



Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ

Σχολή Διοίκησης Οικονομίας
Τμήμα Τουρισμού



Ισπανική Κουζίνα
Σπεσιαλιτέ
Φαγητών & Γλυκών

Εισηγητής: Γ. Σπηλιόπουλος
Σπουδάστρια: Σταύρου Αναστασία

Πάτρα 2006

ΣΥΜΦΩΝΗΤΗΡΙΟ

ΠΡΟΣΧΕΔΙΟ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΣ

ΣΤΕΦΑΝΟΣ

ΚΑΡΑΓΙΩΡΓΑΝΟΣ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΣ

ΚΑΡΑΓΙΩΡΓΑΝΟΣ

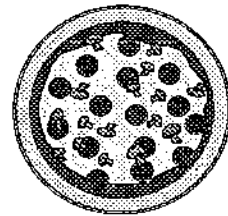
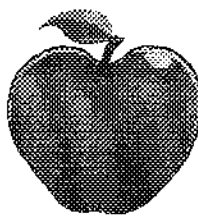
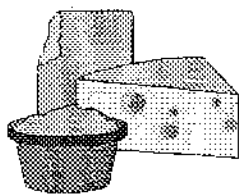
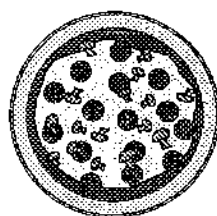
ΣΤΕΦΑΝΟΣ



Ισπανική Κουζίνα

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

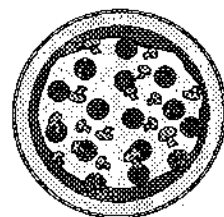
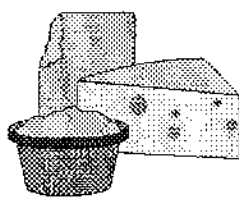
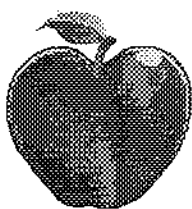
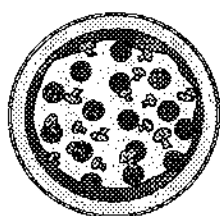
Αναφορά στην Ισπανία	3
Γεωγραφικά Στοιχεία, Υδατογραφία, Κλίμα, Οικονομία, Διοικητική Υποδιαίρεση	3
<i>Γεωγραφικά Στοιχεία</i>	3
<i>Μορφολογία του Εδάφους</i>	3
<i>Υδατογραφία</i>	4
<i>Κλίμα</i>	4
<i>Οικονομία</i>	4
<i>Διοικητική Υποδιαίρεση</i>	5
Πρώτο Ραντεβού μαζί της	6
Βαρκελώνη	7
Όταν η Αρχιτεκτονική Ζηλεύει τη Φύση	7
Γεύση Βουνού και Θάλασσας	8
Καταλάνικες σπεσιαλιτέ	10
<i>Escudella i carn di olla</i>	10
<i>Escalivada</i>	10
<i>Langosta a la Catalana: «Μεξικάνικη επιρροή»</i>	10
<i>Zarzuela de mariscos</i>	10
<i>Comill ambarros i safta</i>	10
<i>Crema Catalana</i>	10
Μαδρίτη	11
<i>Για μια ξέφρενη ζωή</i>	11
<i>Που θα πάτε, τι θα δείτε</i>	11
<i>Για το φαγητό σας</i>	12
<i>Που θα διασκεδάσετε</i>	13
Ελιές, το δέντρο της Χιλιετηρίδας	16
Οι αμυγδαλιές των Μαυριτανών	18

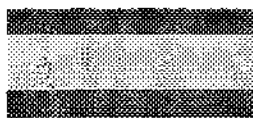




Ισπανική Κουζίνα

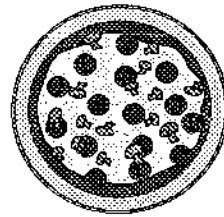
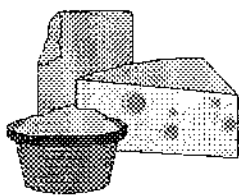
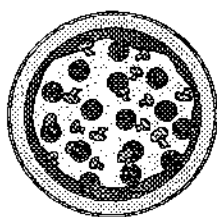
Terra d' olles. Η μαγεία του κόκκινου πηλού.	20
Soller. Η εύκρατη κοιλάδα των πορτοκαλιών	25
Απολαύσεις του βυθού!!	27
Ψάρια και θαλασσινά σε μεγάλη ποικιλία.	27
Λικέρ: Γνωριμία με το πικάντικο άρωμα	29
Προσκλήσεις και γιορτές	30
Η 31 ^η Δεκεμβρίου	31
Τα επιφάνεια	31
5 Ιανουαρίου	31
16 Ιανουαρίου	31
17 Ιανουαρίου	32
19 Ιανουαρίου	32
20 Ιανουαρίου	32
Τον Φεβρουάριο	32
3 ^η εβδομάδα της Σαρακοστής	32
4 ^η εβδομάδα της Σαρακοστής	32
Λευκή Κυριακή	33
Αρχές Μαΐου	33
Μέσα Μαΐου	33
2 ^η εβδομάδα του Σεπτεμβρίου	33
Τελευταία εβδομάδα του Σεπτεμβρίου	33
1 ^η Κυριακή του Οκτωβρίου	33
Τελευταία Κυριακή του Οκτωβρίου	34
Πέμπτη του Νοεμβρίου	34
Για να ζήσετε μια μέρα στην Ισπανία	34
Μια συνηθισμένη μέρα	34
Βασικά προϊόντα της Ισπανικής κουζίνας	36
Η διαδρομή και η χρήση τους	36





Ισπανική Κουζίνα

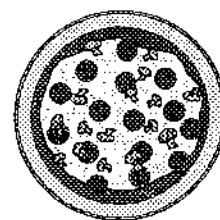
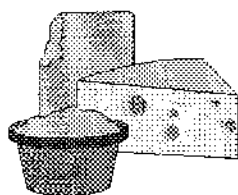
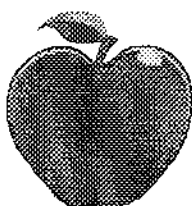
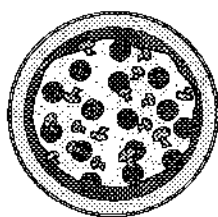
Τα ρεβίθια	36
Το ρύζι	36
Η τομάτα	37
Η σοκολάτα	37
Η κουζίνα κατά περιοχή	37
Ανδαλουσία	38
Αραγονία	38
Αστουρία	38
Βαλεαρίδες Νήσοι	38
Κανάρια Νησιά	38
Κανταμπρικ	39
Καστίλη	39
Καταλονία	39
Εστρεμαδούρα	40
Γαλικία	40
Μάντσα	40
Ναβέρα	40
Χώρα των Βάσκων	40
Ριόχα	40
ΟΡΕΚΤΙΚΑ, ΕΝΔΙΑΜΕΣΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ	41
EMPANADILLAS - ΕΜΠΑΝΑΔΙΛΛΑΣ	42
PAELLA - ΠΑΕΓΙΑ	44
BLEDAS OFEGADAS - ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΣΕΣΚΟΥΛΟ	47
CARGOLS AMB SOBRASSADA - (ΣΑΛΠΓΚΑΡΙΑ ΜΕ SOBRASSADA	49
ALLIOLI - ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ ΣΚΟΡΔΟΥ	51
PA AMB OLI - ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΨΩΜΙ ΜΕ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ	52





