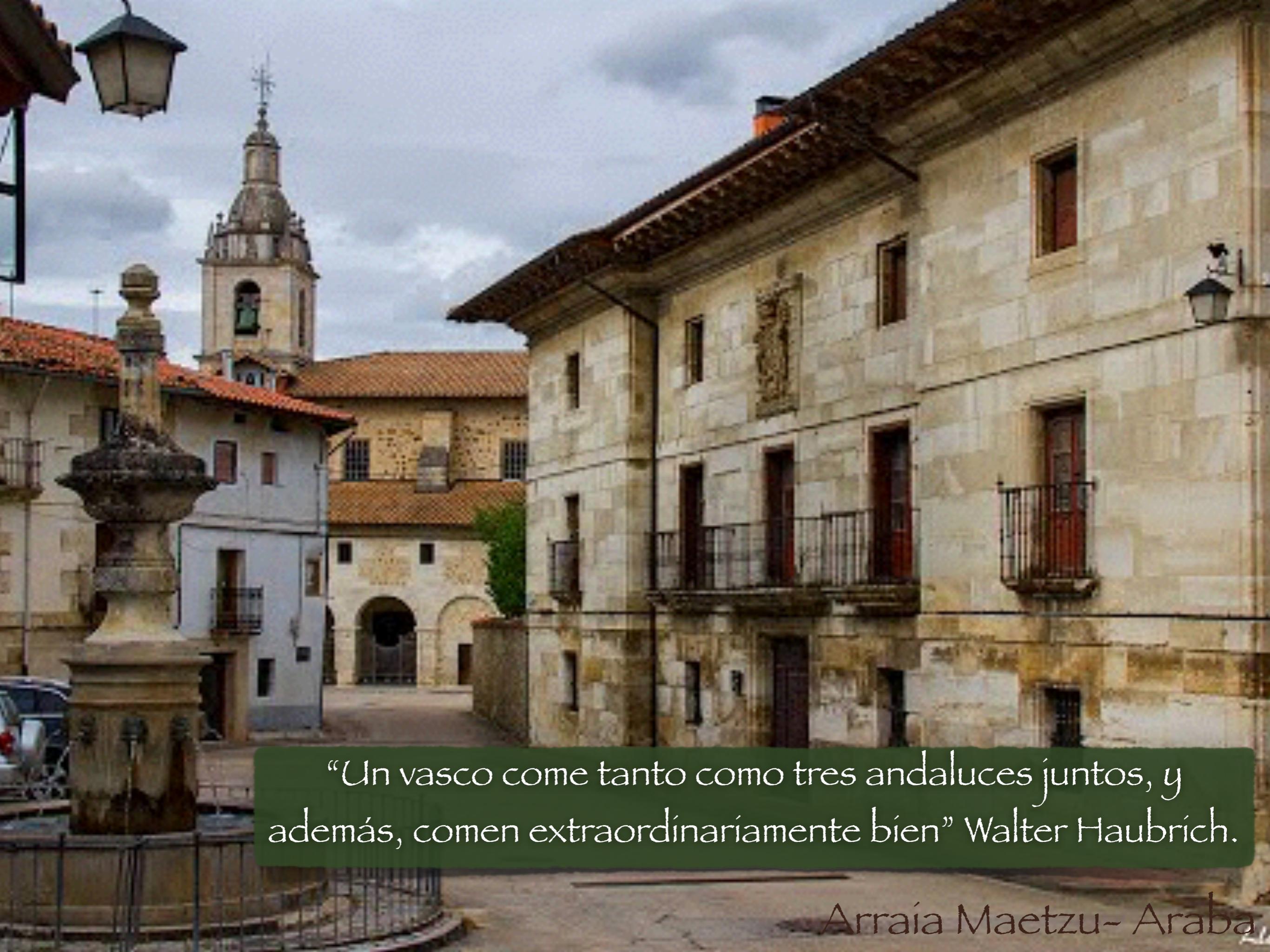


GASTRONOMÍA VASCA

TEMA XV



DÉBORAH LÓPEZ



“Un vasco come tanto como tres andaluces juntos, y además, comen extraordinariamente bien” Walter Haubrich.

Arraia Maetzu- Araba



SE TRATA DE UNA COCINA TRADICIONAL CON UN CARÁCTER MUY MARCADO, ABANDERADA POR LA RESTAURACIÓN DE LA ZONA, UNA DE LAS MÁS DINÁMICAS Y RECONOCIDAS INTERNACIONALMENTE.



La gastronomía del País Vasco es el conjunto de tradiciones gastronómicas y recetas culinarias propio de esta región.

Es muy amplia y variada, elaborada con ingredientes muy diversos, procedentes del mar Cantábrico (pescados y mariscos) y del interior (verduras, hortalizas, cereales, carnes, etc).



El País Vasco es la región de la Península Ibérica con más estrellas michelín, y cuenta con destacadas escuelas gastronómicas, como la de Luís Irízar, la Escuela de Hostelería Egibide-Mendizorrotza y la Escuela de Hostelería de Gamarra (Vitoria), la Escuela de Hostelería de Leioa, la Escuela de hostelería Aíala, avalada por Karlos Arguiñano, y la Basque Culinary Center (Facultad de Gastronomía dependiente de la Universidad de Mondragón, en funcionamiento desde el 2011-2012).



Los ingredientes de la cocina vasca son abundantes y variados gracias a la riqueza y variedad piscícola del mar Cantábrico y a la abundancia de pastos en sus montes, que son favorecidos por las abundantes lluvias, lo cual facilita una ganadería de buena calidad.

El clima suave del interior favorece el cultivo de hortalizas, así como la proliferación de abundante ganadería. Todo esto contribuye a las abundantes variaciones de cada uno de los platos típicos vascos.





La gastronomía vasca es una de las más importantes y variadas de España, tiene una larga tradición y ha dado un sinfín de excelentes cocineros mundialmente conocidos, como Arzak y Berasategui, entre otros.

Al hablar de cocina vasca tenemos que hablar de los **pintxos**, un plato típico del País Vasco pero que se ha extendido a todo el territorio peninsular. Los pintxos han evolucionado muchísimo en los últimos años, y han pasado de ser una rebanada de pan con comida por encima, a modo de aperitivo, a dar lugar a elaboraciones minimalistas y sofisticadas, definidas a veces como obras de arte culinarias.



El País Vasco, al igual que Navarra, tiene una gran variedad de productos hortícolas, entre los que destacamos las **habas de Tolosa**, las **guindillas de Ibarra** y los pimientos de **Ezpeleta**, y con respecto a las carnes, resaltamos el popular **chuleton de buey**. El pescado en el País Vasco se caracteriza por una enorme variedad. Sería muy extensa la lista de platos elaborados con este producto, pero no podemos dejar de nombrar el **bacalao al pilpil**, **a la bilbaína** y **a la vizcaína**, las **kokotxas de merluza en salsa verde**, los **chipirones en su tinta** y el **marmitako de bonito**.

Entre los quesos nombramos al de Idiazábal, con denominación de origen al igual que en Navarra, y respecto a los postres resaltamos la **intxaursalsa** y los **canutillos de Bilbao**.

La intxaursalsa es un postre típico a base de leche, azúcar, canela y nueces.

Por último, nombrar el vino más famoso de esta región, el **txacolí**, un vino blanco producido con uvas verdes y de cierta acidez.



Para distinguir y proteger aquellos productos alimenticios con unas características de elevada calidad y personalidad producidos en el País Vasco, se creó en 1989 la marca Eusko Label, el distintivo vasco de calidad alimentaria. Desde ese año hasta nuestros días, la comercialización de estos productos vascos con distintivo de calidad se ha multiplicado vertiginosamente.

De un alimento con sello Eusko Label se puede afirmar que se ha controlado su origen o variedad, la cadena de producción y que ha sido elaborado en el País Vasco; que cumple con los requisitos de seguridad y garantía sanitaria, y que se trata de un alimento de una calidad superior: nutritiva o sensorial, producido con respeto medioambiental y teniendo en cuenta, en su caso, el bienestar de los animales.

Los productos con distintivo Eusko Label están sujetos a un riguroso reglamento técnico específico y a una exhaustiva selección.

Información sobre los productos con euskolabel aquí.

