propias de la época de la matanza.

1 h. 36 min. (157 km) por A-7

- ▶ Suroeste dirección Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Murcia/Níjar
- ▶ Salida 651 hacia A-91 dirección Vélez Rubio y Vélez Blanco y continúa por A-91 y A-92N
- ▶ Salida 112 hacia Vélez Rubio y Vélez Blanco





VERA

Torticas de avío

Se amasa la harina de maíz con agua templada y un poco de sal. Se forman unas pequeñas "pizzas" con reborde que se cubren con un picadillo de pimiento, tomate, cebolla, ajo y perejil, mezclado con los filetes de boquerón, las especias y el aceite. Se meten al horno 35 minutos a 150° C.

Deben quedar doradas y jugosas.

INGREDIENTES

750 g de harina de maíz, 3 pimientos verdes, 2 tomates maduros, 1 cebolla, 4 dientes de ajo, 500 g de boquerón, 1 dl de aceite de oliva, sal, pimienta, orégano, comino, perejil y azafrán.

Desde que la Terraza Carmona recuperó esta receta ancestral, está claro que pueden competir con las italianas, con ventaja ¿Por qué no se han extendido a toda la hostelería almeriense?



59 min. (86,8 km) por A-7

- ▶ Dirígete hacia el suroeste dirección Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Murcia/Níjar
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Salida 529 dirección hacia Vera
- ▶ En la rotonda, toma la segunda salida en dirección N-340a



INGREDIENTES

800 g de patatas, 1 l de caldo de pescado, 1 hoja de laurel, 1 rama de perejil, y pimienta negra en grano y 200 g de gamba blanca y/o 400 g de pintarroja o cazón.

Optativo: 4 huevos.

Ajopollo: 2-3 dientes de ajo, 25 g de almendras con piel, 2 rebanaditas de pan, 1 dl de aceite de oliva virgen extra, azafrán y sal.

Patatas en ajopollo

Poner a hervir en el caldo las patatas troceadas con el laurel, el perejil, sal y la pimienta.

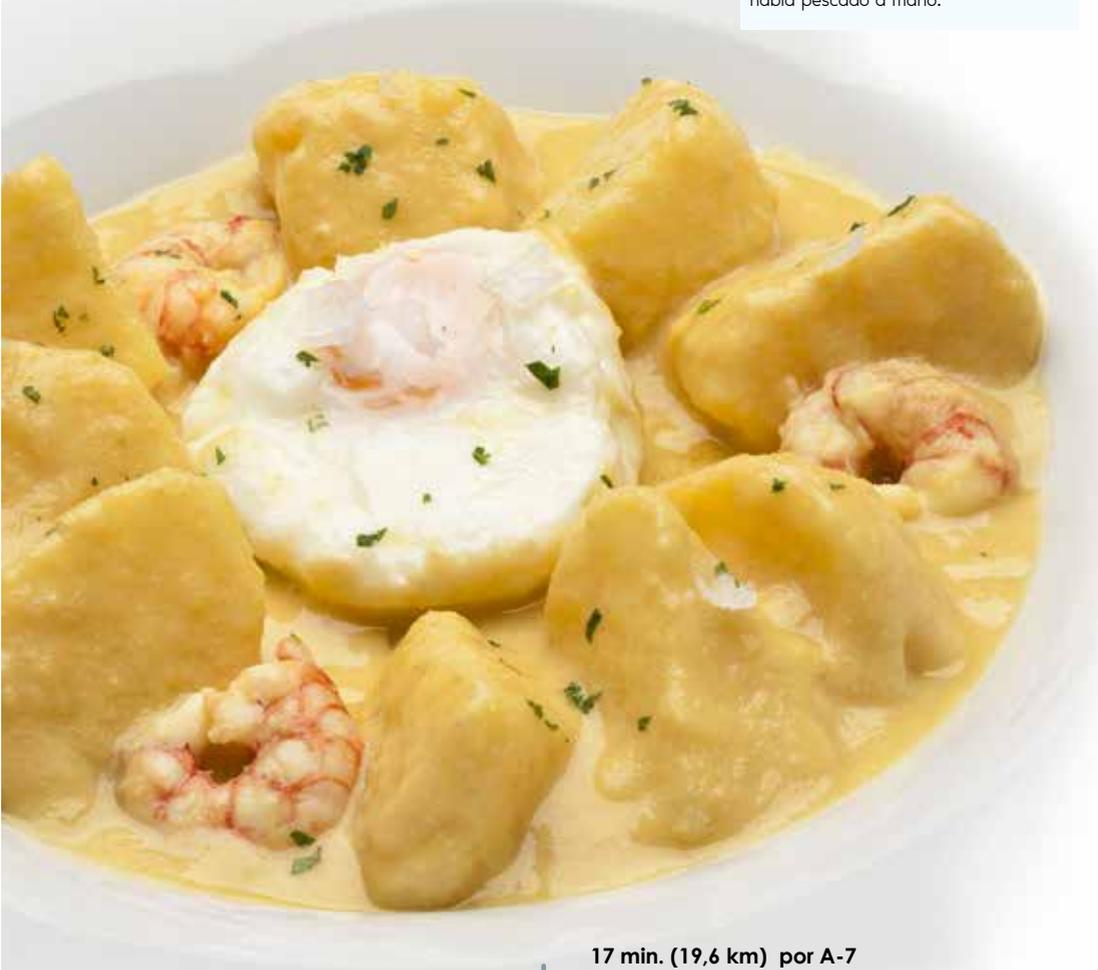
Mientras, se frien los ajos, las almendras y el pan; se sacan y se majan con el azafrán; se añade al caldo, que debe quedar espeso. Cuando las patatas están tiernas, se echa el pescado troceado.