Ισπανική Κουζίνα

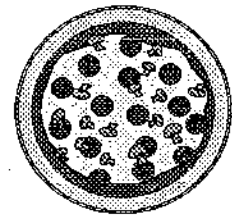
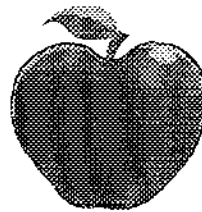
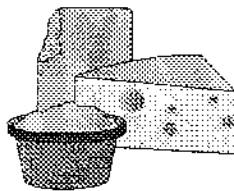
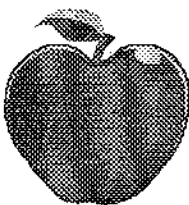
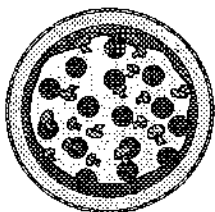
ΣΟΥΠΕΣ ΚΑΙ ΓΕΥΜΑΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ	53
SOPA DE PEIX - ΙΣΠΑΝΙΚΗ ΨΑΡΟΣΟΥΠΙΑ	54
SOPES - ΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΨΩΜΙ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ	56
SOPA DE NADAL	58
ARROS DE PEIX I MARISC - ΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΡΥΖΙ, ΨΑΡΙ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ	60
BORRET - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΡΕΒΙΘΙΑ	62
GAZRACHO - ΓΚΑΣΠΑΤΣΟ	64
ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ	66
CALAMARES EN SU TINTA - (ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ ΣΤΟ ΜΕΛΑΝΙ ΤΟΥΣ	67
AGRIUS - ΑΝΤΣΟΥΓΙΕΣ ΜΑΡΙΝΑΤΕΣ	68
GAMBAS CON AJO - ΓΑΡΙΔΕΣ ΜΕ ΣΚΟΡΔΟ	69
BONITO CON TOMATES FRESCAS - (ΤΟΝΟΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΕΣ ΤΟΜΑΤΕΣ	70
RAP AMB SALSA D' AMELTA - (ΘΕΥΡΥΓΧΟΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ	71
ΚΡΕΑΤΑ	73
ENTRECOT AMB PURE D' ALBERCOCS - ΕΝΤΡΕΚΟΤ ΜΕ ΠΟΥΡΕ	
ΒΕΡΙΚΟΚΟ	74
LIENGUA DE VEDELLA AMB TAPERES - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΓΛΩΣΣΑ ΣΕ	
ΣΑΛΤΣΑ ΚΑΠΑΡΗ	75
CARN FREDA AMB LLOM - ΚΡΥΑ ΝΕΦΡΑΜΙΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ ΜΕ ΚΡΟΥΣΤΑ	
ΑΠΟ ΖΑΧΑΡΗ	77
ROSTIT DE BOU - ΨΗΤΟ ΒΟΔΙΝΟ	79
PORCELLA EN SE FORN - ΨΗΤΟ ΓΟΥΡΟΥΝΟΠΟΥΛΟ ΓΑΛΑΚΤΟΣ	81
LIOM AMB COL - ΝΕΦΡΑΜΙΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ ΜΕ ΚΑΡΜΠΟΛΑΧΑΝΟ	83
ROSTIT D' ANYELL - ΨΗΤΟ ΑΡΝΙ	85
BORRET - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΡΕΒΙΘΙΑ	87





Ισπανική Κουζίνα

LIOM DE PORE FARCIT AMB FIGUES - ΝΕΦΡΑΜΙΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ ΓΕΜΙΣΤΗ ΜΕ ΣΥΚΑ _____	89
PILOTES - ΚΕΦΤΕΔΑΚΙΑ _____	91
ROSTIT HUMIT - ΒΡΑΣΤΟ ΞΙΝΟ ΚΡΕΑΣ _____	93
OFAGAT - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ _____	94
ΚΥΝΗΓΙ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ _____	95
GUALLERES EMBORRATXADES - ΜΕΘΥΣΜΕΝΑ ΟΡΤΥΚΙΑ _____	96
CAPO A LO REI EN JAUME - ΚΑΠΟΝΙ ΜΕ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΙΑ JAUME _____	98
CONILL ESCABETXAT - ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΟ ΚΟΥΝΕΛΙ _____	100
OUS AMB FETGE DE POLLASTRE - ΣΥΚΩΤΙ ΑΠΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΑΥΓΟ _____	102
COLOMINS AMB ESCLATASANGS _____	104
ΓΕΥΜΑΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ _____	106
BERENJENAS REBOZADAS - ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΠΙΑΝΕ _____	107
HABAS A LA KATALANA - ΚΟΥΚΙΑ Α ΛΑ ΚΑΤΑΛΑΝ _____	108
COLLES ESPARRAGADAS - ΛΑΧΑΝΑ ΕΣΠΑΡΑΓΚΑΔΑΣ _____	109
ΜΙΓΑΣ _____	110
ΓΕΥΜΑΤΑ ΑΥΓΟΥ _____	111
OUS A LA SOLLERICA - ΑΥΓΑ Α ΛΑ SOLLER _____	112
TRUITA DE FAVES - ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΚΟΥΚΙΑ _____	114
HUEVOS A LA FLAMENCA - ΑΥΓΑ Α ΛΑ ΦΛΑΜΕΓΚΑ _____	116
ΠΙΤΕΣ ΚΑΙ ΣΟΥΦΛΕ _____	117
TUMBET AMB OUS - ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΣΟΥΦΛΕ ΜΕ ΑΥΓΟ _____	118
GREIXONERA DE BROSSAT - ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΣΕ ΠΗΛΙΝΟ ΤΑΨΙ _____	119



v



Ισπανική Κουζίνα

PANADES DE CARN D' ANYELL DOLCES - ΓΛΥΚΑ ΚΡΕΑΤΟΠΙΤΑΚΙΑ

ΑΠΟ ΑΡΝΙ 121

MENΟΥ 123

MENΟΥ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΑ 124

MENΟΥ ΓΙΟΡΤΙΝΑ - ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΓΙΟΡΤΗ 126

Για τα Χριστούγεννα 126

MENΟΥ ΚΛΑΣΙΚΑ 127

MENΟΥ 1° 128

Μενού γεύμα της 128

Μενού δείπνο της 128

MENΟΥ 2° 129

Μενού γεύμα της 129

Μενού δείπνο της 129

MENΟΥ 3° 130

Μενού γεύμα της 130

Μενού δείπνο της 130

MENΟΥ 4° 131

Μενού γεύμα της 131

Μενού δείπνο της 131

MENΟΥ 5° 132

Μενού γεύμα της 132

Μενού δείπνο της 132

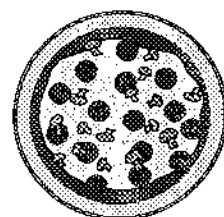
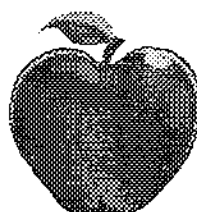
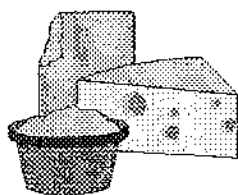
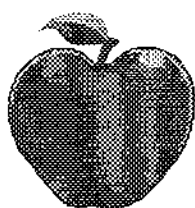
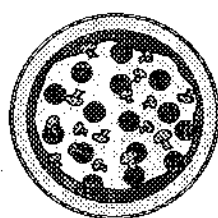
MENΟΥ 6ο 133

Μενού γεύμα της 133

Μενού δείπνο της 133

MENΟΥ 7° 134

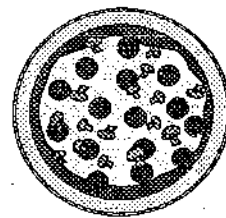
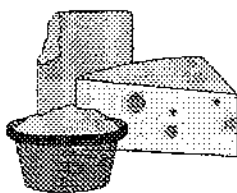
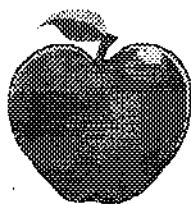
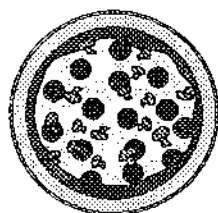
Μενού γεύμα της 134





Ισπανική Κουζίνα

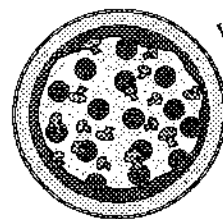
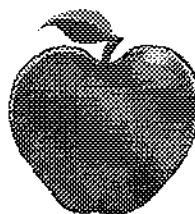
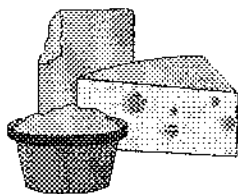
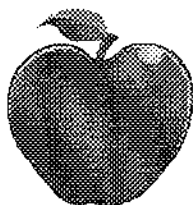
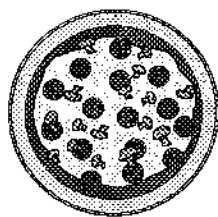
Μενού δείπνο της	134
MENOU 8°	135
Μενού γεύμα της	135
Μενού δείπνο της	135
MENOU 9°	136
Μενού γεύμα της	136
Μενού δείπνο της	136
MENOU 10ο	137
Μενού γεύμα της	137
Μενού δείπνο της	137
«ΟΙΝΟΣ ΕΥΦΡΑΙΝΕΙ ΚΑΡΔΙΑΝ ΑΝΘΡΩΠΟΥ»	138
Το νέκταρ των θεών σε cellers	138
Η Ευρώπη, τα κρασιά της και η θέση που κατέχουν στη διεθνή αγορά κρασιού ..	140
Τύποι κρασιών και οι κυριότερες οινοπαραγωγικές περιοχές	143
Οινοπαραγωγικές περιοχές	143
α. Rioja - Navara	143
β. Mancha - Valdepenas	144
γ. Prionato	144
δ. Jerez	144
Τα πιο φημισμένα κρασιά της Ισπανίας	145
Jerez	145
Ο Μηλίτης	146
Το κρασί στο τραπέζι	146
Αρμονία στη γέυση	147
Τυρί και κρασί	154
Τα αξεσουάρ του κρασιού	155
Θερμόμετρο	155
Τιρμπουσόν	156