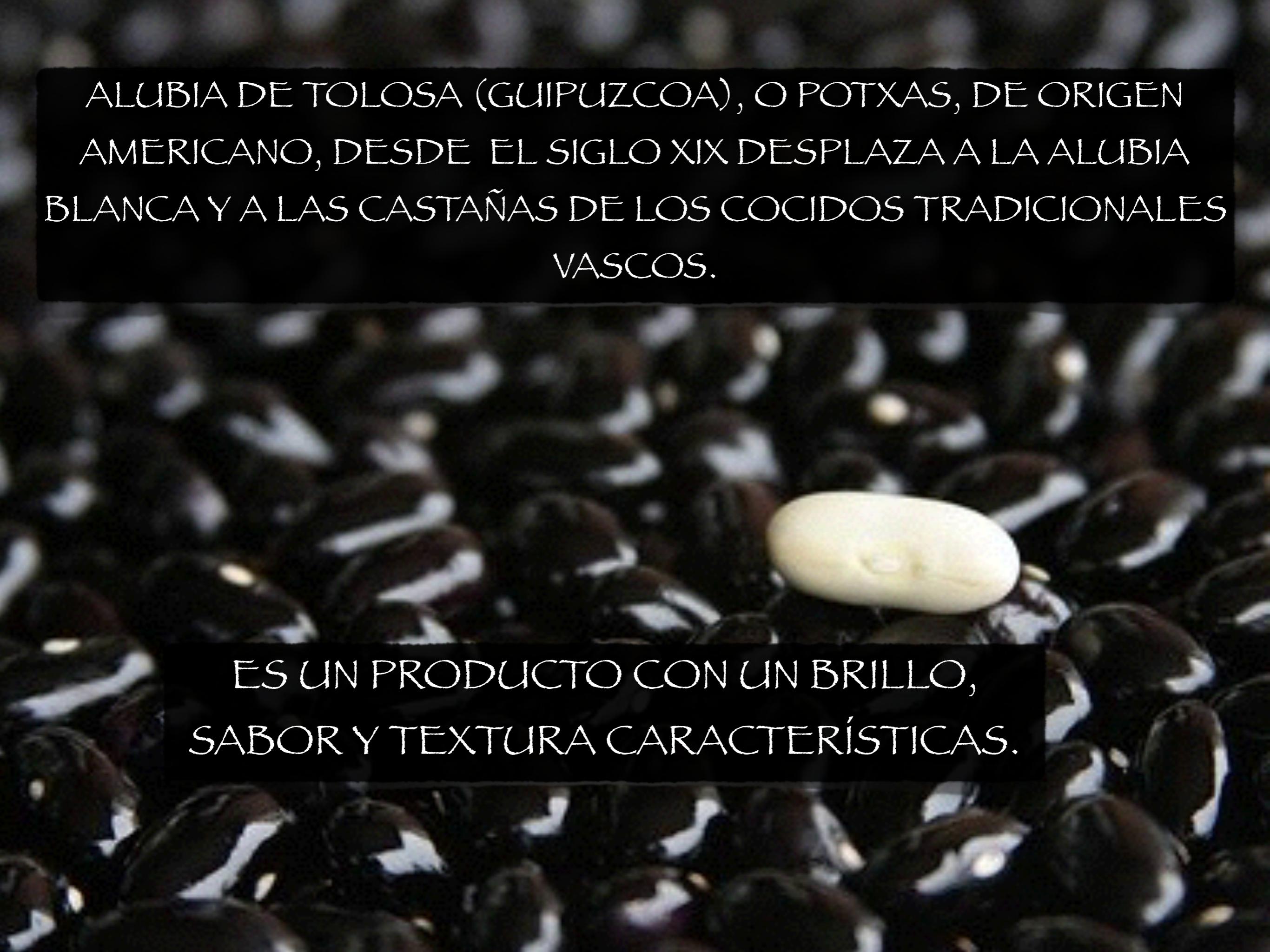
La agricultura se desarrolla en explotaciones pequeñas y dispersas, obteniendo excelentes alimentos vegetales; de su variedad destacan las alubías de Tolosa, los espárragos de Mendavia, las cerezas de Itxassou, los pimientos de Espelette, los de Guernica con Eusko Label y las guindillas de Ibarra con Eusko Label, castañas y nueces.

Algunos platos típicos como el marmitako muestran la forma vasca de cocinar, donde se mezclan armónicamente las verduras y el pescado.

VERDURAS Y SETAS



ALUBIA DE TOLOSA (GUIPUZCOA), O POTXAS, DE ORIGEN
AMERICANO, DESDE EL SIGLO XIX DESPLAZA A LA ALUBIA
BLANCA Y A LAS CASTAÑAS DE LOS COCIDOS TRADICIONALES
VASCOS.



ES UN PRODUCTO CON UN BRILLO,
SABOR Y TEXTURA CARACTERÍSTICAS.



ESPÁRRAGOS DE MENDABIA





RECOLECTADOS A MANO Y
SECADOS AL SOL,
CONCENTRAN SU SABOR Y
SON ELEMENTOS
IMPRESCINDIBLES PARA
MUCHAS ELABORACIONES
TRADICIONALES VASCAS.

Variedad de
pimiento cultivada
en el País Vasco
francés llamada
pimiento Espelette
o Ezpeletako
bíperra.



PIMIENTOS DE GUERNIKA



GUINDILLAS DE IBARRA



PERRETXIKU, HONGO QUE SE RECOGE EN PRIMAVERA EN LOS BOSQUES VASCOS.



LOS NÍSCALOS, LOS BOLETUS Y LAS TRUFAS SON MUY BUSCADOS TAMBÉN.

MERCADO DE ORDIZIA (GUIPIZCOA)



Los platos compuestos por pescado son muy variados. Destaca el bacalao preparado de muchas formas, la merluza o los chipirones. Recetas como el bacalao al pil-pil y la merluza a la koskera, también conocida como merluza en salsa verde o a la vasca.



ELABORACIONES BÁSICAS DE
PESCADO A LA VASCA PARTEN DE
CUATRO SALSAS:

- VERDE.
- NEGRA (TINTA DE CALAMAR).
- BLANCA (PIL-PIL).
- ROJA (VIZCAÍNA).

TAMBIÉN ES MUY TRADICIONAL ELABORARLOS PESCADOS
O MARISCOS A LA BRASA.



EL BACALAO, UN IMPRESCINDIBLE EN LA COCINA VASCA,
PESCADO EN LOS CALADEROS DEL GRAN SOL Y SECADO EN LAS
ZONAS DE INTERIOR.





MERLUZA DEL PINTXO

A close-up, high-angle shot of a large pile of fresh bonito fish. The fish are stacked in a dense, overlapping pile, filling the frame. They have a silvery-blue color with dark, vertical stripes and a prominent dark patch near the gills. Their eyes are clearly visible, looking slightly upwards. The lighting highlights the texture of their scales and the overall freshness of the catch.

BONITO

LA PESCA DEL BONITO GENERA UNA IMPORTANTE
INDUSTRIA CONSERVERA.

SARDINAS DE SANTURCE









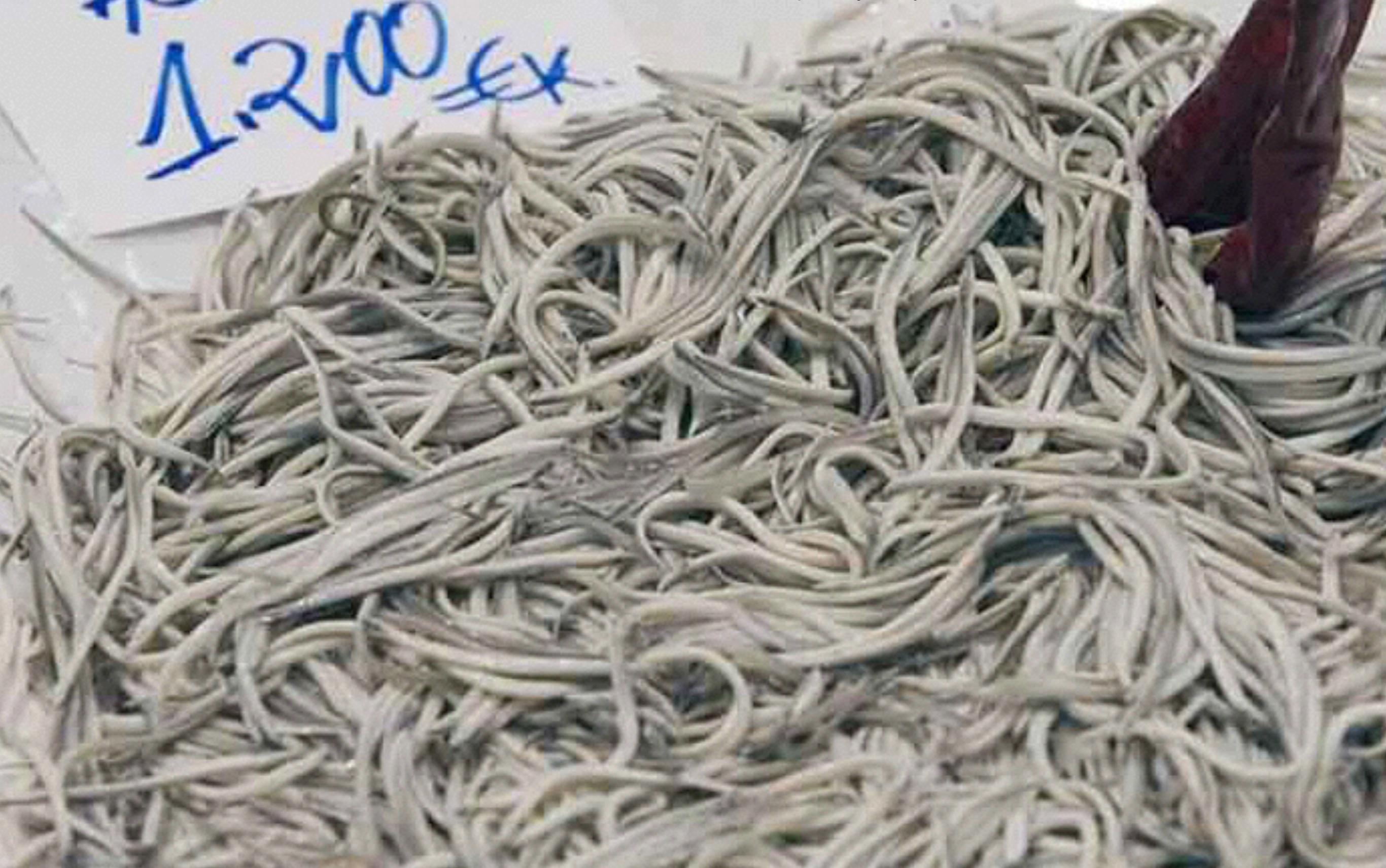
ANGUILAS



Las angulas, capturadas en los
estuarios de los ríos alcanzan precios
astronómicos.

ANGULA
de
AGUAS

L.200



EMBUTIDOS



También son muy reconocidos los preparados en forma de embutido, como el jamón de Bayona (jamón curado), la txistorra (del vasco txistor, longaniza), las salchichas de Viana, las morcillas y el trípotx (morcillas de sangre de cordero Biriatu).



Una de las formas más populares de consumir embutido en fiestas es en talo.





TALOPALA

Rafa

O CON CHOCOLATE!!!





LA OVEJA LATXA

EUSKAL OKELA



LA CARNE DE VACUNO
SE ELABORA
PRINCIPALMENTE A LA
BRASA.

Son muy variados los platos de carne, destacando los basados en el vacuno.

VILLAGODIO

Es el corte de carne que proviene del lomo alto (Côte de bœuf, parte más ancha del lomo) de piezas de vacuno (puede ser denominada por extensión en piezas porcinas e incluso ovinas), generalmente cortados en forma de grandes chuletas de carne de un kilogramo, pudiendo llegar a dos kg, preparados para servir a dos comensales por cada pieza, se suele asar (parrilla u horno) sin deshuesar.





Un **pintxo**, en euskera es tradicionalmente una pequeña rebanada de pan sobre la que se coloca una pequeña ración de comida. Recibe su nombre porque tradicionalmente se sujetaba la comida al pan con un palillo, aunque no sea una característica obligatoria.

