



CASTILLA Y LEÓN

Vamos a comenzar por las carnes asadas, entre las que destacan el **lechazo**, el **cochinillo** o el **cabrito** (de Segovia), continuando con las frescas procedentes de su abundante ganadería (carne de Ávila). No se pueden dejar de mencionar en la cocina castellano leonesa los potajes de todo tipo, desde los **cocidos maragatos**, las **ollas podridas**, las **migas de pastor**, las **sopas de ajo**, etc.

Son fundamentales los embutidos y los **productos de la matanza**: chorizos, botillos, morcillas (de Burgos, León o Valladolid), chorizo de Cantimpalo, cecinas de vaca, caballo o cabra y, como producto estrella, los jamones de cerdo ibérico, principalmente los de Guijuelo. Es tradicional la afición en esta zona por la caza, que proporciona numerosos ejemplares de pelo y pluma, como conejos y perdices. En la actualidad han cobrado importancia los productos procedentes de la cría del avestruz y del pato.

Las **legumbres** (judiones de La Granja, judías de El Barco de Ávila, lentejas de la Armuña, garbanzos de Fuentesaúco, etc...) y cereales son productos básicos en la alimentación castellano leonesa, que se combinan en diferentes platos de cuchara, al igual que productos hortofrutícolas. En estas tierras se producen buenos quesos, sobre todo de oveja, pero también de vaca y de cabra. También existen vinos de gran calidad de las numerosas denominaciones de origen que se extienden por la ribera del Duero. Uvas genuinas, encabezadas por los **tempranillo, verdejo, mencía y prieto picudo** dan una relevante producción de vino como el de **Rueda, Toro, Cigales, Ribera de Duero**, etc., de alta cotización internacional.

Existe una arraigada tradición **micológica**, que tiene su máxima expresión en las tierras sorianas, donde se dan numerosas variedades de setas y, sobre todo, destacan las valiosísimas trufas. No hay mar pero sí productos fluviales; es la comunidad de mayor producción de trucha.

PRINCIPALES ELABORACIONES





**SOPA
CASTELLANA
O SOPAS DE
AJO.**

GALLINA EN PEPITORIA



PICHONES
RELLENOS A LA
CASTELLANA.





MANOS DE CERDO A LA CASTELLANA

Las Recetas de Finuca



GASTRONOMÍA DE LEÓN





MENCIÓN APARTE MERECE EL BIERZO, CON SU DE
TRANSICIÓN ENTRE GALICIA Y LEÓN.

SON PIMIENTOS ROJOS, CON MUCHA CARNE, QUE TRADICIONALMENTE SE ASÁN SOBRE PLANCHAS DE METAL.



BOTILLO DEL BIERZO

SE ELABORA PRINCIPALMENTE CON COSTILLA DE CERDO, ADOBADO CON SAL, AJO Y PIMENTÓN, TIENE UN PROCESO DE AHUMADO LIGERA CURACIÓN, Y SE ELABORA COCIDO A FUEGO LENTO, AL MENOS DOS HÓRAS.



La olla berciana es un cocido (olla) típico de la zona del Bierzo. El plato consiste en un grupo de verduras como: acelgas, patatas, berzas, alubias, etc. Así como productos típicos de la matanza del cerdo como son el botillo, chorizo, lacón, morcilla, oreja y pata de cerdo, siendo posible añadir algún elemento cárnico de ave de corral como puede ser la gallina, morcillo y pimientos rellenos.

CONSERVAS DE PRODUCTOS DE LA HUERTA



CONSERVAS DE PIMIENTOS, DE CASTAÑAS EN ALMÍBAR,
CEREZAS, HIGOS, MIRABELES...LA HUERTA “EN BOTE”.





200

103



DO. VINOS BIERZO,
PRINCIPALMENTE DE
UVA MENCÍA, (UVA
TINTA, CON UN TANINO
MUY CREMOSO, QUE
SE CREE, LA
INTRODUJO UN
PEREGRINO FRANCÉS
EN LA EDAD MEDIA) SE
BENEFICIA DE UN
CLIMA SUAVE, CON
SUELOS DE GRAN
RIQUEZA MINERAL.



PUERRO DE SAHAGÚN

Sahagún es una localidad conocida por ser el punto medio del Camino de Santiago; Los puerros de Sahagún, son un producto único, fruto de la necesidad de encontrar un cultivo que se sobreviva a las bajas temperaturas.