Ισπανική Κουζίνα

Οινοχόος	156
Καράφα	157
Κάνιστρο	157
Θερμός	157
Ποτήρι γευσιγνωσίας	157
Το αμπέλι και το κρασί στην εποχή μας	158
ΠΟΤΑ	162
ΧΟCΟΛΑΤΑ CΑΕΝΤΑ - ΖΕΣΤΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ	163
CREMADILLO - ΙΣΠΑΝΙΚΟ ΠΟΝΤΣ	164
SAGNIA ESPECIAL - ΚΟΚΤΕΪΛ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΟ ΚΡΑΣΙ	165
SANGRIA - ΣΑΓΚΡΙΑ	166
ΓΛΥΚΑ - ΕΠΙΔΟΡΨΙΑ	167
ENSAIMADES - ΚΡΟΥΑΣΑΝ	168
GELETES D' INCA - ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΑΠΟ ΤΗΝ INCA	170
PANELETTTS AMB PINYONS - ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ ΜΕ ΚΟΥΚΟΥΝΑΡΙ	171
FLAM AMB COCO - ΠΟΥΤΙΓΚΑ ΚΑΡΥΔΑΣ	173
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	175
Τι να φέρετε από την Ισπανία	175

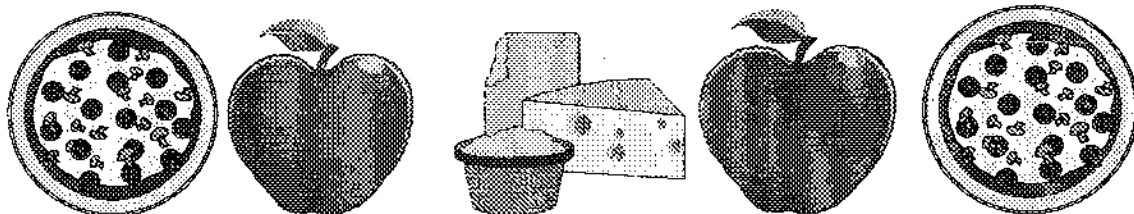




Ισπανική Κουζίνα

*«Μια όμορφη χώρα είναι η Ισπανία.
Η Ισπανία είναι ένας πλούσιος κήπος».*

Έτσι λέει το ρεφρέν ενός ποιήματος με το οποίο ο Tomas Forteza το 1896 υμνούσε το νησί. Οι γόνιμοι κήποι στους εξώστες με τα φρούτα καθορίζουν την εικόνα του νησιού. Τον Φεβρουάριο αποδεικνύουν ιδιαίτερα την ομορφιά του τοπίου. Τότε ανθίζουν οι αναρίθμητες αμυγδαλιές ενώ οι πορτοκαλιές είναι ακόμα γεμάτες με τους καρπούς της προηγούμενης σοδειάς.

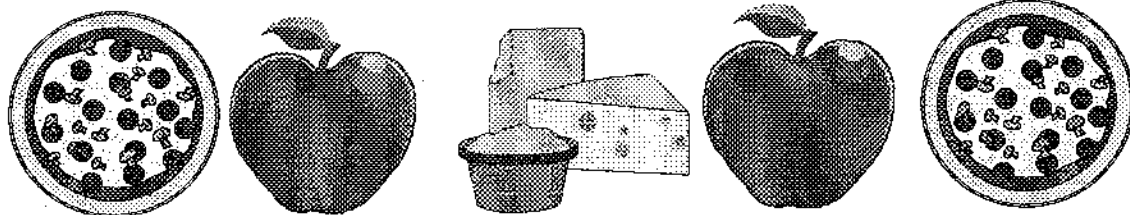




Ισπανική Κουζίνα

Έκταση:	504,782 τετρ. χλμ.
Πληθυσμός:	40,000,000
Πρωτεύουσα:	Μαδρίτη
Πολίτευμα:	Συνταγματική Μοναρχία
Γλώσσα:	Ισπανική, Βασκική, ...
Θρησκεία:	Ρωμαιοκαθολική
Νόμισμα:	... €
Εκπαίδευση:	Υποχρεωτική από ηλικία 6-14 ετών. Λειτουργούν επίσης και 18 πανεπιστήμια.
Τουρισμός:	40,000,000 επισκέπτες κάθε χρόνο. Η τουριστική δραστηριότητα στην

Ισπανία συγκεντρώνεται ιδιαίτερα στις
Μεσογειακές ακτές και στις
Βαlearίδες.







Ισπανική Κουζίνα

Αναφορά στην Ισπανία

Γεωγραφικά Στοιχεία, Υδατογραφία, Κλίμα, Οικονομία, Διοικητική Υποδιαίρεση

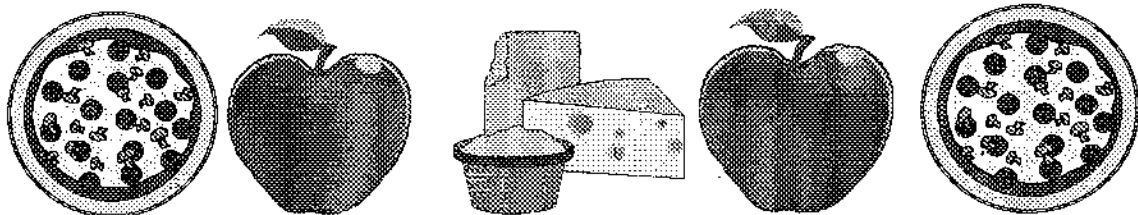
Κράτος της ΝΔ. Ευρώπης. Καταλαμβάνει μεγάλο τμήμα της Ιβηρικής Χερσονήσου, τις Βαλεαρίδες και τις Πιτνούσες (νησιά της Μεσογείου) και τις Κανάριες (νησιά του Ατλαντικού Ωκεανού).

Γεωγραφικά Στοιχεία

Η Ισπανία συνορεύει προς Δ. με την Πορτογαλία και βρέχεται από τον Ατλαντικό Ωκεανό, προς Β. με την Γαλλία και τη μικρή δημοκρατία της Ανδόρας, προς Ν. με το Γιβραλτάρ και προς Α. με τη Μεσόγειο Θάλασσα. Ο πορθμός του Γιβραλτάρ τη χωρίζει από την Αφρική.

Μορφολογία του Εδάφους

Το έδαφος της χώρας είναι βασικά ορεινό. Το κεντρικό τμήμα κατέχεται από το οροπέδιο Μεσέτα που το χωρίζουν από τις παράλιες περιοχές ψηλές οροσειρές. Η κεντρική Κορδιλιέρα (ύψους 2592μ.) χωρίζει το οροπέδιο Μεσέτα σε δυο μέρη: στο βόρειο (οροπέδιο της παλιάς Καστίλης) και στο νότιο (οροπέδιο της νέας Καστίλης). Στο βόρειο τμήμα της Ισπανίας υψώνονται τα Καντάβρια όρη και τα Πυρηναία με ψηλότερη κορυφή το Πικο ντ'Ανέτο (3404μ.). Από το οροπέδιο Μεσέτα τα χωρίζει το βαθύπεδο της Αραγονίας (κοιλιάδα του ποταμού Έβρου της Ισπανίας). Στο νότιο τμήμα υψώνονται τα όρη Σιέρα Μορένα, η μεγάλη Βετική οροσειρά, η Σιέρα Νεβάδα (κορυφή Μουλχάσεν 3481μ. - το ψηλότερο σημείο της Ισπανίας). Από το οροπεδιο Μεσέτα τα χωρίζει η πεδιάδα της Ανδαλουσίας. Στο ανατολικό τμήμα εκτείνονται τα Ιβηρικά όρη (2310μ.).





Ισπανική Κουζίνα

Υδατογραφία

Το δίκτυο των ποταμών είναι αρκετά ανεπτυγμένο, αλλά οι ποταμοί δεν έχουν πολλά νερά. Κυριότεροι είναι ο Δούρος ή Ντονέρο, ο Τάγος, ο Γκουντιάνα, ο Γκουανταλκίβιο και ο Έβρος. Οι ακτές της Ισπανίας, ομαλές στον Ατλαντικό Ωκεανό, με φυσικά λιμάνια τα Ελ-Φερολ, Λα Κορουνια, Βιγκο και άλλα, γίνονται βραχώδεις, ψηλές και απόκρημνες στη Μεσόγειο Θάλασσα και σχηματίζουν τους μεγάλους κόλπους της Βαλένθιας, της Καρθαγένης και της Μάλαγας.