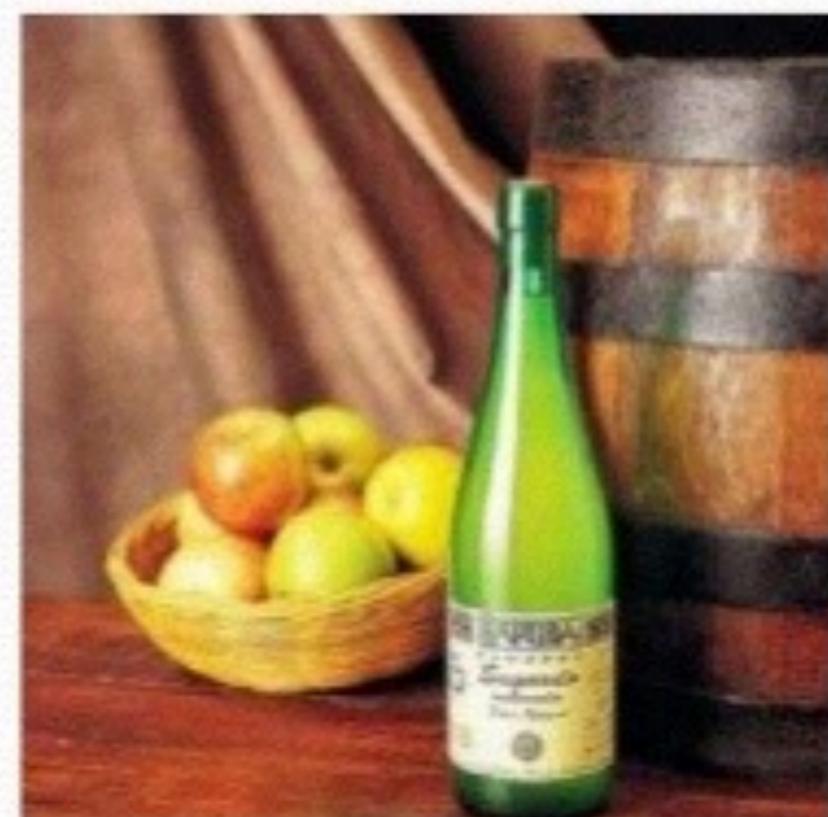
El pintxo es muy típico en la gastronomía vasca, se suele tomar como aperitivo, acompañado habitualmente de un vaso de vino tinto (llamado chiquito) o de cerveza (llamado zurito).



Es muy común en las tabernas del País Vasco, Cantabria, Navarra, La Rioja, en zonas de la provincia de Burgos como Miranda de Ebro y otras partes de España. Dada la fama que está adquiriendo esta forma de comer, cada vez son más las personas que deciden realizar su comida o cena a base de pinchos, alternando de bar en bar.



- Bebidas
- Irulegi, vino.
- Sidra del País Vasco.
- Pacharán, endrinas maceradas en licor de anís dulce.
- Izarra, licor.
- Pili, licor de la raíz de mandrágora.





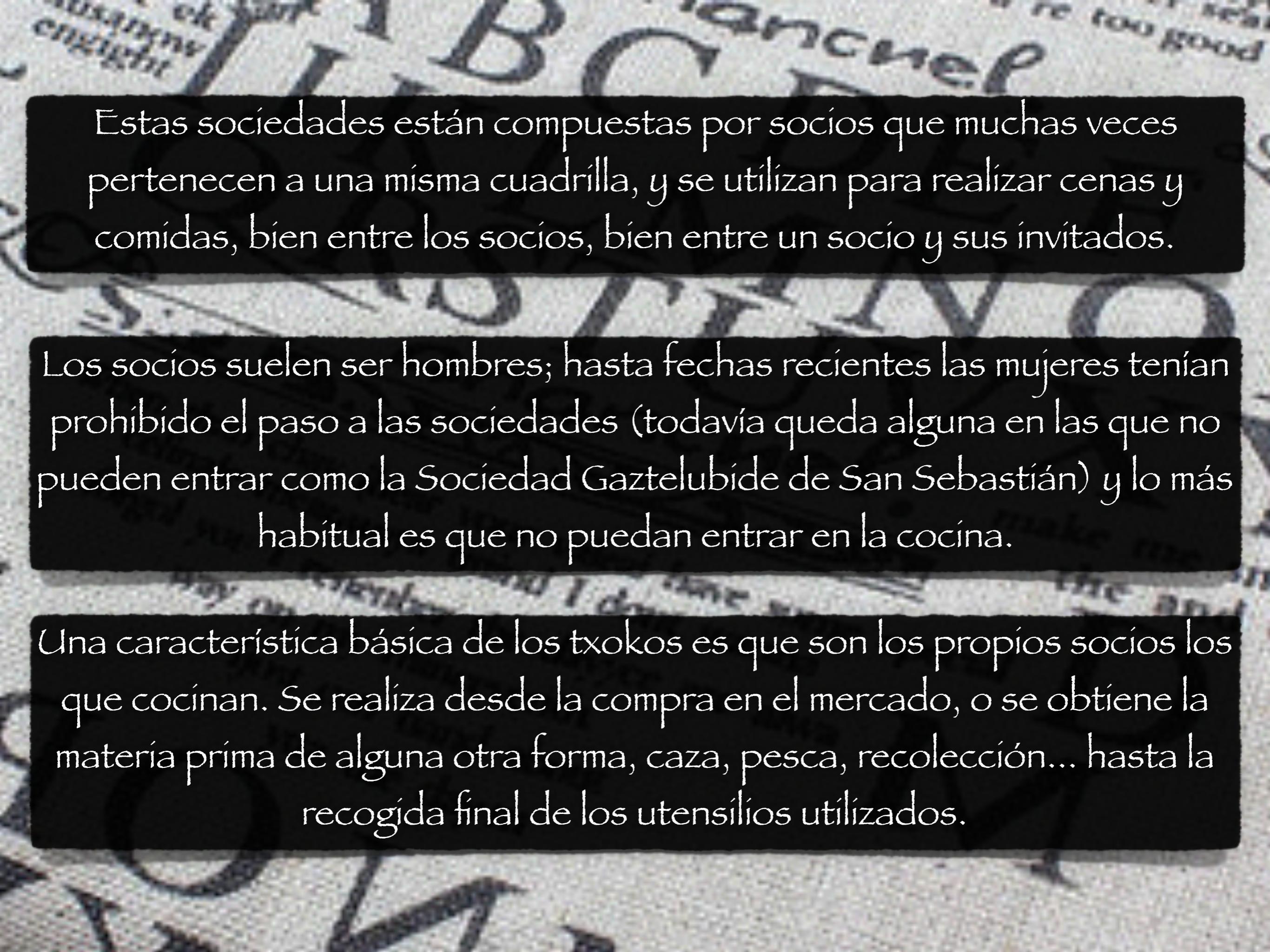
TRADICIONES VASCAS

LAS SOCIEDADES GASTRONÓMICAS O TXOKOS, GRUPOS DE AMIGOS
QUE SE REUNEN PARA COCINAR Y QUE HAN SIDO UNO DE LOS
MOTORES DE LA COCINA VASCA.



Txoko, significa rincón, sitio pequeño.

Se llama así comúnmente a los locales sedes de sociedades gastronómicas, (también recreativas o deportivas), creadas en el País Vasco (España) y presentes también en Navarra (España) y en el País Vasco francés (Francia).



Estas sociedades están compuestas por socios que muchas veces pertenecen a una misma cuadrilla, y se utilizan para realizar cenas y comidas, bien entre los socios, bien entre un socio y sus invitados.

Los socios suelen ser hombres; hasta fechas recientes las mujeres tenían prohibido el paso a las sociedades (todavía queda alguna en las que no pueden entrar como la Sociedad Gaztelubide de San Sebastián) y lo más habitual es que no puedan entrar en la cocina.

Una característica básica de los txokos es que son los propios socios los que cocinan. Se realiza desde la compra en el mercado, o se obtiene la materia prima de alguna otra forma, caza, pesca, recolección... hasta la recogida final de los utensilios utilizados.



La tamborrada es la fiesta más importante de San Sebastián y toda la ciudad se reúne sin importar el frío o la lluvia. Más de 15.000 donostiarras, pertenecientes a más de 100 bandas diferentes, toman parte activa en la tamborrada.

¿De dónde viene esta extraña celebración? Sus orígenes se remontan varios siglos, a la época de la **Guerra de la Independencia**, cuando las tropas de Napoleón invadieron San Sebastián y gran parte de la ciudad fue completamente destruida en un incendio. Durante la ocupación francesa, las mujeres iban típicamente a recoger agua a una de las dos fuentes de la ciudad. Al mismo tiempo era normal ver a las tropas napoleónicas marchar por la ciudad tocando sus tambores. No se sabe de quién fue la idea, pero pronto las mujeres empezaron a tocar sus cántaros de camino a la fuente, a modo de burla.

Con el tiempo, este gesto desafiante continuó creciendo y también lo hizo su significado para los donostiarras. Las **sociedades culinarias** son en parte responsables del éxito de este evento. Dichas sociedades formaron gran parte de las bandas y, por esta razón, mucha de la gente que participa en la tamborrada va vestida de cocinero. Otros atuendos típicos son el uniforme de soldado y la ropa vasca tradicional para las mujeres.

La tamborrada se ha convertido en la mayor fiesta de San Sebastián, sin embargo, es mucho más que eso. Se trata de una celebración de lo que significa ser donostiarra y es una manera para los ciudadanos de conectar con su identidad. La celebración representa también la superación de una tragedia, la unión de los ciudadanos en búsqueda de felicidad. Todo ello queda demostrado en la "**Marcha de San Sebastián**", canción que suena a menudo durante las 24 horas de la tamborrada.

GASTEIZ FIESTAS DE LA VIRGEN BLANCA





ASTE NAGUSIA – SAN SEBASTIÁN

Los orígenes de la Aste Nagusia (Semana Grande en español) se remontan a mediados del siglo XIX, cuando nació como una celebración para entretenar a la burguesía que veraneaba por aquel entonces en San Sebastián. Con el paso de los años, la Semana Grande ha continuado creciendo, cada vez con más actividades y eventos especialmente gastronómicos.