Puerros con almejas, setas
de cardo y cangrejos de río.





PIMIENTO FRESNO DE LA VEGA

SOPA DE AJOS LEONESA.



ES UNA ELABORACIÓN MUY SENCILLA CON UN
MAJADO DE PIMENTÓN, AJO, ACEITE DE OLIVA,
HERVIDO CON UNAS HOJAS DE LAUREL Y
DISPUESTO SOBRE PAN MIGADO.

León tiene más kilómetros de ríos trucheros que cualquier país europeo, además la calidad de las aguas es inmejorable.



Orbigo es una parada
tradicional del camino de
Santiago para consumir
la sopa de trucha.

SOPA DE TRUCHA



ANCAS DE RANA



A close-up photograph of a dish of bacalao al ajoarriero. The dish consists of several pieces of white fish, likely cod, cooked in a rich, reddish-brown sauce. The sauce is thick and appears to be made from garlic (ajo) and onions (arriero). The fish is garnished with small pieces of green herb, possibly parsley or chives. The dish is served on a blue and white patterned ceramic plate. In the background, there is a red bowl containing chickpeas.

BACALAO AL AJOARRIERO

Lechazo del Tejeno



Chorizo de León.



Morcilla de León.



LA CECINA YA LA ELABORABAN LOS ROMANOS; LA PROTEGIDA POR IGP, LA DE CARNE DE TAPA, BABILLA, CONTRA Y CADERA DE VACUNO, SECA Y AHUMADA.



CECINA DE CHIVO



ES TRADICIONAL EL TAPEO
POR EL BARRIO HÚMEDO DE
LEÓN.





ASTORGA ES LA CAPITAL DE LA COMARCA DE LA MARAGATERÍA, TRADICIONALMENTE POBLADA DE ARRIEROS, QUE SE DEDICABAN AL TRANSPORTE DE MERCANCÍAS, Y QUE SE LES RECONOCÍA POR EL TIPO DE TEJIDOS QUE UTILIZABAN.

SUS PUEBLOS SE CARACTERIZAN POR ESTAR ADAPTADOS AL PASO DE LOS CARROS.

CONSEGUÍAN LLEVAR PESCADO FRESCO DE LA COSTA GALLEGA A MADRID.

ADEMÁS, POR SU UBICACIÓN ERA ZONA DE PASO DE MUCHAS MERCANCÍAS, POR LO QUE ELEMENTOS GASTRONÓMICOS, COMO EL ACEITE DE OLIVA, EL PIMENTÓN DE LA VERA O LOS PESCADOS, QUE NO SE PRODUCÍAN EN LA ZONA, PERO PASABAN POR ALLÍ.





EL COCIDO MARAGATO, EN EL QUE LOS VUELCOS SE COMEN EN ORDEN INVERSO A LOS DEMÁS COCIDOS REGIONALES, EN RECUERDO, PARA ALGUNOS, A LAS PRISAS DE NAPOLEÓN Y SUS ALTOS OFICIALES, A SU PASO POR LA COMARCA, QUE, DE DEJAR ALGO, PREFERÍAN DEJAR LA SOPA.



SE CONSUME PRIMERO LA CARNE, DESPUÉS LAS LEGUMBRES Y LAS VERDURAS, Y POR ÚLTIMO LA SOPA QUE SE SIRVE CON UNA CREMA DULCE DE VAINILLA. SÓLO SE SIRVE POR ENCARGO, PORQUE CONTIENE ENTRE OCHO Y DIEZ TIPOS DE CARNE Y EMBUTIDOS, Y HORAS DE COCCIÓN.

A scenic view of a mountainous landscape. In the foreground, there's a small town with numerous houses having red-tiled roofs, nestled in a green valley. A small blue lake is visible to the right of the town. The background features towering, rugged mountains with rocky peaks and patches of green vegetation. The sky is clear and blue.

LOS PICOS DE EUROPA LEONESES



COCIDO MONTAÑES DE LEÓN

ES UNO DE LOS QUESOS AZULES MÁS AFAMADOS DE EUROPA, SE PRESENTA ENVUELTO EN HOJAS DE PLÁGAMO.