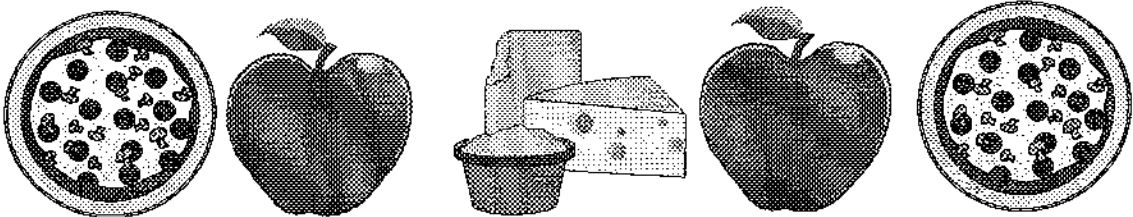
Κλίμα

Το κλίμα της χώρας στα οροπέδια είναι ηπειρωτικό και ξηρό με θερμό καλοκαίρι και ψυχρό χειμώνα, εύκρατο στα ΒΔ. παράλια και μεσογειακό στα Ν. και ΝΑ. παράλια. Σε όλες τις εποχές η ξηρασία είναι έκδηλη. Έτσι η φυσική βλάστηση αποτελείται από ισχνή στέπα που τη διακόπτουν δρυς και ελαιώνες.

Οικονομία

Η Ισπανία είναι αγροτοβιομηχανική χώρα με μέσο επίπεδο ανάπτυξης. Η αγροτική οικονομία εκμεταλλεύεται τα 40% περίπου της επιφάνειας του Ισπανικού εδάφους και απασχολεί το 51% των κατοίκων. Την πρώτη θέση στις καλλιέργειες την κατέχει το σιτάρι. Ακολουθούν το κριθάρι, το καλαμπόκι και η σίκαλη. Επίσης καλλιεργούνται σε μεγάλη έκταση το ρύζι, τα αμπέλια, τα εσπεριδοειδή, οι μπανάνες και άλλα σπωροφόρα δέντρα, ενώ η ελιά θεωρείται το εθνικό προϊόν της Ισπανίας. Από τα βιομηχανικά φυτά καλλιεργούνται ζαχαρότευτλα, ζαχαροκάλαμο, βαμπάκι και καπνός.

- Η κτηνοτροφία (προπάντων των προβατοειδών) είναι πατροπαράδοτη δραστηριότητα των κεντρικών επαρχιών. Η εκτροφή όμως βοοειδών είναι πιο αποδοτική στις βορειοδυτικές επαρχίες. Στο νοτιοανατολικό τμήμα ακμάζει η σηροτροφία.





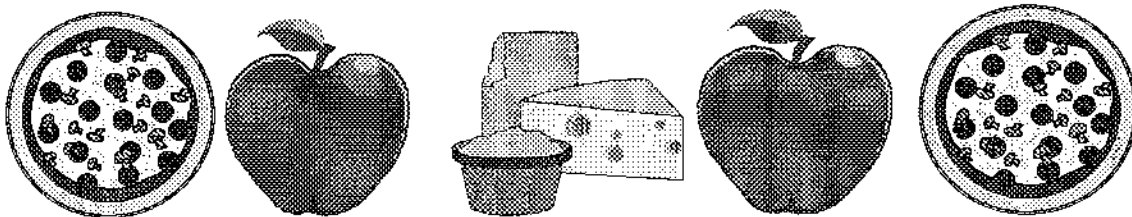
Ισπανική Κουζίνα

- Η αλιεία (αντσούγιες, σαρδέλες, τόνοι) αποτελεί τομέα ιδιαίτερα ανεπτυγμένο και τροφοδοτεί ανθηρή βιομηχανία κονσερβών.
- Ορυκτός πλούτος. Η Ισπανία διαθέτει αποθέματα πολλών ειδών πρώτων υλών και υδροηλεκτρικής ενέργειας. Ιδιαίτερα πλούσια σε υδράργυρο, μόλυβο, άργυρο και άνθρακα είναι η περιοχή της Σιέρα Μορένα, ενώ η περιοχή της Βισκαίας και Λεόν διαθέτει πλούσιο σιδηρομέταλλευμα. Ο χαλκός εξορύσσεται στην περιοχή της Σεβίλλης, και στην Καταλονία γίνεται η επεξεργασία αλάτων καλίου.
- Βιομηχανία. Εκτός από την εξορυκτική βιομηχανία και η βαριά βιομηχανία της Ισπανίας αναπτύσσεται με γοργό ρυθμό. Άλλες βιομηχανίες είναι η χημική, η βιομηχανία τσιμέντου, η μεταποιητική και η βιομηχανία αυτοκινήτων. Η υφαντουργία, οι βιομηχανίες χαρτιού, υαλουργίας και κεραμικών είναι ανεπτυγμένες στις βασικές επαρχίες, ενώ η βιομηχανία αυτοκινήτων συγκεντρώνεται στην κοιλάδα του Ισπανικού Έβρου. Η παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας έχει επίσης αναπτυχθεί.

Διοικητική Υποδιαίρεση

Το Ισπανικό κράτος υποδιαιρείται σε 50 επαρχίες που περιλαμβάνονται στις ακόλουθες ιστορικοδιοικητικές περιοχές: Γαλικία, Αστουρίες, Λεόν, Παλιά Καστίλη, Χώρα των Βάσκων, Νάβαρα, Αραγονία, Καταλονία, Εστρεμαδούρα, Ανδαλουσία, Μουρθία, Βαλένθια, Βαlearίδες και Κανάριες.

Η Ισπανία έχει αποικιακές κτήσεις στην Αφρική, στην Ισπανική Σαχάρα και την Ισπανική Γουινέα.



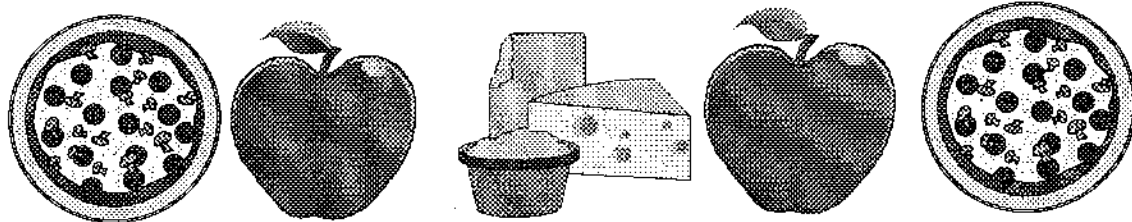


Ισπανική Κουζίνα

Πρώτο Ραντεβού μαζί της

Δυο περίπου ώρες είναι η χρονική διάρκεια της πτήσης για να βρεθεί κανείς στη χώρα της Σαγκρίας, του Δον Κιχώτη και της παέλιας. Να σε αγκαλιάσει το δροσερό αεράκι και να γευτείς τις υπέροχες μυρωδιές από τις τριανταφυλλιές και τις πικροδάφνες, που σε συνοδεύουν καθ'ολη τη διάρκεια της διαδρομής από το αεροδρόμιο. Η οπτική ικανοποίηση δεν είναι λιγότερη βλέποντας τους φοίνικες και τους ανεμόμυλους. Και να! Στο βάθος του ορίζοντα εκτείνεται μια ορεινή αλυσίδα, η Sierra De Tramuntana. Μετά ο καθεδρικός ναός, που με τα χρυσαφί του χρώματα δεσπόζει υπερήφανα στην πόλη, η μεγαλόπρεπης λεωφόρος Passeig Des Born, τα νοσταλγικά αμαξάκια με τα άλογα, τα σεβαστά σπίτια της πόλης. Η Πάλμα ενθουσιάζει και τον πιο απαιτητικό επισκέπτη. Όσο περισσότερο βαδίζει κανείς στα σοκάκια της παλιάς πόλης, τόσο συχνότερα το βλέμμα του ανεβαίνει από το τραχύ πλακόστρωτο στις προσόψεις της νεότερης εποχής, στα μικρά μπαλκόνια, στα παράθυρα με τα απλωμένα ρούχα και στις γλάστρες με τα γεράνια ή προσπαθεί να μπει στα κλεφτά στις εσωτερικές αυλές των σπιτιών με τις αψίδες και τους φοίνικες.