DEPORTES RURALES VASCOS.







LISTA DE PRODUCTOS CON
RECONOCIMIENTO
DE CALIDAD DIFERENCIADA

Los Alimentos de Calidad Diferenciada son aquellos productos que están protegidos por una normativa de la UE que garantiza, con un distintivo, el cumplimiento de unos requisitos superiores a los exigidos para el resto de productos.

Estos distintivos son:

PARA TODOS LOS ALIMENTOS EXCEPTO VINOS Y BEBIDAS ESPIRITUOSAS VINCULADOS A UN TERRITORIO:

DOP: DENOMINACIÓN DE ORIGEN PROTEGIDA

IGP: INDICACIÓN GEOGRÁFICA PROTEGIDA

PARA VINOS:

-Vino de mesa con derecho a la mención tradicional “Vino de la Tierra”

-Vino de calidad con indicación geográfica.

-DO (Denominación de Origen).

-DOCA (Denominación de Origen Calificada).

-Vinos de Pago.

PARA BEBIDAS ESPIRITUOSAS: *Indicaciones Geográficas de Bebidas Espirituosas.*

PARA ELABORACIONES NO NECESARIAMENTE VINCULADAS A UN TERRITORIO:

EGT: Especialidades Geográficas Tradicionales.



DENOMINACIÓN DE ORIGEN PROTEGIDA (DOP)

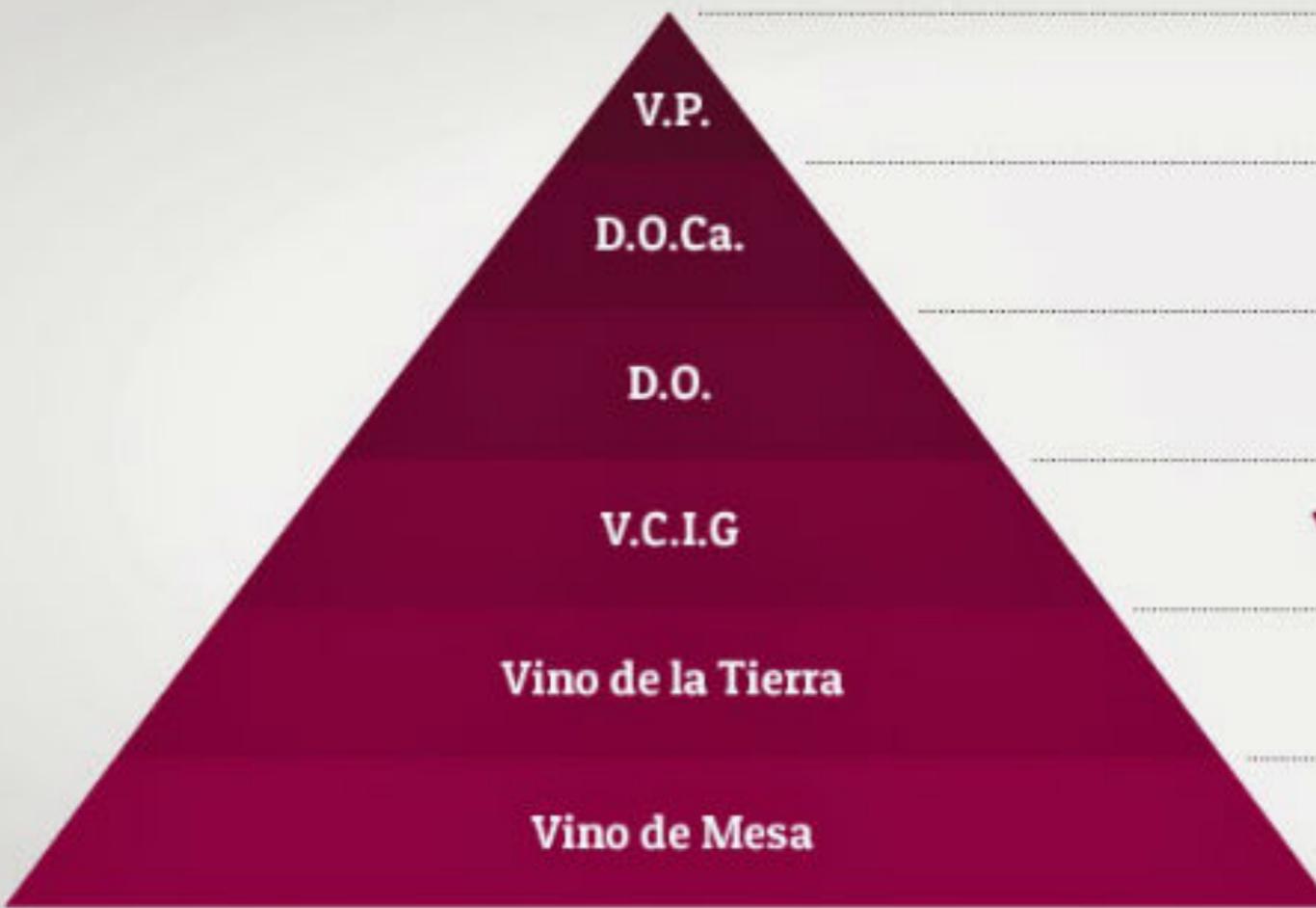
“Un nombre que identifica un producto:

- Originario de un lugar determinado, una región o, excepcionalmente, un país,
- Cuya calidad o características se deben fundamental o exclusivamente a un medio geográfico particular, con los factores naturales y humanos inherentes a él, y
- Cuyas fases de producción tienen lugar en su totalidad, y siempre en la zona geográfica definida.”**

INDICACIÓN GEOGRÁFICA DE CALIDAD (IGP):

“Un nombre que identifica un producto:

- Originario de un lugar determinado, una región o un país,
- Que posea una calidad determinada, una reputación u otra característica que pueda esencialmente atribuirse a su origen geográfico, y
- De cuyas fases de producción, al menos una tenga lugar en la zona geográfica definida.”**



Vino de Pago
Denominación de Origen Calificada
Denominación de Origen
Vino de Calidad de Indicación Geográfica
Vino de la Tierra
Vino de Mesa

IG

INDICACIÓN GEOGRÁFICA DE BEBIDAS ESPIRITUOSAS.

ALIMENTOS DE CALIDAD DIFERENCIADA VASCOS

- DOP GERNIKAKO PIPERRA.
- IGP EUSKAL OKELA.
- DOP. IDIAZÁBAL.

- DO GETARIAKO TXAKOLINA.
- DO BIZKAIAKO TXAKOLINA.
- DO ARABAKO TXAKOLINA.
- DOCA RIOJA.



Los pimientos amparados por la Denominación de Origen Protegida Pimiento de Gernika o Gernikako Piperra, son los productos de la familia de las solanáceas, especie *Capsicum Annum*, L, de las variedades autóctonas Derio e Iker, destinados al consumo humano en fresco.



Euskal Okela

Carne de Vacuno del País Vasco



La raza Betizu



“Txahala” (Ternero/a),
“Zaharra”- (Vacuno
Mayor), “Idia” (Buey) .



Carne fresca de vacuno procedente de razas bovinas tradicionalmente criadas en la Comunidad Autónoma del País Vasco: **Pirenaica, Limusín, Pardo Alpina, Blonda, Terreña** y sus cruces; en el caso de los cruces el porcentaje mínimo de genética de alguna de las razas mencionadas será de un 50%.



El queso Idiazábal es aquel que corresponde al elaborado en el País Vasco y en Navarra (excepto los municipios integrantes del valle de Roncal) íntegramente con leche de oveja de las razas Latxa y carranzana, cruda, y ligeramente ahumado; Es un queso graso con una maduración mínima de 60 días, de entre 1 y 3 kg por unidad, prensado y no cocido.

Está declarado patrimonio gastronómico europeo.

Txakoli

Txakoli de Araba "blanco"



Txakoli de Bizkaia "blanco-rosado-tinto"