EL QUESO DE LOS BEYOS, PRODUCIDO EN MUNICIPIOS DE ASTURIAS Y DE LEÓN, EN EL DESFILADERO DE LOS BEYOS.







Pan de Montejos, una
barra artesanal.



LEÓN ES EL PRINCIPAL
PRODUCTOR DE
LÚPULO NACIONAL.

POR ESTA
RAZÓN
PROLIFERAN
INICATIVAS DE
CERVEZA
ARTESANAL.

El Arriero



JOJAL DRES



ANTECADAS



i Bernardo Urdiechaga

ANTECADAS



Aquí tienes la
historia, y la
receta.

Son unos bizcochos
horneados en unas “cajas” de
papel, a base de huevos,
harina, azúcar, mantequilla de
vaca, o mantequilla, y
canela.





AQUÍ TIENES LA
RECETA DE LOS
HOJALDRES DE
ASTORGA



AMARGUILLOS



PASTAS A BASE DE ALMENDRA,
TÍPICAS DE MUCHOS PUNTOS DE
ESPAÑA, POPULARES EN SAHAGUN

Nicanores de Bóñar.





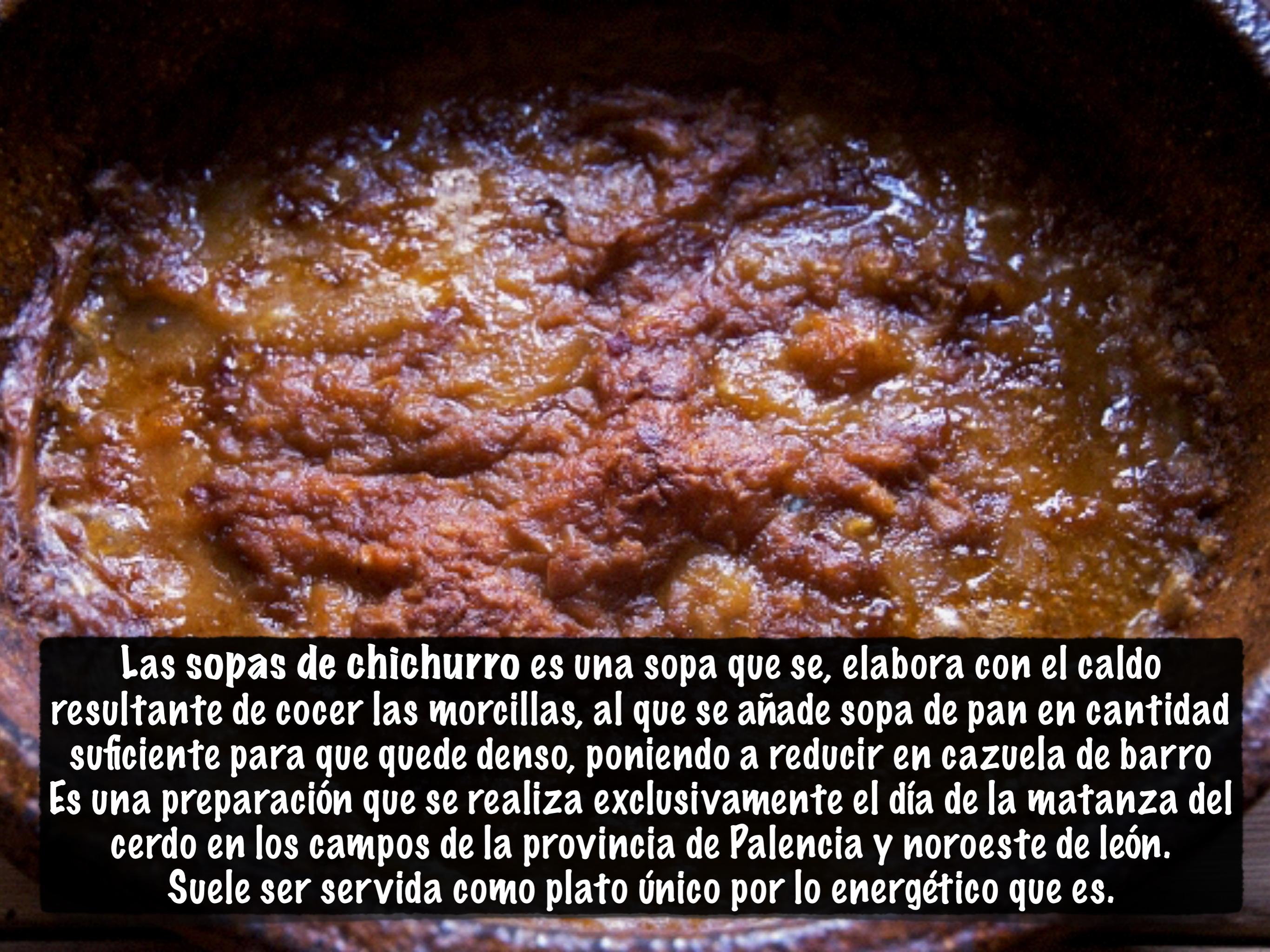
TARTA SAN MARCOS



ELABORACIONES TRADICIONALES DE PALENCIA

Las sopas de rastrojo o, sopas de ajo, es un plato típico de la cocina palentina a base de pan, ajo, pimentón y aceite. Era un plato de aprovechamiento de recursos, y su alto aporte calórico, lo que lo hacía un plato muy popular entre la gente del campo. Su característica diferenciada es que se dejan reducir al fuego durante unas cuatro horas, para obtener un producto de denso, más cercano a un puré que a una sopa.





Las sopas de chichurro es una sopa que se elabora con el caldo resultante de cocer las morcillas, al que se añade sopa de pan en cantidad suficiente para que quede denso, poniendo a reducir en cazuela de barro. Es una preparación que se realiza exclusivamente el día de la matanza del cerdo en los campos de la provincia de Palencia y noroeste de León. Suele ser servida como plato único por lo energético que es.

MENESTRA PALENTINA





PATATAS A LA
IMPORTANCIA



CARACOLES
LA PALENTINA



20 Septiembre
2015

XIII

FERIA DEL PIMIENTO DE TORQUEMADA

*¡Porque nos importa
mucho un pimiento!*

XII Jornadas Gastronómicas



XII Jornada de Promoción y Difusión
del Pimiento y Productos Alimentarios
de TORQUEMADA