Κάθε τρία λεπτά προσγειώνεται ή απογειώνεται, την περίοδο της αιχμής σε αυτό το νησί της Μεσόγειου, ένα αεροπλάνο. Πάνω από τέσσερα εκατομμύρια τουρίστες τον χρόνο ψάχνουν εδώ τον ήλιο και την ξεκούραση κυρίως στα μεγάλα ξενοδοχειακά συγκροτήματα της παράλιας. Όσο και αν αυτό το πλήθος συγκεντρώνεται εκεί, μένει αρκετός χώρος για όλους όσους θέλουν να εξερευνήσουν το νησί μόνοι τους. Να γυρίσει κανείς πλάτη στα μεγάλα ξενοδοχεία, να προχωρήσει μέσα στο πλήθος των παλαιών σοκακιών της Παλμα, να επισκεφτεί τους γόνιμους εξώστες κατά μήκος της παράλιας της Banyalbufar, να ανηφορίσει στους λόφους που βρίσκονται τα ερημικά μοναστήρια ή να κατηφορίσει το άγριο φαράγγι της Sa Calobra - αυτές είναι μερικές μόνο συμβουλές για να πλησιάσει κανείς περισσότερο την πρωτότυπη Ισπανία. Οι διακοπές μόνο, σχεδόν δεν είναι αρκετές.





Ισπανική Κουζίνα

Βαρκελώνη

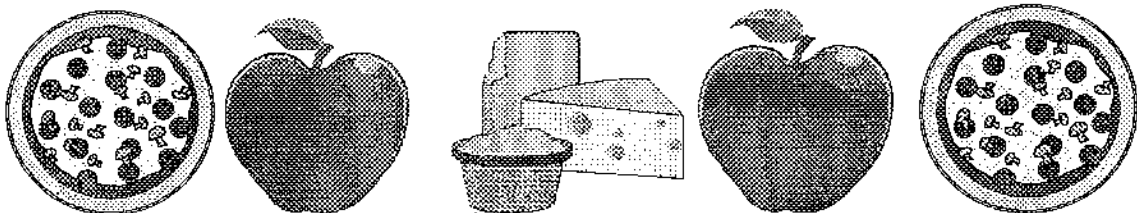
Η Βαρκελώνη έχει κάτι να προσφέρει στον κάθε ξένο ταξιδιώτη με ανησυχίες: ιστορικά μνημεία, μοναδική αρχιτεκτονική, αξεπέραστη τέχνη αλλά και απλόχερη διασκέδαση, υψηλή κουζίνα, ακόμα και ποδόσφαιρο.

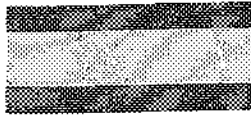
Η πολυτάραχη ιστορία της Βαρκελώνης, που αρχίζει γύρω στον 1ο μ.χ. αιώνα, γνώρισε περιόδους έντονης παρακμής. Τα εντυπωσιακά μεσαιωνικά παλάτια του Barri Gotic, της γοτθικής γειτονιάς, είναι δείγματα της παλιάς της αίγλης. Όπως όλοι οι παλιοί οικισμοί, έτσι και η Βαρκελώνη έχει επιδεικτικά γυρισμένη την πλάτη της στη θάλασσα. Η παράλια της δεν έχει κανένα ενδιαφέρον και μόνο στο τέλος της δεκαετίας το '80, με την προοπτική των Ολυμπιακών του 1992, οι πολεοδόμοι αποφάσισαν να σχεδιάσουν μια φουτουριστική, παραθαλάσσια συνοικία, γκρεμίζοντας τα μικρομάγαζα και τα παραπήγματα της Μπαρσελονέτα, μιας μικρογειτονιάς χωρίς ενδιαφέρον.

Στα μέσα του 19ου αιώνα, μετά την πτώση των Βουρβόνων από τον Ισπανικό θρόνο, σε μια εποχή που η Βαρκελώνη αναπτυσσόταν και πάλι εντυπωσιακά, η άρχουσα τάξη της πόλης αποφάσισε πως χρειαζόταν ένα δραστικό μεγαλειώδες σχέδιο, για την επέκταση της πόλης πέρα από τα στενά μεσαιωνικά όριά της. Έτσι δημιουργήθηκε το Eixample (η επέκταση), με τις φαρδιές λεωφόρους, που θυμίζουν κλαδιά δέντρου τα οποία ξεκινούν από την πυκνοκατοικημένη παλιά πόλη.

Όταν η Αρχιτεκτονική Ζηλεύει τη Φύση

Εκείνη την εποχή άνθισε και ο μοντερνισμός - η καταλάνικη εκδοχή αυτού που οι Γάλλοι ονόμαζαν αρνούβο - αφήνοντας στην πόλη εξαιρετικά δείγματα. Το όνομα του Gaudi - του δημιουργού που συνδέθηκε όσο κανείς με το συγκεκριμένο αρχιτεκτονικό κίνημα και που πίστευε πως με τα κτίριά του αντέγραψε τη φύση - είναι απόλυτα δεδομένο με τη Βαρκελώνη. Τα περίεργα, όμως, και πολύχρωμα κτίρια της πόλης δεν είναι όλα έργα του. Διάσημοι αρχιτέκτονες όπως ο Montaner και ο Josep Puig έζησαν και δημιούργησαν στη Βαρκελώνη την ίδια περίοδο με τον Gaudi. Μια γενική για τον μοντερνισμό παίρνει κανείς περιδιαβάζοντας το Passeig de Gracia, την





Ισπανική Κουζίνα

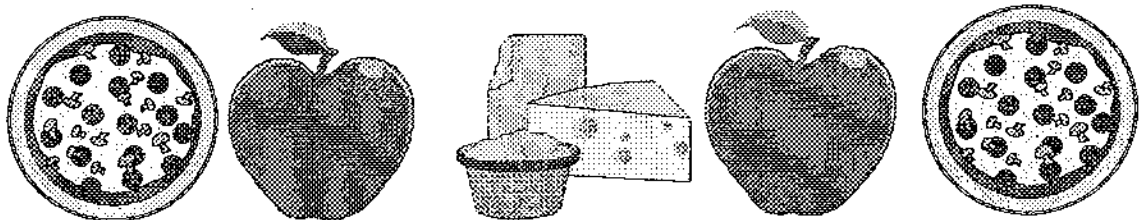
απλωτή αυτή λεωφόρο, που ξεκινάει από την Placa de Catalunya, τον ομφαλό της πόλης. Στο τετράγωνο ανάμεσα στο Carrer d'Arago και το Carrer de Cent - που αποκαλείται και Manzana de la Discordia (τετράγωνο της ασυμφωνίας) - θα δείτε τρία από τα πιο χαρακτηριστικά δείγματα μοντερνισμού: πρώτα την Casa Lleo Morera, δημιούργημα του Montaner, με τα υπέροχα βιτρό, δίπλα δίπλα βρίσκεται η νεογοθτική Casa Amatller του Josep Puig, και η πολύχρωμη Casa Batllo του Gaudi. Τρία τετράγωνα πιο πέρα, στην άλλη μεριά του δρόμου, δεσπόζει η επιβλητική La Pedrera η Casa Mila, η γωνιακή πολυκατοικία του Gaudi, με τις ανεπανάληπτες γλυπτικές φόρμες και τις υπέροχες σιδεριές στα μπαλκόνια.

Το πιο διάσημο γιατί της Ευρώπης - αν όχι του κόσμου - είναι χωρίς αμφιβολία η Sagrada Familia της Βαρκελώνης, ο καθεδρικός ναός του Gaudi, που ο Andre Malraux αποκάλεσε «τάφο του Δον Κιχώτη». Στο έργο αυτό, που με την πρώτη μάτια θυμίζει παραμορφωμένο γοθτικό ναό, ο Gaudi αφιέρωσε τα τελευταία 35 χρόνια της ζωής του και δεν κουραστικέ να επαναλαμβάνει πως τέτοια τεραστία μνημεία δεν τελειώνουν σε μια γενιά. Από το 1926, τη χρονιά που πέθανε, μέχρι σήμερα οι εργασίες συνεχίζονται στη Sagrada Familia, άλλοτε με αργό και άλλοτε με πιο γρήγορο ρυθμό.

Τα έργα των μοντερνιστώ ήταν αντικείμενο διαμάχης από την εποχή που προτοχηστικαν. Ο George Orwell - ο συγγραφέας του «1984» - χαρακτήρισε τη Sgrada Familia «ένα από τα πιο απαίσια κτίρια του κόσμου, με σκοροφαγωμένους πύργους που μοιάζουν με μπουκάλια φτηνού κρασιού...».

Γεύση Βουνού και Θάλασσας

Στη μέση της Rambla βρίσκεται η Boqueria, η περίφημη κεντρική αγορά τροφίμων της Βαρκελώνης. Η πιο θεαματική ίσως αγορά η οποία ξεπερνάει τις αντίστοιχες της Γαλλίας ή της Ιταλίας σε τάξη, καλαισθησία και καθαριότητα, ενώ τα πράγματα που πουλιούνται εδώ θυμίζουν συχνά παζάρια της Μέσης Ανατολής. Τα ψαρικά είναι στην ημερήσια διάταξη και χαζεύοντας τα πολύχρωμα και περίεργα όστρακα και θαλασσινά, καταλαβαίνει κανείς πως η τοπική μαγειρική τα χρησιμοποιεί





Ισπανική Κουζίνα

πολύ. Θα ήταν όμως λάθος να συμπεράνει κανείς πως η κουζίνα της Καταλονίας - που μαζί με εκείνη των Βάσκων θεωρείται η πιο σημαντική της Ισπανίας - βασίζεται αποκλειστικά στη θάλασσα.