Txakoli de Getaria



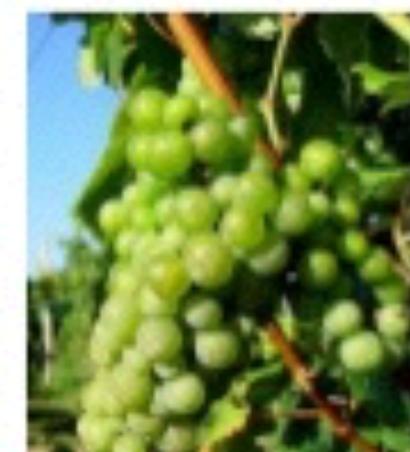
VARIEDAD ENDEMICA DE UVA

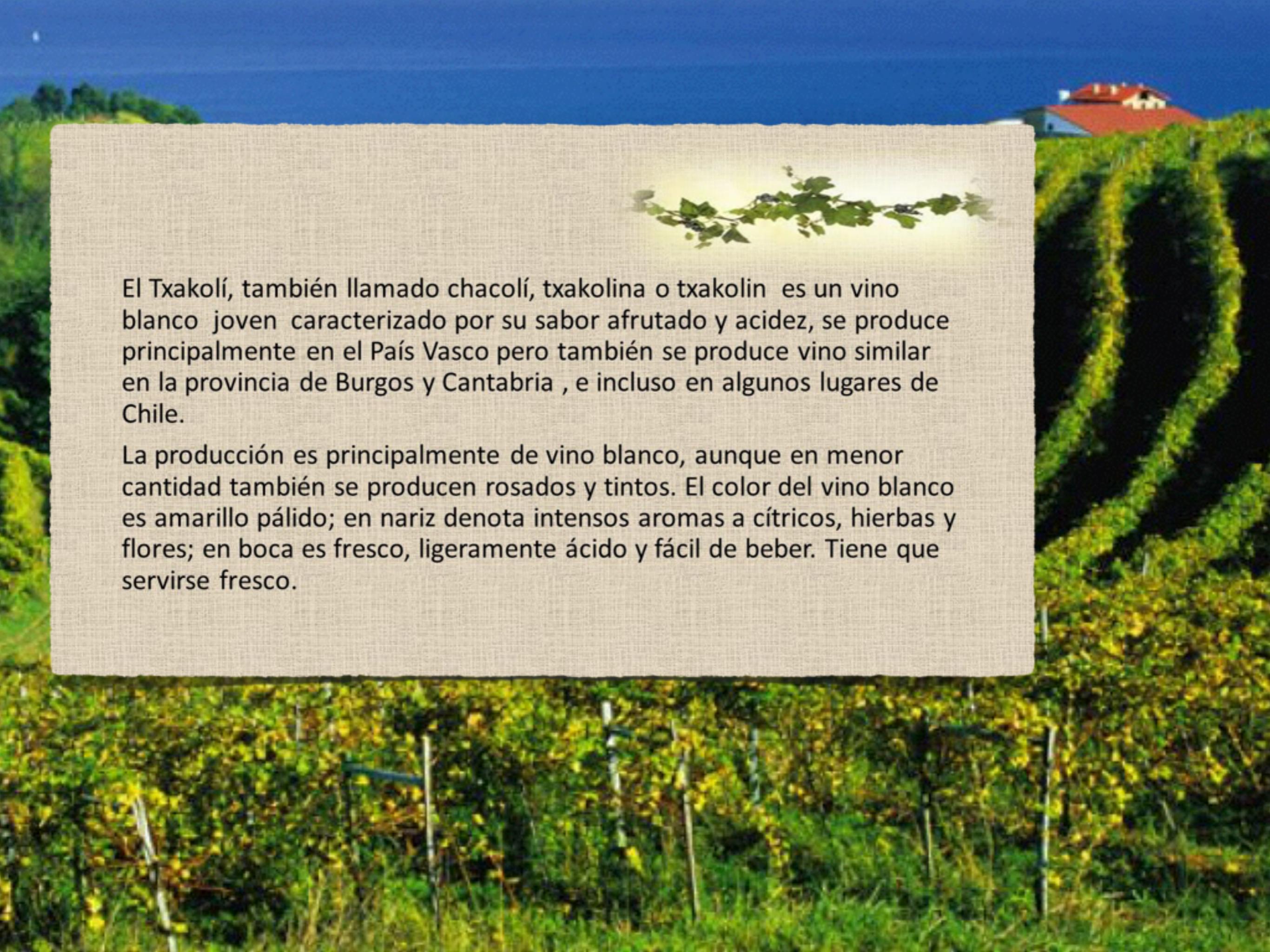
Tintas

Hondarribi beltza

Blancas

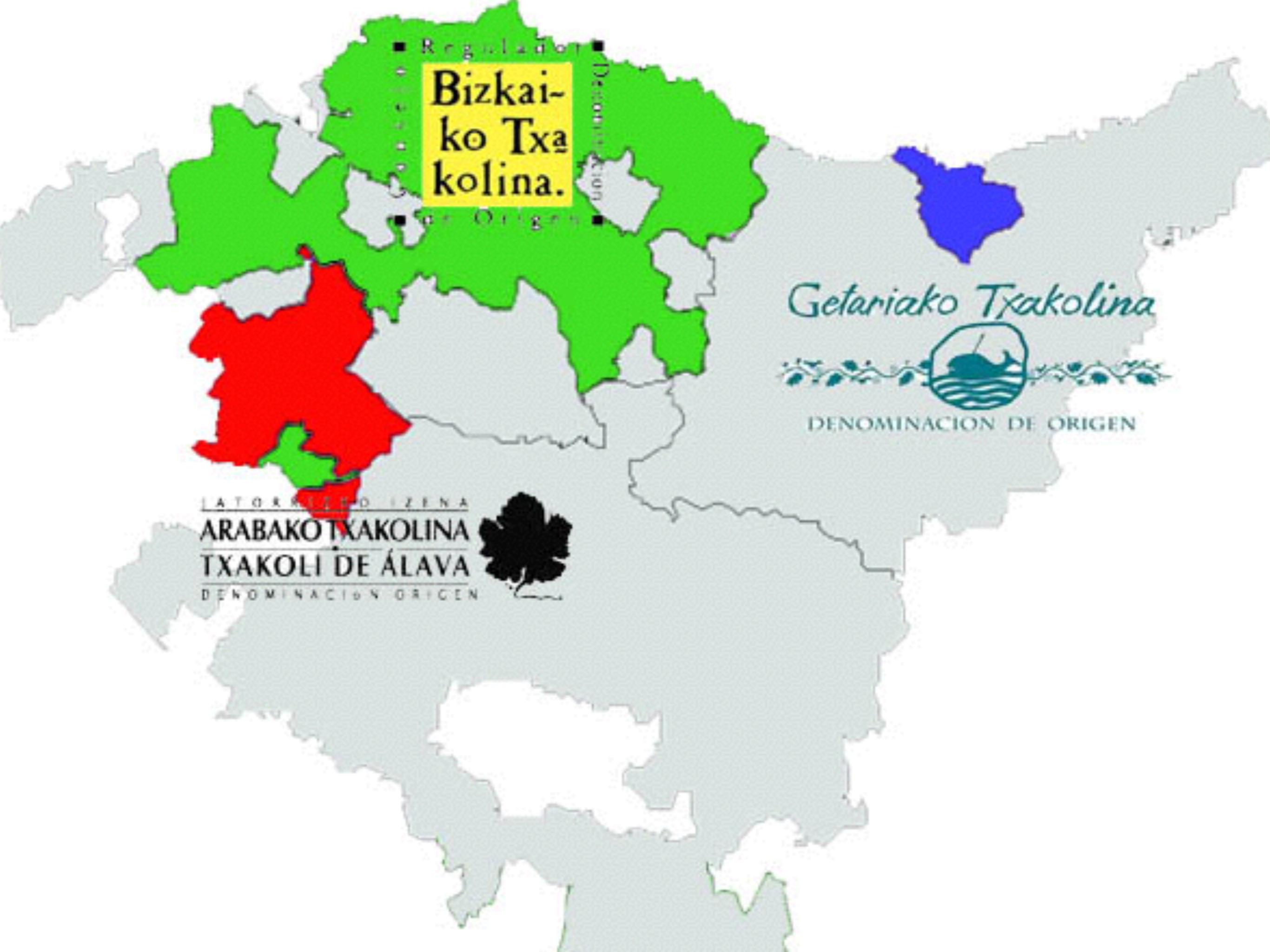
Hondarribi zuri





El Txakolí, también llamado chacolí, txakolina o txakolin es un vino blanco joven caracterizado por su sabor afrutado y acidez, se produce principalmente en el País Vasco pero también se produce vino similar en la provincia de Burgos y Cantabria , e incluso en algunos lugares de Chile.

La producción es principalmente de vino blanco, aunque en menor cantidad también se producen rosados y tintos. El color del vino blanco es amarillo pálido; en nariz denota intensos aromas a cítricos, hierbas y flores; en boca es fresco, ligeramente ácido y fácil de beber. Tiene que servirse fresco.



Bizkai-ko Txakolina.

■ Regulación
■ Denominación
■ Denominación
■ Denominación de Origen

LATORREDO IZENA
ARABAKOTXAKOLINA
TXAKOLI DE ÁLAVA
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

Getariako Txakolina



DENOMINACIÓN DE ORIGEN

■ Regulador ■
■ Consenso ■
Bizkaiko Txakolina.
■ de Origen ■



VARIEDADES DE UVA TINTA:

- Hondarribi beltza

VARIEDADES DE UVA BLANCA:

- Hondarribi zuri
- Folle blanche
- Gros Manseng
- Petit Manseng

■ Denominación ■

Bizkaiko Txakolina es una denominación de origen desde 1994 para el vino chacolí originario de zonas vitícolas de Vizcaya

■ Regulador ■
Bizkaiko Txakolina.
■ de Origen ■

Denominación de Origen

Bizkaiko Txakolina.

D.O.TXAKOLÍ DE BIZKAIA

ENTORNO Y VIÑEDO

La Denominación de Origen "Chacolí de Bizkaia - Bizkaiko Txakolína" abarca todos los términos municipales del Territorio Histórico de Bizkaia, en terrenos situados por debajo de los 400 m. de altitud.

La mayoría de las zonas de explotación se sitúan en laderas bajas cerca de la costa, con altitudes que rondan los 150 metros sobre el nivel del mar.

La particular disposición geográfica y orografía de valles y montañas en dirección NW - SE., favorecen la insolación .

Las temperaturas templadas en verano gracias al efecto regulador del mar, favorecen una lenta maduración.



Getariako Txakolina



DENOMINACION DE ORIGEN

Txakoli de Getaria (en vasco, Getariako Txakolina) es una denominación de origen desde 1990 para el vino chacolí originario de la zona vitícola de Getaria (Getaria, Zarautz y Aya), pero en 2007 la zona de producción fue ampliada a todos los municipios de la provincia de Guipúzcoa.



Apenas existe producción de tinto o rosado.

El blanco, con su característico color entre amarillo pálido y pajizo con tonos verdosos, tiene un sabor fresco y ligeramente ácido en la boca.

Se sirve a distancia sobre vaso ancho y chato, escanciado como la sidra, y ha de consumirse antes de que el borde de espuma que se forma al verterlo desaparezca.

ZONA DE PRODUCCIÓN ORIGINAL

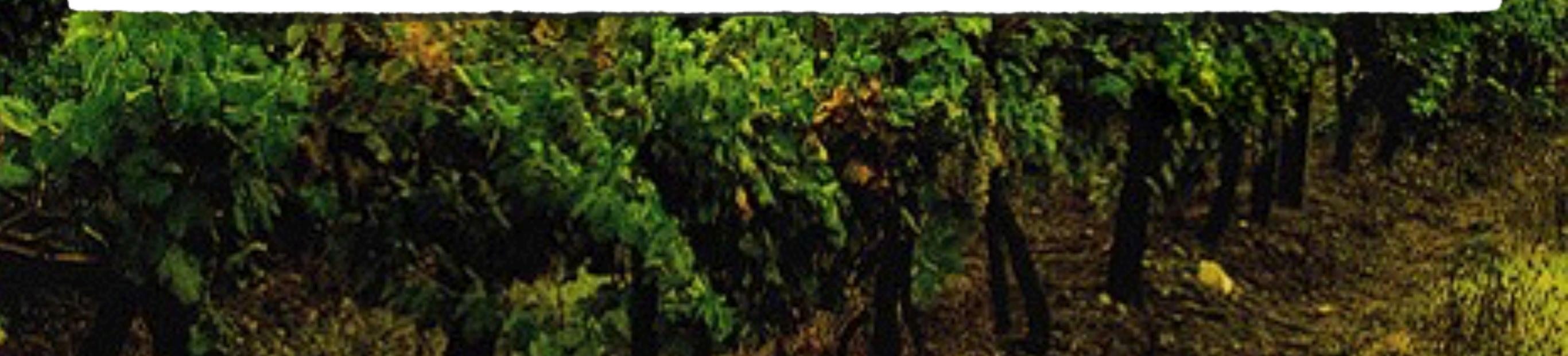


D.O. TXAKOLÍ DE GETARIA

ENTORNO Y VIÑEDO

Se cultiva sobre pendientes escarpadas, no siempre en terrazas, donde las vides son guiadas mediante espalderas y altos emparrados.