CEBOLLA DE PALENZUELA



**CANGREJOS
ESTILO HERRERA.**



ALUBIA DE SALDAÑA CON CHORIZO



TORREZNOS DE PALENCIA

PANCETA ASADA





CHORIZOS
DE
CORNON

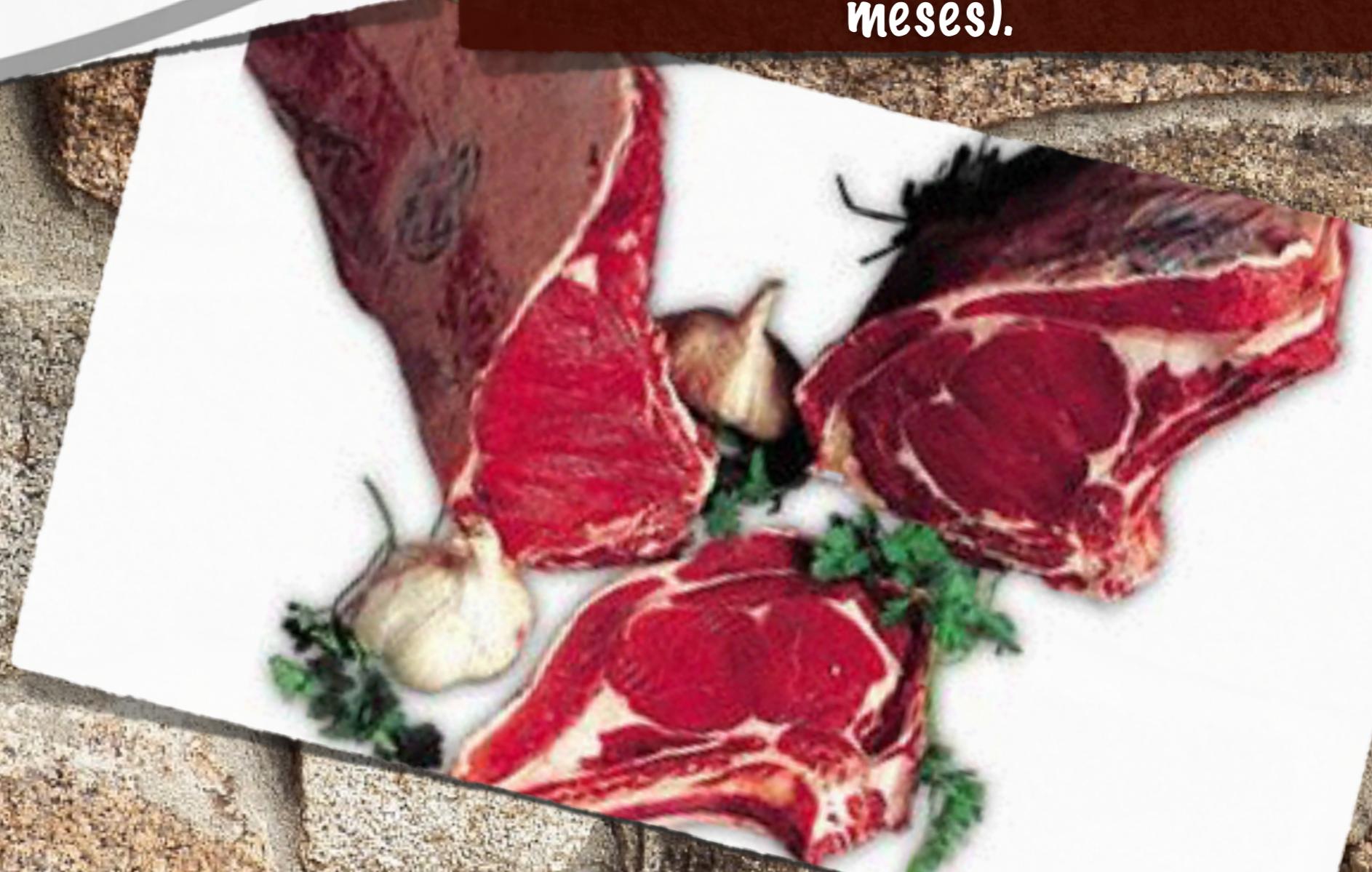


ASADURILLA





La Cooperativa Montaña Palentina acredita sus carnes con la Marca de Garantía de la Carne de Cervera de Pisuerga y de la Montaña Palentina. Comercializan carne de ternera lechal, (máximo 7 meses, alimentada de leche maternal), ternera tradicional (10 meses), y ternera pastera, (10-14 meses).



CECINA DE VILLARRAMIEL







PAN DE ACEITE



GASTRONOMÍA DE BURGOS.







La Torta de Aranda, especialidad panadera con "Marca de Garantía"¹, que se elabora a base de harina de trigo, agua, sal, levadura, masa madre, y aceite de oliva o de girasol. Tiene un color muy dorado.

La sopa burgalesa es una sopa castellana muy tradicional de la provincia de Burgos. Posee la particularidad de mezclar en su elaboración un producto cárñico (Carne de cordero) con otro procedente del río (Carne de cangrejo).



Esta sopa se elabora con pequeños trozos de cordero (cortados en tamaños de piñones denominados jijotes), que son inicialmente tostados en una sartén que tiene mantequilla de cerdo fundida. Existen variantes actuales que se alejan de