Cuando se ponen huevos, se escalfan y, cuando esté la clara cuajada, se aparta.

También hay otra versión con el aliño en crudo, o sea, añadiendo un ajo blanco al final, pero sin que vuelva a hervir, porque se cortaría.

El caldo de se puede hacer con las cabezas y cáscaras de las gambas o con las raspas del pescado que le vamos a añadir a las patatas.

Se solían usar los huevos cuando no había pescado a mano.



17 min. (19,6 km) por A-7



- ▶ Toma E-15/A-7 en desde Carr. de Almería/N/340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 452



VÍCAR

Conejo en salsa

El conejo, convenientemente limpio y troceado, se fríe en una sartén con aceite de oliva. Cuando toma color se añade el tomate troceado y se sigue friendo.

Se añade la harina y se le da un par de vueltas. Entonces se añade agua y sal, los ajos, el perejil, el vino, la pimienta y el pimentón.

Se hace cocer hasta que esté tierno el bicho. A mitad de cocción, más o menos, se añaden los dos huevos duros cortados.

Receta obtenida en los años ochenta en el centro de Adultos de VÍCAR.

Rosario Vargas, Josefa Pérez, Natalia Fernández decían que se puede servir con lechuga, patatas fritas o cocidas, pan frito o más huevos duros (les habría encantado a los hermanos Marx).

INGREDIENTES

1 conejo, 1 tomate, 3 dientes de ajo, 1 vaso de vino blanco, 2 huevos, 1 cucharada de harina, aceite, pimienta, perejil y pimentón.



18 min. (21,3 km) por A-7



- ▶ Toma E-15/A-7 en desde Carr. de Almería N/340a y Salida 439a
- ▶ Sigue por E-15/A-7 hacia Carr. de VÍCAR/AL-3301
- ▶ Toma la salida 424





Potaje de garbanzos con bacalao



Dos o tres días antes se pone el bacalao a desalar. La noche anterior se ponen los garbanzos en remojo.

Se ponen los garbanzos a cocer en agua con sal y unos granos de pimienta. Mientras hierven se preparan los aliños: se frien en una sartén los ajos, las almendras y el pan; se echan los fritos en el mortero y se majan. En el mismo aceite se hace un sofrito con la cebolla y los tomates, bien picados; al final se añade una cucharada de pimentón.

Por otra parte se cuecen las verduras en un cazo, se escurren y se cortan en trozos.

Cuando los garbanzos están tiernos se añaden a la olla el majado del mortero, el sofrito de la sartén, las verduras escurridas y el bacalao en trozos. Se deja hervir unos minutos, poco antes de apartar la olla de la lumbre, se añade la yema del huevo duro disuelta con un poco de caldo y la clara picada.

INGREDIENTES

300 g de garbanzos, 200 g de bacalao salado, 2 dientes de ajo, 15 almendras, 1 rebanada de pan, 1 cebolla, 2 tomates, 1 cucharada de pimentón, 1 manojo de espinacas o de acelguillas, 1 huevo duro, sal y unos granos de pimienta.

Es un potaje propio de Cuaresma que tiene numerosas versiones por media España. En Almería hay dos maneras básicas de prepararlo: con el bacalao en trozos o en albóndigas.

El aliño puede ser crudo o frito, como en este caso.

1 h. 10 min. (105 km) por A-7

- ▶ Dirígete hacia el suroeste dirección Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Murcia/Níjar
- ▶ Incorpórate a E-15/A-7
- ▶ Salida 543 dirección La Concepción/Zurgena/Lubrín
- ▶ Continúa por AL-7106
- ▶ Gira a la derecha hacia A-1101/ALP-8114





Sobrehusa de verduras

Se hierven las collejas diez minutos y se ponen a escurrir. En una cazuela se pone el aceite y se frien dos dientes de ajo, la rebanada de pan, las almendras y los pimientos secos, cada cosa en su punto. Todo lo frito se echa al mortero junto los dos ajos crudos, y se machaca.

Las collejas, ya escurridas, se marean un poco en el aceite restante de los sofritos y se le añade la sal y el vinagre al gusto. Se añade a la cazuela lo del mortero junto con agua, a gusto del consumidor, y se deja hervir diez minutos.

Es un aliño pariente cercano del ajillo de carne. Puede hacerse casi con cualquier verdura, como achicorias, alcachofas, berza, col lombarda o espinacas. La de collejas es muy popular en Fuente Victoria.