El txakoli de Getaria se elabora mayoritariamente en blanco (97%), mientras que las producciones de rosado y tinto son "anecdóticas". Las variedades de uva con las que se trabajan son la blanca "Ondarribi zuri" (98% del viñedo) y "Ondarribi beltza" (2%).



D.O. TXAKOLÍ DE GETARIA

CURIOSIDADES

Una característica de la elaboración del txakoli de Getaria es que tras la fermentación descansa con sus lías y no se lleva a cabo ningún trasiego para conservar el pequeño burbujeo; el vino se clarifica por sedimentación natural en el propio deposito.

Tradicionalmente se sirve rompiéndolo ligeramente en la copa; de esta manera, el vino, ligeramente carbónico, desprenderá toda la gama de sus aromas frutales.

Los vascos la llaman *bixigarri*. Es una palabra casi onomatopéyica que describe la chispa del txakoli, el burbujeo carbónico, la leve acidez. Tambien es conocida como *Txinparta*.



¿SERVIR O ESCANCIAR?

Hay dos estilos de servir el txakolí, el vizcaíno y el guipuzcoano.

El txakolí de Gustaría (el guipuzcoano), al tener más carbono, se sirve a distancia sobre un vaso ancho y chato, de manera parecida a la sidra, y se debe consumir mientras el borde de espuma que se forma al verterlo no desaparece.

El vizcaíno se sirve como cualquier otro vino, en una copa de catar, alta con el borde algo más estrecho; (según la opinión generalizada de los expertos, a unos diez centímetros de distancia).

[Vídeo escanciando guetariako txakolina](#)





Variedades Tintas:
Hondarribí Beltza

Variedades Blancas:

Hondarribí Zuri

Gross Manseng

Petit Manseng

Petit Corbu



JATORRIZKO IZENA
ARABAKOTXAKOLINA
TXAKOLI DE ÁLAVA
DENOMINACIÓN DE ORIGEN



Txakoli de Álava (en euskera Arabako Txakolina) es una denominación de origen española para el vino txakoli originario de la zona vitícola del Valle de Ayala, en Álava.



TXAKOLI DE ÁLAVA



La Denominación de Origen Txakoli de Álava data de 1.997.

Origen

- La Comarca Cantábrica Alavesa, con los ayuntamientos de Amurrio, Ayala, Artziniega, Llodio y Okondo, constituye el marco geográfico donde se cultivan las viñas.

Características

- Se realiza con la variedad autóctona Hondarribi Zuri.
- Es un vino joven de color amarillo paja, brillante y con intensos aromas frutales propios de su variedad, equilibrada acidez y marcada personalidad.
- Su paso por la boca es suave y ligero
- Alcanza una producción de alrededor de 200.000 botellas.

Valor nutritivo

- El Txakoli es un vino joven, por lo cual lo escrito para el vino también sirve para el txakoli.

Identificación

- Mediante la etiqueta de control de la marca Txakoli de Álava.



D.O. TXAKOLÍ DE ÁLAVA

HISTORIA

En los siglos XIII, XIV y XV la geografía de la Comarca de Ayala

Esta situación de importancia del viñedo de txakoli se extendía por toda la geografía de la Comarca de Ayala principios del siglo XX al producirse una regresión importante que causó la desaparición casi completa de la vid. En 1877 se había llegado a las 550 Ha., pero sucesivas plagas de oídio, filoxera (1919) y mildiu mermaron la plantación, lo que unido a otros factores, como la industrialización, la ganadería y los cambios en los gustos de los consumidores, hicieron que en Ayala el cultivo de las viñas y la producción de txakoli prácticamente desapareciera.

En el primer cuarto del siglo XX la extensión de la plantación de viñedo había ya descendido a 93 Has. y en el momento de la fundación de la Asociación (1988) no alcanzaba las 5 Has.



D.O. TXAKOLÍ DE ÁLAVA



ENTORNO Y VIÑEDO

Los viñedos reciben la influencia climática del océano Atlántico con unas precipitaciones medias anuales de 899 L y temperaturas medias que van de los 7,5 °C a los 18,7 °C, con riesgo de heladas de primavera en las laderas de Sierra Salvada.

Los suelos tienen un Ph de entre 7,5 y 8 y una caliza activa de entre 7,2 y 9,2.

Hay unos 170 días de media de viento sur, valores típicos de un clima Atlántico suave.

La forma de cultivo habitual es el de espaldera.



RIOJA ALAVESA ARABAKO ERRIOKA





DENOMINACION DE ORIGEN CALIFICADA
RIOJA ALAVESA

Ríoja Alavesa/Arabar Errioxa, comarca de Álava. Es una de las siete comarcas o cuadrillas en las que se divide la provincia de Álava. (Guardia-Arabako Errioxako Eskualdea en euskera, capital comarcal es Laguardia).



ELABORACIONES TRADICIONALES





Pinchos (Pintxos): Los pinchos son platos en miniatura que alcanzan en algunos casos un gran nivel culinario. La ciudad por excelencia de pinchos es San Sebastián aunque en casi todos los pueblos del País Vasco encontrarás estas delicias en miniatura en sus bares.





Éstos se muestran en las barras de los bares o tascas del País Vasco, encontrando bares en los que la barra está tan repleto de ellos que ni siquiera tendrás un hueco para dejar la bebida.





radio

ICUCLP

La salsa pil pil es una salsa gelatinosa que se consigue a base de ligar aceite de oliva con el líquido que suelta el pescado al confitarlo.



ENLACE A LA RECETA DE BACALAO AL PIL PIL

El Bacalao al pil-pil es un plato tradicional español típico de la cocina vasca elaborado con cuatro ingredientes básicos: bacalao, aceite de oliva, ajo y guindillas.

Se suele emplear por regla general en su elaboración una cazuela de barro (sobre la que posteriormente se sirve a los comensales) y se sirve caliente.

El nombre de "pil-pil", viene del sonido producido durante el confitado del bacalao, al estallar "pil" alguna de las burbujas de albúmina que suelta el pescado.

En la actualidad se comercializan máquinas que realizan el movimiento del pil pil.





Los más puritanos de la gastronomía vasca dicen que la salsa vizcaína solo lleva cebolla y carne de pimientos choríceros, pero también podemos decir que hay tantas recetas distintas como cocineros vascos)

BACALAO A LA VIZCAÍNA

Un clásico, en el que los protagonistas son el bacalao y los pimientos choríceros, (Los pimientos choríceros son una variedad del pimiento rojo, que se secan en rístras al aire libre; para utilizarlos se rehidratan, y sólo se aprovecha su carne interior, que es como una pasta de un color rojo oscuro intenso, con un sabor muy característico).

Bacalao a la Vizcaína de la Marquesa de Parabere.



"El **bacalao a la Vizcaína** resulta más sabroso hecho la víspera y recalentándolo cuando se vaya a comerlo. Clásicamente debe guisarse en cazuela de barro y servirse en la misma cazuela donde se ha guisado... envuelta en una servilleta blanquísimas" ... De 'La cocina completa', libro publicado, en 1933, por doña **María Mestayer de Echagüe**.

Ingredientes para 10 a 12 personas: 1,5 Kg de **bacalao Langa** delgado con piel (es decir, de **bacalao** capturado en el Océano Atlántico Norte y **salado** en el mismo barco); $\frac{1}{4}$ de litro de **aceite de oliva**; 100 g de **manteca de cerdo**; 125 g de **jamón curado**; 200 g de **tocino de jamón**; 16 **pimientos chorizeros** grandes y no demasiado secos; 4 **dientes de ajo**; 3 **yemas de huevo duro**; 75 g de **miga de pan**; 1 poco de **azúcar**; 1 pizca de **pimienta negra 'recién molida'**; y 1 **guindilla picante**.

Elaboración: Cortar el **bacalao** a trozos regulares y bañarlo en **agua** durante 16 horas cambiándola a menudo. Hidratar los **pimientos chorizeros** en **agua**. Poner en 1 cazuela de barro hondo, al fuego, **aceite**, **manteca**, **jamón** en trocitos y **tocino** picado; hervir y agregar 1 **picadito de cebolla**, los **ajos** enteros y unas ramas de **perejil** fresco; cocer a fuego muy lento durante 3 horas; mojar con **agua** hirviendo, y cocer otras 2 horas. Limpiar los **pimientos**, majarlos en el mortero añadiendo **miga de pan** y 1 poquito de **agua del bacalao**; pasar por 1 tamiz y añadir al **sofrito de cebolla**, junto con el **azúcar**; agregar también las **yemas de huevo** majadas en el mortero (las claras no se utilizan) y agregar al **sofrito de cebolla**; pasar todo por el colador chino para obtener 1 **salsa** fina y espesa; **salpimentar** y agregar la **guindilla**. Escaldar el **bacalao** en **agua** hirviendo durante unos instantes. Poner en cazuela, al fuego, **manteca de cerdo**, la **salsa** y el **bacalao** con la piel hacia arriba cubierto de **salsa**. Cocer lentamente, meneando la cazuela de vez en cuando para que no se agarre el **bacalao**. Servir caliente.

CARPACCIO DE BACALAO





La porrusalda vasca, es un plato típicamente vasco que, en su receta original, es una sopa con sólo puerro y patata.

Aunque bien es cierto que hay muchas recetas más, en las que generalmente interviene el bacalao.