la receta clásica y emplean trozos carne de vacuno, e incluso de cerdo. Posteriormente se hace un rehogado con cebolla finamente picada a la que se añade perejil y perifollo. Suele añadirse un caldo hasta que se reduzca a la mitad de su volumen. Tras ello se añaden unas colas de cangrejo.



JUDIAS CON CHORIZO.

OLLA PODRIDA



ESTRELLADOS DE BURGOS



La tradición oral dice que debe ser: «sosa, grasosa y picosa».



La morecilla de Burgos es un embutido a base de sangre de cerdo y arroz típica de la gastronomía burgalesa. También se les añade cebolla horcal, manteca de cerdo, sal, pimienta, pimentón, orégano, y otras especias.



El proceso de elaboración, (con pequeñas variaciones locales), es tal como este: Se pica la cebolla menuda, y la manteca, se mezcla con el arroz y con todos los demás ingredientes, se remueve, para mezclarlo bien; a continuación, después de estar las tripas bien lavadas, (por lo general de cerdo), se llenan con la mezcla teniendo en cuenta que se debe llenar en un 50% debido a que el arroz aumenta de volumen. Se ponen a cocer en agua hirviendo con una pizca de sal y se tienen durante una hora. De esta manera, la morcilla se puede comer «cruda» (puesto que ya está cocida), frita, asada, cocida o ahumada.