INGREDIENTES

500 g de collejas, 4 dientes de ajo, 2 pimientos secos, 1 rebanada de pan, 100 g de almendras, agua y sal, unas gotas de vinagre y 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra.



**57 min. (66,8 km)
por la A-348**

- ▶ En la rotonda, toma la salida por Ctra. de Almería/Ctra. de Málaga/N-340a
- ▶ En la rotonda, toma la salida E-15/A-7 en dirección Ronda de Almería/Murcia
- ▶ Incorporate a E-15/A-7
- ▶ Toma la salida 448 hacia Benahadux/Huércal de Almería
- ▶ Segunda salida en la rotonda hacia N-340a
- ▶ Toma la salida hacia A-1180/Fuente Victoria



CURRICULOS

Antonio Zapata

Licenciado en Humanidades, Perito Industrial y miembro de Equipo Alfredo. Ha sido profesor asociado de la UAL en la carrera de Turismo y ejercido la crítica gastronómica en diversos medios locales y nacionales. Ha organizado jornadas gastronómicas y de promoción de productos alimentarios en foros de Andalucía y Madrid.

Sobre gastronomía ha publicado cientos de artículos y libros como. El gran libro de la cocina de Almería (1997), Guía gastronómica de La Alpujarra (1999), Recetas de la abuela para el siglo XXI. (1999), Guía gastronómica de Los Vélez (2000), La nueva cocina almeriense (2000), Guía de tapas de Almería (2001), Rutas de la gastronomía en Andalucía (2003), Patrimonio gastronómico de Almería (2005), Gastronomía, rutas, recetas y productos (2007 y 2012), Viaje por la despensa de Almería (2013), Del garum al caviar. Mitos y ritos de la gastronomía andaluza (2016).

Con el colectivo Equipo Alfredo ha publicado artículos y libros sobre múltiples temas, entre ellos el flamenco, al que ha dedicado escritos y programas de radio a nivel nacional, y ha tenido cargos ejecutivos en entidades como Ateneo de Almería, Peña El Taranto, ITEAF, Confederación de Peñas Flamencas y Centro Andaluz de Flamenco.

Juan José Pascual Lobo

Licenciado en Geografía e Historia. Fotógrafo independiente desde hace más de tres décadas. Especializado en fotografía de Viajes, Arte y Gastronomía. Ha colaborado con organismos dedicados a la promoción del turismo, consejos reguladores de diferentes denominaciones de origen e IGP, bodegas, industrias alimentarias, cadenas hoteleras, asociaciones de restaurantes, cocineros y multitud de publicaciones y editoriales relacionadas con los viajes, el turismo y la gastronomía a nivel internacional, como Turespaña, Paradores de Turismo, Restaurantes de Buena Mesa, Editorial Everest, Geo Planeta, Anaya Touring, Viajes National Geographic y CASI (Cooperativa San Isidro).

Ha trabajado extensamente en Almería desde casi el principio de su carrera; este es su décimo sexto libro sobre nuestra provincia.

103 RECETAS DE COCINA DE LOS PUEBLOS ALMERIENSES



Los orígenes de la cocina almeriense son humildes pero a su vez de una gran **riqueza gastronómica y culinaria**, por la calidad de sus productos estacionales y por el esmero y dedicación que tanto las amas de casa, como los profesionales, siempre les han sabido dar a todas sus elaboraciones. El motivo está más que justificado; llevar dicha cocina tradicional a un grado superlativo, pero con ese temple que había que tener para minimizar los avatares de la vida en aquellos tiempos.

Primero mi abuelo Ginés Carmona inauguró, allá por la primavera de 1947, Terraza Cine Carmona y posteriormente mi padre, Antonio Carmona Gallardo edificó sobre esta base, lo que actualmente se conoce como Hotel-Restaurante-Bar en 1980. Mis hermanos y yo, tercera generación, continuamos al frente con la misma ilusión que ellos y solemos recordar con añoranza esas palabras de mi padre cuando aludía a nuestra tierra y su gastronomía.

Él siempre comenzaba:

“Almería: infinitos contrastes de desiertos y vergeles. Azules de mar y marrones de un terciario abatido por el Sahara. ¡Seca como sus espartos! ¡Jugosa y fresca como sus uvas y naranja! Nuestra cocina es artesana, mezclamos la mucha gracia que Dios nos ha dado con la que también le ha deparado a nuestro mar, nuestra tierra y nuestro clima.”

Y digo yo... ¡qué razón tenía! Porque la gastronomía almeriense y su cocina popular son unos de los valores más importantes y representativos de nuestra tierra, vestigio de tantas civilizaciones. Producto-Tradición-Evolución siempre tienen que ir de la mano para demostrar que Almería es y será siempre Capital Española de la Gastronomía por méritos propios.

Gracias a Emilio Osorio y a Antonio Lao, gerente y director respectivamente del Diario de Almería por brindarme esta memorable oportunidad para poder darle forma, presencia y sabor a la excelsa cocina almeriense.



Antonio Carmona Baraza
Cocinero y gerente Terraza Carmona