MERLUZA A LA KOSKERA

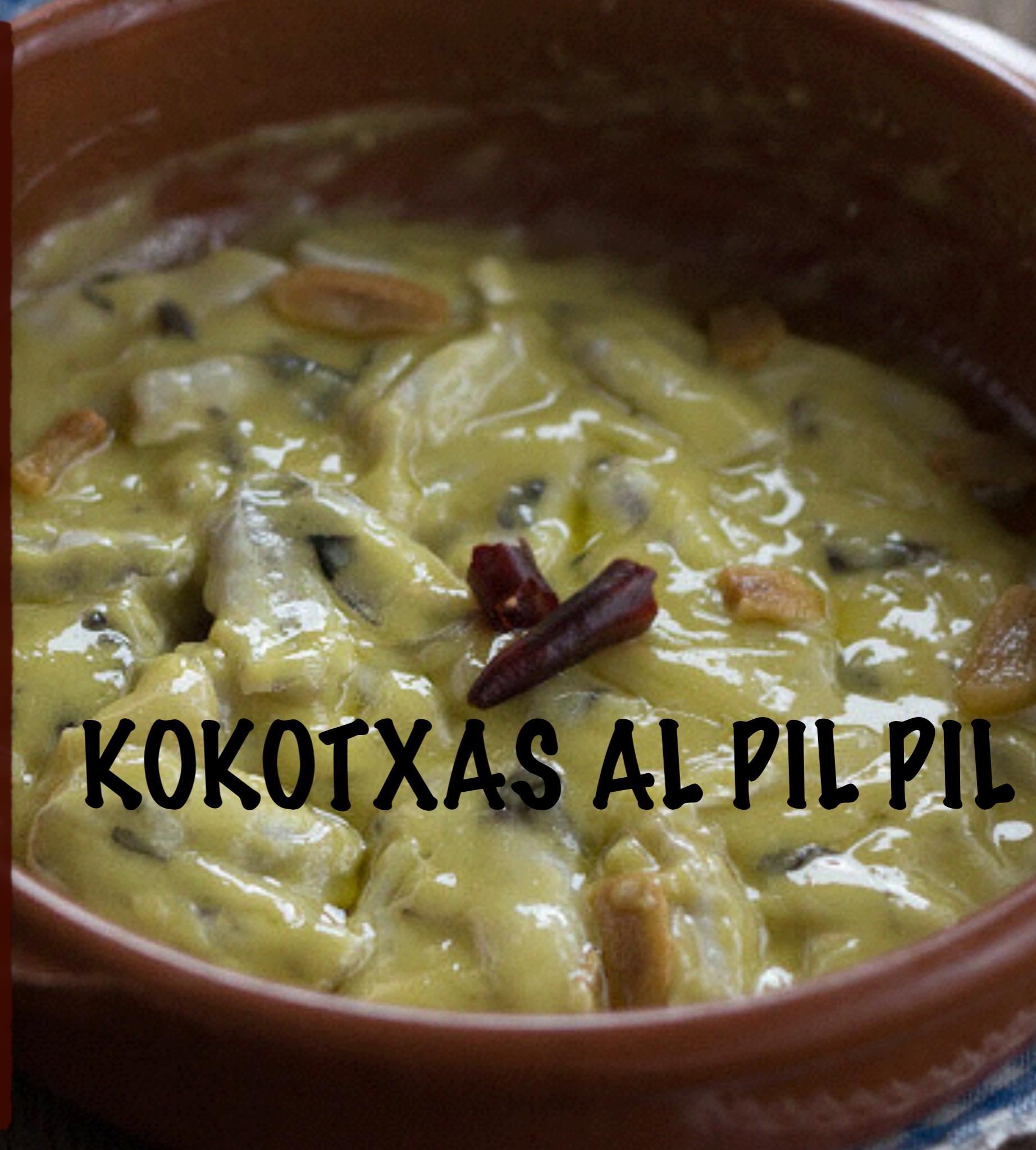


Es un guiso de merluza muy tradicional en el País Vasco típico en primavera, por los guisantes y espárragos característicos el plato, que en esa estación están en su mejor momento; se llama también merluza a la vasca, o en salsa verde.

Las Kokotxas son una parte del pescado que se obtiene de la parte inferior de la cabeza.

Estos trozos, en forma de V, tienen la peculiaridad de ser muy gelatinosos.

En la cocina vasca las que mas se utilizan son las de la merluza o el bacalao y se preparan de distintos modos siendo los mas típicos las Kokotxas en salsa verde o al pil pil.



KOKOTXAS AL PIL PIL



Cocochas de merluza

Cocochas de bacalao

KOKOTXAS MERLUZA AL PIL-PIL

INGREDIENTES

1/2 KG DE KOKOTXAS DE MERLUZA
(PEDIRLAS CON ANTELACIÓN A VUESTRA
PESQUERIA DE CONFIANZA YA QUE NO ES UNA
PIEZA DE VENTA MUY COMÚN)

2 DIENTES DE AJO

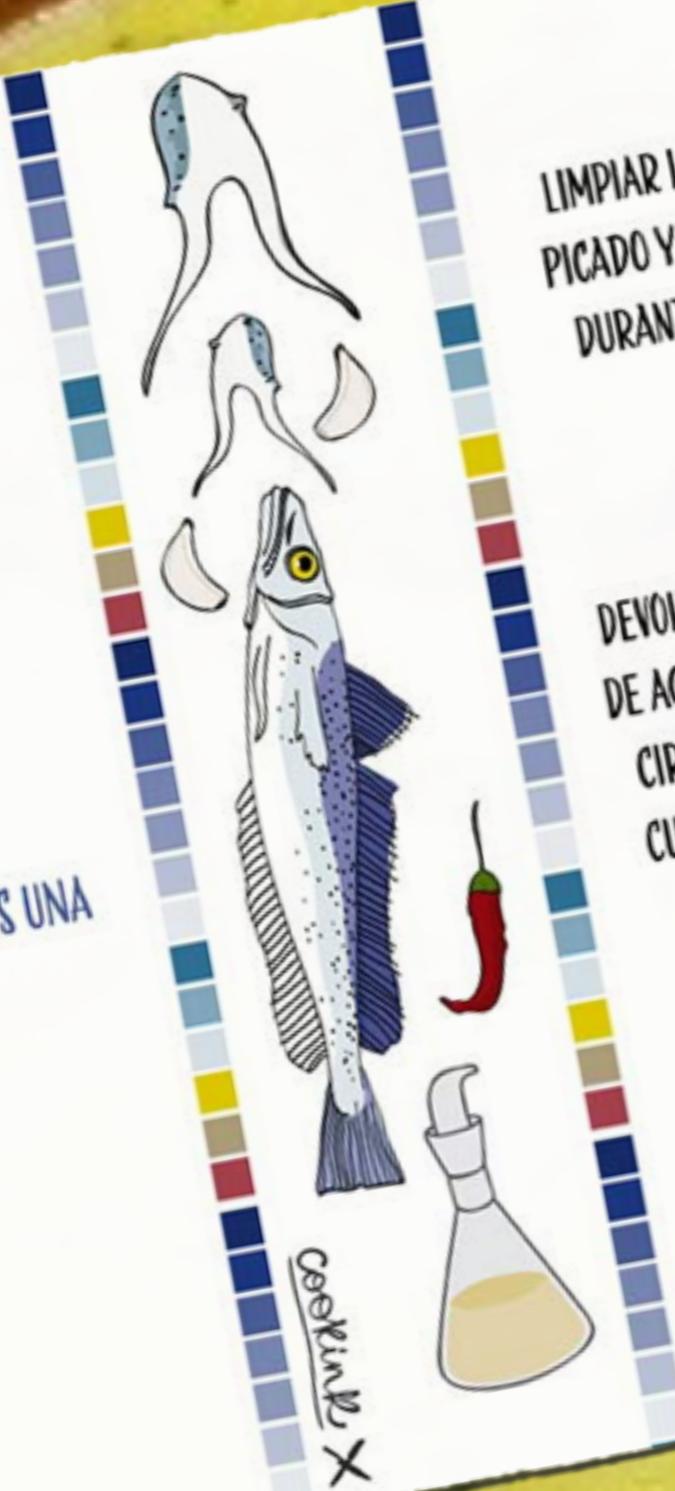
1 GUINDILLA

200 ML DE ACEITE DE OLIVA SUAVE

PEREJIL FRESCO

UNAS GOTAS DE AGUA

SAL



KOKOTXAS

LIMPIAR LAS KOKOTXAS EN AGUA Y HIELO. EN UNA CAZUELA DE BARRO, DORAR EL AJO PICADO Y LA GUINDILLA CON EL ACEITE. AÑADIR LAS KOKOTXAS YA LIMPIAS Y REHOGAR DURANTE DOS MINUTOS A FUEGO SUAVE, COLAR EL ACEITE Y LA GELATINA QUE HAYAN SOLTADO Y DEJAR TEMPLAR POR SEPARADO.

SALSA

DEVOLVER LA CAZUELA AL FUEGO CON LAS KOKOTXAS YA TEMPLADAS, AÑADIR UNAS GOTAS DE AGUA Y, POCO A POCO, IR INCORPORANDO EL ACEITE TEMPLADO HACIENDO MOVIMIENTOS CIRCULARES CON LA CAZUELA PARA QUE LA SALSA SE VAYA LIGANDO. (LA SALSA SE CUAJA CUANDO EL ACEITE Y LA PROPIA GELATINA DE LAS KOKOTXAS SE EMULSIONA DE LA MISMA FORMA QUE CUANDO HACEMOS UNA MAYONESA. HAY QUE TENER EN CUENTA QUE LA TEMPERATURA DE TODOS LOS INGREDIENTES DE LA SALSA DEBE SER SIEMPRE LA MISMA. EL PROCESO ES LENTO PERO EL RESULTADO EXQUISITO).

ACABADO Y PRESENTACIÓN

PRESENTAR EN LA CAZUELA DE BARRO BIEN CALIENTE CON UN POCO DE PEREJIL FRESCO PICADO Y UNAS GOTITAS DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN

SALPICÓN DE BOGAVANTE



MARMITAKO



ESTE GUISO LO ELABORABAN A BORDO DE LOS BARCOS DE PESCA DURANTE LA ÉPOCA DE LA COSTERA DEL BONITO.