Este caldo
que resulta
de la cocción,
se llama caldo
mondongo,
en algunos
pueblos
denominado
calducho.





La morcilla de Aranda posee dos diferencias principales con respecto al resto de variedades de Morcilla de Burgos:

- Las especias tradicionalmente utilizadas en la Morcilla de Aranda son el comino, la pimienta negra y un punto de canela.
- Además, en la producción de la morcilla de Aranda se realizan, a diferencia del resto de variedades, 2 cocciones, una antes del embute y otra después, razón por la cual es una variedad más apreciada porque "repite menos".



CHULETILLAS DE CORDERO

ZONA RIBERA DEL
DUERO, ASADAS AL
SARMIENTO



LECHAZO ASADO





ES LA BASE DE MUCHOS POSTRES, MUY SENCILLOS Y POPULARES.

ALMENDRAS GARRAPINADAS





GASTRONOMÍA DE SORIA





**SOLO
el auténtico
lleva esta
etiqueta**



MARCA DE GARANTÍA

Un torrezno (de torrar, del lat. *torrēre*, tostar, acercar algo al fuego hasta que toma color) es una tira de tocino frita o salteada en sartén o tostada en una parrilla. Habitualmente los torreznos quedan crujientes y dorados por el lado de la piel, lo que los convierte en apetecibles a los consumidores.

Suelen comerse como tapa o como guarnición.

**ACTUALMENTE SON
CONSIDERADOS PATRIMONIO DE LA
HUMANIDAD POR LA UNESCO.**



Níscalos con patatas





El ajo carretero es un guiso de la cocina castellana. Se trata de una caldereta, especial de la zona de Pinares, (Burgos, Soria).





Debe su nombre a la tradición de la carretería, los transportistas que llevaban mercancías en carros tirados por bueyes, profesión que abundaba en los pueblos vinariegos de Burgos y Soria.



Carne: falda, cuello y jarretes de cordero; tomates partidos en dos, cabezas de ajos enteras, cebollas partidas por la mitad, sal y un poco de picante.

Se prepara todo en frío. La carne troceada no muy pequeña. Lo ideal es hacerlo con fuego de leña, en un gran caldero. El agua debe cubrir bien los ingredientes a fin de evitar tener que añadir; Al calor de las brasas, se irá consumiendo el caldo y guisando los ingredientes a fuego lento; Cuando la carne está tierna, y el caldo apenas la cubra, estará el guiso listo. Se saca el cordero para comer separado, y al caldo se le añaden unas rebanadas de pan fino, y se sirve como segundo plato.



CHANFAINA



Guiso que admite muchos ingredientes, según la zona, pero los básicos son casquería, a la que se le puede añadir: arroz, pan como en las sopas, fideos, habas u otra legumbre o más modernamente patatas; y después es sazonada con sangre, pimentón y a lo mejor algún huevo duro.



La Culeca es una torta grande de pan tipo brioche que contiene chorizo y huevo cocido entre otras cosas que tradicionalmente se consume durante la Romería de San Marcos en la localidad de Ólvega, provincia de Soria, comunidad autónoma de Castilla y León, en España.



El langarto es una masa de pan con dos tipos de relleno, picadillo o sardinas, del estilo calzone italiano o a la empanada gallega. Dado que la masa exterior ayuda a conservar el interior, es un alimento apto para llevarlo de viaje, popular entonces entre los pastores.



LOMO
EMBUCHADO



A photograph of a woman in traditional Andean clothing, including a white blouse and a patterned headscarf, stirring a large wooden tub filled with a yellow substance, likely butter, with a long wooden spoon. She is working in a rustic setting with wooden walls. A black banner with white text is overlaid on the left side of the image.

Las condiciones de clima y
altitud confieren un sabor
característico a la
mantequilla artesanal.



PACIENCIAS DE ALMAZÁN

La masa con la que se hornean las paciencias posee sólo harina, azúcar y esencia de limón y clara de huevo.



YEMAS DE ALMAZÁN

Bibliografía y web grafía

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