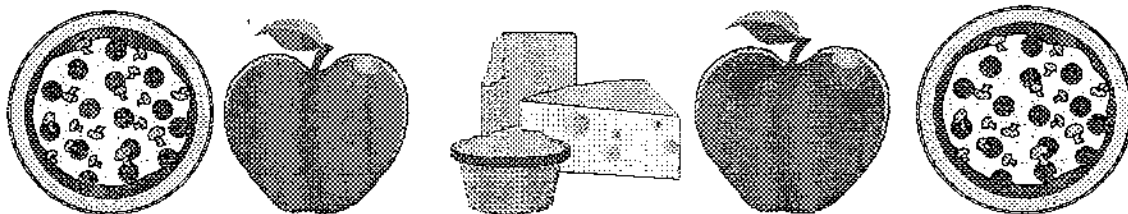
Magi Montanya (θάλασσα και βουνό) ανακατεύονται συνεχώς, δίνοντας εξωτική διάσταση στα παραδοσιακά καταλάνικα πιάτα και δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις που θα βρει κανείς κοτόπουλο, μαγειρεμένο μαζί με γαρίδες ή αστακό, και σουπιά με κεφτέδες ή κουνέλι. Όπως σε ολόκληρη την Ισπανία, έτσι και εδώ, το χοιρινό, το λίπος του, το υπέροχο jamon(χάμον) και τα διάφορα λουκάνικα, βρίσκονται παντού, και δίνουν γεύση στα φαγητά της κατσαρόλας. Το τοπικό λουκάνικο λέγεται botifara και σερβίρεται σαν κρύος μεζές αλλά και μαγειρεμένο με φασολιά (botifara amb mongets).

Τα λαχανικά, εκτός από την παραδοσιακή escalivada - σαλάτα που γίνεται με ψημένες στο φούρνο πιπεριές - ντομάτες και μελιτζάνες - δεν παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην Καταλάνικη κουζίνα.

Τα όσπρια από την άλλη μεριά, είναι στην ημερήσια διαίταξη. Στη Boqueria, ανάμεσα στους πάγκους με τα ψαριά, τα θαλασσινά και τα φρούτα, θα δείτε να πουλάνε βρασμένα ρεβίθια και φασόλια εξαιρετικής ποιότητας.

Ο παστός μπακαλιάρος, που έρχεται από τον Καναδά, είναι από τα πιο αγαπημένα ψαρικά στην Καταλονία. Δεκάδες πάγκοι στη Boqueria πουλάνε αποκλειστικά μπακαλιάρο: κομμάτια λεπτά, από την ουρά, πιο χοντρά, ξαρμυρισμένα, ανακατεμένα με μαϊντανό και μυρωδικά, και κοπανισμένα, έτοιμα να γίνουν κροκέτες.

Οι πιπεριές, που ο Κολόμβος έφερε από το Νέο Κόσμο, έχουν πολύ σημαντική θέση στην καταλανική καθώς και στην κουζίνα ολόκληρης της Ισπανίας. Κι ενώ οι καυτερές δε συνηθίζονται πολύ, η πογα (προφέρεται «νιόρα»), η στρογγυλωτή, κόκκινη γλυκιά πιπεριά, δίνει ξεχωριστή γεύση και χρώμα στα παραδοσιακά πιάτα. Η ντομάτα που δε λείπει από τα περισσότερα μαγειρευτά, είναι και η βάση για το pa amb tomaquet, το κλασικό κολατσιό της Καταλονίας: μια χοντρή φέτα ζυμωτό ψωμί φρυγανίζεται και, έτσι όπως είναι ζεστή, τριβεται με μια κομμένη ντομάτα,





Ισπανική Κουζίνα

πασπαλίζεται με αλάτι και λίγο λάδι και τρώγεται σκέτη αλλά και μαζί με παστή σαρδέλα ή με μια φέτα jamon.

Καταλάνικες σπεσιαλιτέ

Escudella i carn di olla

Από τα πλέον χαρακτηριστικά τοπικά πιάτα. Σε δύο φράσεις: πρώτα σερβίρεται ένας νόστιμος κρεατοζωμός με ζυμαρικά. Κατόπιν ακολουθεί μια μεγάλη ποικιλία κρεατικών και αλλαντικών μαζί με όσπρια και λαχανικά.

Escalivada

Λαχανικά στο φούρνο με ελαιόλαδο

Langosta a la Catalana: «Μεξικάνικη επιρροή»

Στην εξωτική πλευρά της ισπανικής κουζίνας, αφού ο αστακός συνδυάζεται με σοκολάτα, αμύγδαλα, σαφράν.

Zarzuela de mariscos

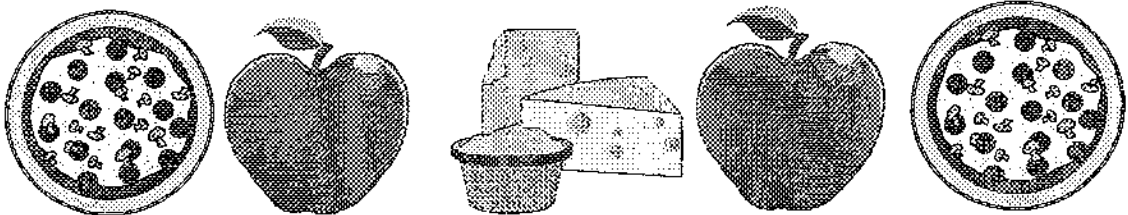
Η διασημότερη καταλάνικη σπεσιαλιτέ. Αστακοί, караβίδες, γαρίδες, μύδια, πετροσωλήνες, ψάρια μαγειρεμένα με ντομάτα, σκόρδο, κρεμμύδι, κανέλλα, γαρύφαλλο, δάφνη, σαφράν και καυτερή πιπεριά.

Comill ambarros i safta

Κουνέλι με ρύζι και σαφράν

Crema Catalana

Πρόγονος της γαλλικής creme brulee. Πλούσια, κανελέ και καραμελέ.







Ισπανική Κουζίνα

Μαδρίτη

Για μια ζέφρενη ζωή

Αν παρομοιάσουμε την Ισπανία με μια φλογερή χορεύτρια του φλαμένγκο, τότε σίγουρα η Μαδρίτη αποτελεί την καρδιά και το σφυγμό της! Μια πόλη κλασική και σύγχρονη, βασίλισσα της νύχτας, του γλεντιού και της γεύσης.

Πολλοί ονομάζουν την Μαδρίτη "Πόλη των Θαυμάτων." Άλλοι πάλι τη αποκαλούν "βασίλισσα της νύχτας." Όπως και να' ναι πάντως η πρωτεύουσα της Ισπανίας ασκεί μια μαγεία, μια γοητεία, προκαλεί το θαυμασμό σε όποιον την επισκέπτεται. Βοηθά, βέβαια, σ' αυτό και το φλογερό ταμπεραμέντο των Μαδριλένων, των πιο ερωτικών κατοίκων της γηραιάς ηπείρου!

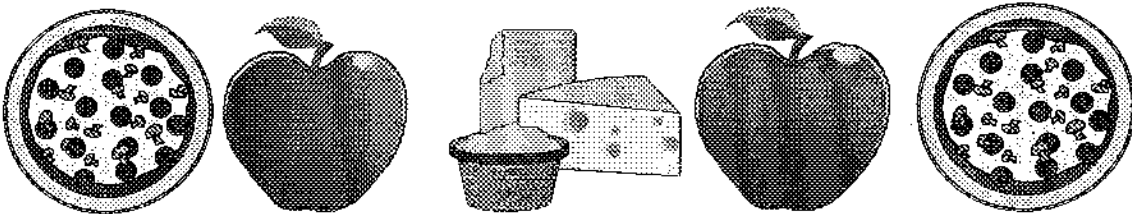
Η ίδια η πόλη ιδρύθηκε από τους Άραβες τον 9ο αιώνα και από τον 16ο ορίστηκε πρωτεύουσα της χώρας, συνδυάζει το κλασικό ύφος με τη σύγχρονη ζωή της μεγαλούπολης.

Έτσι ο επισκέπτης έχει πολλά να δει, αλλά και πολύ περισσότερα να κάνει! Με δυο λόγια, η Μαδρίτη είναι ιδανικός προορισμός για τουρισμό και για διακοπές, και μάλιστα ιδιαίτερα ζουμερές.