La marmita de bonito (conocido también como marmita o sorropotún en Cantabria, marmitako en el País Vasco y marmite en Francia) es un plato basado en *Thunnus alalunga* (atún blanco o bonito del norte), cuyo origen se encuentra en los pescadores asturianos, cántabros y vascos (arrantzales en euskera).

Se trata de un guiso de atún con patatas, cebolla, pimiento y tomate, principalmente. En algunos lugares se sirve en una cazuela de barro.

La marmita es una olla de metal con tapa, y se debe a que antiguamente era uno de los pocos enseres de cocina que se llevaban a bordo de los barcos de pesca. Su nombre en castellano (marmita) o en francés (marmite) da nombre al plato en el oriente y el centro de la costa de Cantabria. Actualmente se cocina con bonito del norte pero originariamente se hacía con cualquier otro pescado. El término marmitako significa literalmente "de la marmita" en euskera.

Son filetes de lenguado rehogados con mantequilla y unas chalotas a los que se añade txakolí y se deja reducir, para terminar gratinando al horno, generalmente cubierto de nata líquida.



LENGUADO AL TXAKOLÍ

CALAMARES EN TINTA



CHIPIRONES ENCEBOLLADOS





SETAS CON ALMUEJAS



PASTEL DE KABRATXO

La receta original no posee más de treinta años de edad y tuvo su origen en las cocinas de Arzak en los años setenta, pero ya es un clásico del norte.

Aquí puedes
consultar una
receta del
pastel de
kabratxo.



TXANGURRO



La forma más típica de preparación es a la donostiarra, consistente en la carne del Txangurro cocinada con cebolla, puerro y tomate.

ANGULAS





ANGUILAS CON HABICHUELAS

PIMENTOS DEL PIQUILLO DE LA VECINA
LODOSA RELLENOS DE BACALAO.



PUCHERO TRADICIONAL CON ALUBIAS DE TOLOSA





HOJALDRE DE ESPINACAS Y GAMBAS

La piperrada es un acompañante gastronómico vasco que se sirve generalmente con carnes y pescado. El nombre procede del occitano gascón piperrada, pípèr significando pimiento en este idioma. Se prepara dorando pimiento y otras hortalizas (pimiento verde, el pimiento rojo, cebolla y tomate).

PIPERRADA



También se puede preparar como primer plato añadiendo a la cazuelita un huevo para que cuaje. Los colores reflejan la coincidencia de los colores de la ikurriña (bandera vasca).



TERRINA DE LIEBRE





PICHONES RELLENOS CON FOIE



ENSALADA DE ESPINACAS CON CODORNICES







ELABORACIONES DULCES





Gran tradición pastelera destacando los productos base de leche y frutos de los bosques de la zona, como las nueces.

CUAJADA



Es el postre vasco por excelencia y consiste simplemente en leche de oveja cuajada.



Intxaursaltsa.



La historia de la Intxaursalsa se remonta hace más de 150 años y era muy típica en los caseríos vascos, para la cena de Nochebuena por lo abundantes que eran las nueces en otoño, y la leche de caserío. Consistía en cocer básicamente las nueces molidas junto con la leche, el azúcar y la canela y convertirlo en una especie de natillas de nueces, y se consume como una crema o una salsa.

Su invención es atribuida a un pastelero vitoriano, Pepe Murguía de La Peña dulce.

GOXUA



La elaboración del goxua depende mucho de la región. Generalmente se elabora con nata, bizcocho, crema pastelera y caramelo líquido. Sobre una base de nata se pone una capa de bizcocho, después se vierte una capa de crema pastelera y finalmente se le echa caramelo líquido por encima. Hay dos formas de servirlo, en cuencos individuales como si fuesen natillas o una cuajada, o en forma de pastel para luego partírlo en porciones.

Pastel Vasco enlace a la propuesta de Karlos Arguiñano.



Postre de origen vasco-francés consistente en una masa de pasta de harina rellena, generalmente de crema pastelera aunque se puede llenar también de mermelada, generalmente de cereza, aunque pueden usarse otras.



PASTEL VASCO CON MERMELADA DE CEREZAS



aquí tienes la receta.

Dulce típico vasco a base de crema pastelera, hojaldre y almendra.



PANTXINETA VASCA

SUSPIROS DE BILBAO



SON GALLETAS A BASE DE MANTEQUILLA Y ALMENDRAS.



SUSPIRO DE BILBAO (EN SINGULAR), UN
VAPOROSO MERENGUE RELLENO DE
CREMA A BASE DE ALMENDRA.

La frangipane en francés, o el frantxípán en euskera, es una crema empleada en repostería, compuesta de crema de almendra y crema pastelera en una proporción 2 a 1 respectivamente, y se usa, principalmente como relleno de pasteles.



FRANTXIPAN

PASTELES DE ARROZ



Son típicos de Bilbao. Se llaman así porque, al parecer en origen llevaban harina de arroz, y aunque ese ingrediente se sustituyó por almidón de maíz, se conserva, el nombre.



Canutillos de Bilbao





chocolatesmendaro.com

VASQUITOS, NESQUITAS, GOYESCAS.



Estos bombones artesanos, los introdujo Juan José Goya Mendizábal, el 3º en la generación de los Goya, (confitería situada en el centro de Vitoria, desde 1886), por los años 30. Bombones que, en un principio, eran simplemente una masa de chocolate troceada en pequeñas porciones.

Pero con el tiempo han ido desarrollando y mejorando la receta, ya que ahora llevan relleno en su interior y van bañados de chocolate.



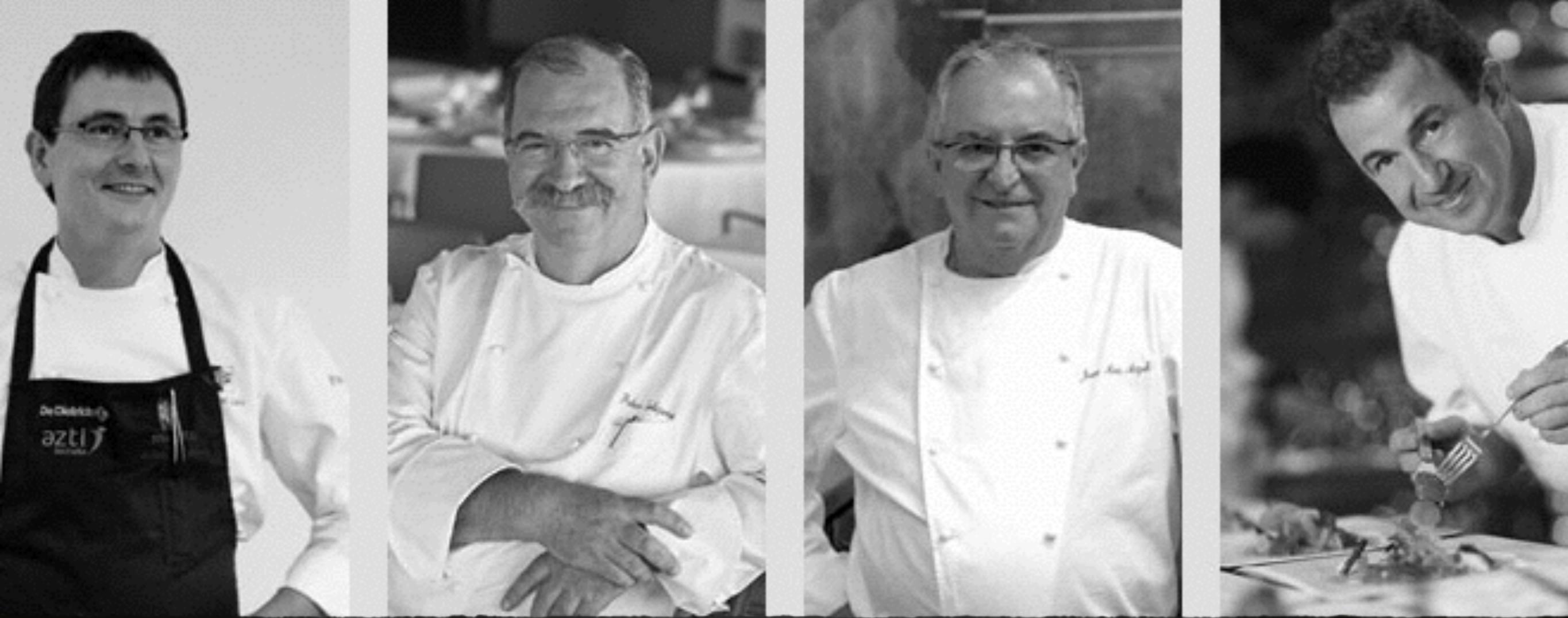




BIZCOCHOS RELLENOS DE VERGARA



COCINA DE VANGUARDIA VASCA.



EL ORIGEN DE LA COCINA DE VANGUARDIA EN ESPAÑA, LA NUEVA COCINA VASCA

En los años setenta nace la nueva cocina vasca, una corriente gastronómica basada en la innovación y creatividad que comenzaron a experimentar un grupo de cocineros vascos de reconocido prestigio. Esta cocina toma como base la cocina tradicional vasca pero incorpora aromas, ingredientes y formas de preparación de la alta cocina francesa consiguiéndose así una síntesis de culturas y sabores. La mayoría de los cocineros que iniciaron esta corriente culinaria siguen en la cabeza de esta nueva cocina como por ejemplo Arzak y Subijana.

RESTAURANTES CON ESTRELLAS MICHELÍN

Con sus casi 40 restaurantes con estrellas Michelín, en total; San Sebastián es la segunda ciudad del mundo después de Kyoto con mayor acumulación de estrellas.

RESTAURANTES
VASCOS CON
ESTRELLAS MICHELIN,
CONSULTA AQUÍ.





www.mapya.es/
productos de calidad
diferenciada
*VVAA; Ofertas
Gastronómicas.*

Paraninfo. Madrid 2011

*J.L. Armendáriz;
Gastronomía y Nutrición.*

Paraninfo. Madrid, 2013.

*VVAA; Un paseo
gastronómico por España;
Köneman, 2001*



*Bibliografía y
web grafía*