Που θα πάτε, τι θα δείτε

Η Μαδρίτη είναι μια πόλη που μπορεί κανείς να περπατήσει χωρίς πολύ κόπο, μοναδικό φαινόμενο για πρωτεύουσα! Αν λοιπόν αποφασιστεί ο περίπατος, τότε δεν πρέπει να παραληφθεί η Πύλη του Αλκαλά και το άγαλμα του Θιβέλες, που είναι τα σύμβολα της πόλης. Ο σφυγμός της, όμως χτυπάει στην Πλάθα Μαγιόρ, μια πανέμορφη πλατεία. Αξιοθαύμαστο το μπαρόκ παλάτι και το πάρκο γύρω του, όπως επίσης και η θέα στο ποτάμι.

Η πόλη, όμως, διαθέτει και άλλα τεράστια πάρκα για βόλτες, μερικά από αυτά: Ελ Ρείρο, Πάρκε ελ Οέστε (αγγλικού τύπου). Το Δεσκάλθας Ρεάλες και το Δε Λα Ενκαρναθιόν είναι δυο πολύ ενδιαφέροντα κλειστά μοναστήρια μέσα στην πόλη, που αξίζει κανείς να επισκεφθεί.





Ισπανική Κουζίνα

Στους περιπάτους της πόλης πρέπει να συμπεριληφθούν οι δρόμοι Πασέο ντελ Πράδο, μια από τις ωραιότερες διαδρομές στην πόλη.

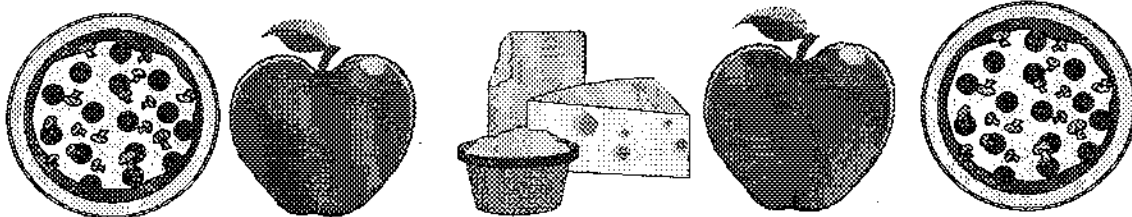
Το τέλος αφιερώνεται στα μουσεία και στις γκαλερί. Υπάρχουν τόσα πολλά και είναι τόσο ενδιαφέροντα αυτά που εκθέτουν, που χρειάζεται τουλάχιστον ένας μήνας για να τα γνωρίσει κανείς όλα. Μερικά από αυτά: το μουσείο Πράδο, με Ελ Γκρέκο, Βελάσκειθ, Γκόγια, Ρούμπενς και άλλους ζωγράφους. Την περιβόητη Γκουέρνικα ("Γερνικά" η γνωστή προφορά) του Πικάσο θα την ψάξει κάποιος στο παράρτημα του Πράδο, το Κασόν δελ Μπουέν Ρετίρο. Εκτός όμως από τη μαγεία της Μαδρίτης αξίζει να περιηγηθεί κανείς στο Τολέδο, στην πόλη του Ελ Γκρέκο το Ελ Εσκοριάλ, η Σεγκόβια και το Αράχουενθ. Και όλα αυτά μια ωρίτσα από την πρωτεύουσα.

Για το φαγητό σας

Ολόκληρη η Ισπανία είναι γνωστή για το καλό της φαγητό. Η παέλια και οι τортίγιες είναι φημισμένες και έξω από τα όρια της χώρας. Στη Μαδρίτη, συγκεκριμένα, θα αναζητήσετε ψητά κρέατα σε φούρνους με ξύλα. Αφθονία σε πολύ νόστιμα αλλαντικά και τυριά. Σπεςιαλιτέ όπως κοσίντο μαντριλένο (με όσπρια και κρέας) και λοθ κάλοθ αλά Μαντριλένα. Γευστικές δοκιμές γίνονται και σε διάφορα εστιατόρια όπως τα Χοσε Λουίς, Λάρντι, Λα μι Βέντα, και Κάζα Λάμπρα. Συμπαθητικοί χώροι με καλό φαγητό και λογικές τιμές.

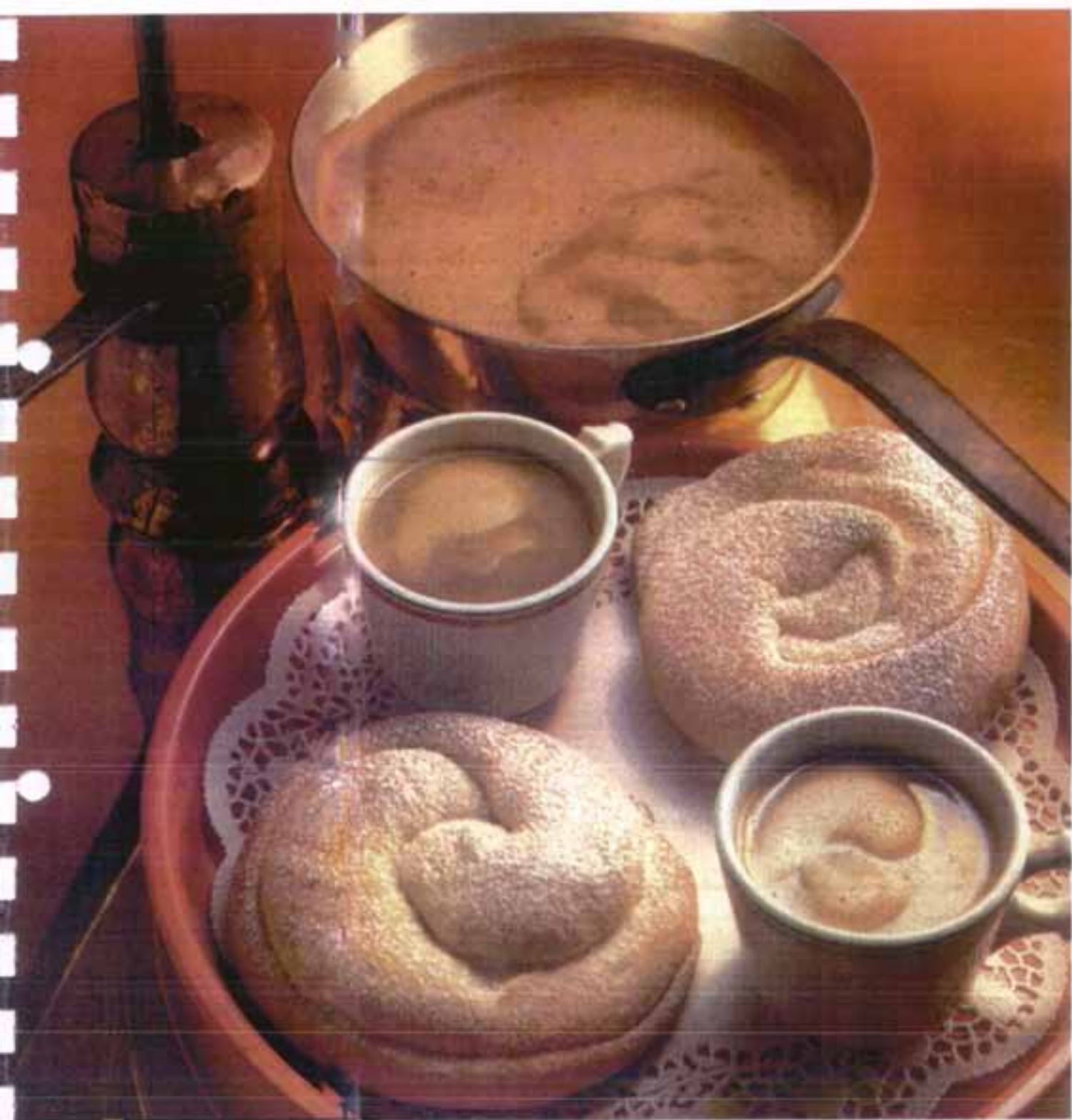
Σε αναζήτηση κλασικών ισπανικών εστιατορίων, αλλά με κάπως τσουχτερές τιμές οι Ισπανοί μας πρότειναν τα Ελ Αμπάρο, Πρινθίπε ντε Βιάνα και Κάσα Λουθίο. Επίσης αξίζει να θαυμάσει κανείς τα υπέροχα γλυκά της Μαδρίτης!

Γραφικά παλιά καφενεία που προσφέρονται για την ξεκούραση των ταλαιπωρημένων περιηγητών είναι τα καφέ: Καφέ δε Οριέντε, απέναντι από το παλάτι, Λιόν και Ισπάνο.









162A



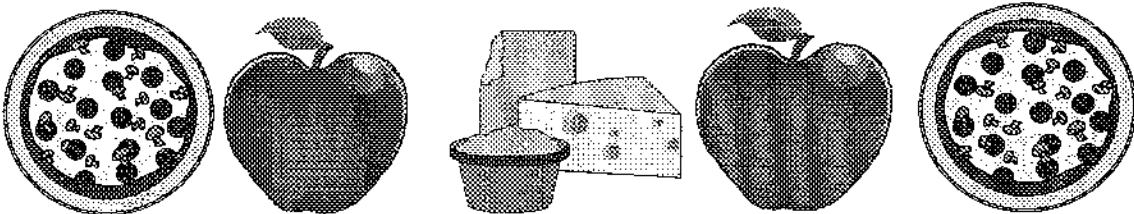
Ισπανική Κουζίνα

Που θα διασκεδάσετε

«Animo, Alegria y Marcha»: Ζωντάνια, χαρά και κίνηση! Είναι το σύνθημα των Μαδριλένων. Η νύχτα δεν τελειώνει ποτέ. Η νυχτερινή ζωή της πόλης θεωρείται από τις πιο έντονες της Ευρώπης.

Διάσημα μπαράκια όπως Ελ Καλεντίτο, Ανόι, Τσικότε, Τορίτο περιμένουν να μαγέψουν τους επισκέπτες. Διάσημες ντίσκο για τους λάτρεις του χορού, Πάσα και Μαδρίδ. Και οι πιο απαιτητικοί!!! Οι αρένες για ταυρόμαχίες Porcella Negra. Μαύρα Γουρούνια των Ρωμαίων. Και Figas de Cristia, Σύκα των Χριστιανών.

- Γουρούνια υπήρχαν εδώ και επτά χιλιάδες χρόνια στην ιστορία της ισπανικής κουζίνας. Ευρήματα οστών αποδεικνύουν, ότι οι κάτοικοι των σπηλαίων στη φωτιά νόστιμα κομμάτια από χοιρομέρι, χοιρινά παϊδάκια και κομμάτια από παραγναθίδες του χοιρινού -πιθανόν σουβλισμένα με μακριά σουβλιά, όπως γίνεται στις γιορτές μπάμπεκιου και στα πικνίκ με λουκάνικα. Οι Ρωμαίοι δάσκαλοι της μαγειρικής τέχνης, που γνώριζαν να ετοιμάζουν το χοιρινό με εκλεπτυσμένους τρόπους, έμαθαν στους Ισπανούς να ξεχωρίζουν τις γεύσεις, αφού παρασκεύαζαν ήδη υπέροχα λουκάνικα, που τα νοστήμιζαν προσθέτοντας χορταρικά, πιπέρι και κουκουνάρι, υλικά που χρησιμοποιούνται και για το άσπρο botiffaró, ένας είδος λουκάνικου των Ισπανών.
- Στην αρχή του 1ου αιώνα μ.Χ. έγραψε ο Ρωμαίος γευστιγνώστης Apicius ένα από τα πρώτα βιβλία μαγειρικής, το οποίο γνώρισε επιτυχία. Εκεί βρίσκεται και η συνταγή για ένα γεύμα ψητού χοιρινού το οποίο με παρόμοιο τρόπο ετοιμάζεται και σήμερα στην Ισπανία. Από τότε ήταν η ρίγανη, το λεβίστικο, η μέντα, το σέλινο καθώς και ο μαιντανός δημοφιλή αρωματικά χορταρικά και ένα είδος μπαχαρικού. Τα κολοκύθια, τα καρότα, το πράσο και κυρίως τα λάχανο ήταν πολύ σημαντικά είδη λαχανικών. Ειδικά το λάχανο είναι και παραμένει πάντα ένα από τα βασικότερα υλικά πολλών ισπανικών γευμάτων, όπως Plom amb col, anfós amb col ή το sopes

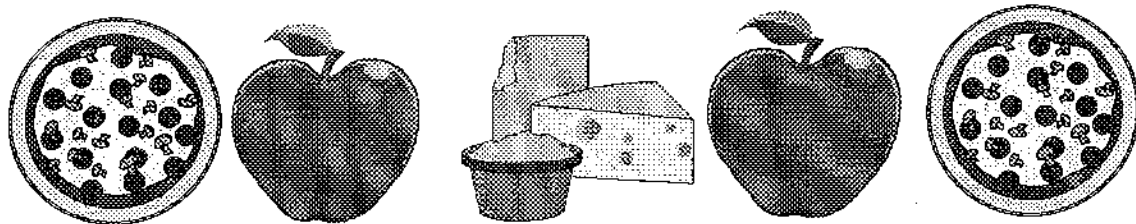




Ισπανική Κουζίνα

mallorquines (πλάτη χοιρινού, γλώσσα με λάχανα και βραστό λάχανο). Όταν ήρθαν στην Ισπανία οι Μαυριτανοί και μαζί τους ο Ισλαμισμός, εκτόπισαν τα γουρούνια από τις πρώτες θέσεις, αντικαθιστώντας τα με βόδια, μοσχάρια και πρόβατα, τα οποία και προτιμούσαν οι νέοι κυρίαρχοι. Με την κατάκτηση του χριστιανικού στρατού το 1229, το γουρούνι βρίσκεται πάλι στην πρώτη θέση των προτιμήσεων της Ισπανικής κουζίνας και αποκτά μεγάλη φήμη χάρη της νόστιμης γεύσης του.

- Η νοστιμιά των ισπανικών γουρουνιών δεν οφείλεται μόνο στην ιδιαίτερη ράτσα, των μαύρων χοίρων -Porcella negra- αλλά και στην καλή διατροφή που τους προσφέρουν οι χωρικοί: Βελανίδια με ψωμί του Αγίου Ιωάννη, σύκα κάκτων, και τους καρπούς της συκιάς. Συκιές υπάρχουνάφθονες στην Ισπανία και συναγωνίζονται στο πλήθος με τις αμυγδαλιές και τις ελιές. Η δημοτικότητα τους φαίνεται στο έργο των Βαλεαρίδων, του αρχιδούκα Λουδοβίκου Σαλβαδόρ: "~~Τρώγονται φρέσκα στη συγκομιδή τους, αποξηραίνονται σε μεγάλες ποσότητες,~~ για να χρησιμοποιηθούν αφ' ενός στο εσωτερικό, αλλά και να σταλούν αφ' ετέρου στο εξωτερικό. Χρησιμεύουν επίσης και ως τροφή χοίρων, οι οποίοι αποκτούν ασυνήθιστο λίπος και αποφέρουν την βασικότερη πηγή εσόδων στη χώρα."
- Μέχρι σήμερα οι Ισπανοί μοιράζονται την ευλογία των σύκων με τα κατοικίδια ζώα τους. Οι κάτοικοι των πόλεων προτιμούν τους καρπούς στην εποχή τους ως επιδόρπιο ή όταν είναι πρώτοι με ένα φλιτζάνι ζεστή σοκολάτα. Για τους εργάτες των φτωχότερων τάξεων αποτελούσαν παλιότερα ένα βασικό είδος διατροφής αφού ήταν πάμφθηνα. Στα γουρούνια έδιναν πρώτα τα φρούτα που έπεφταν κάτω, αργότερα όμως και τα καλά, "επομένως τάζαν τα γουρούνια για δυο ή τρεις μήνες με σύκα, Figas de Christia (σύκα των Χριστιανών) και Figas de moro (σύκα των Μαυριτανών) γράφει ο αρχιδούκας. Και αξιοπερίεργο, ακόμα και οι Άραβες ξεχωρίζουν τα χριστιανικά από τα μαυριτανικά σύκα, όμως τηρούν ακριβώς το αντίθετο. Για αυτούς τα μαυριτανικά σύκα μεγάλωνουν στα ίδια δέντρα από τα οποία οι Ισπανοί μαζεύουν τα δικά τους Figas de Christia. Επιθυμητά προϊόντα εξαγωγής δεν ήταν μόνο τα αποξηραμένα σύκα, αλλά και τα συκόψωμα, Pans de

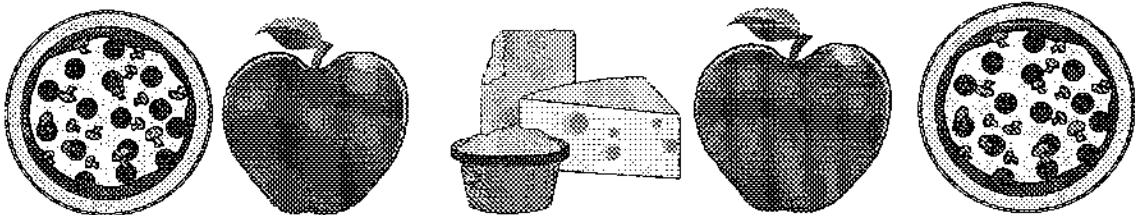




Ισπανική Κουζίνα

Figues, παράξενα καρβέλια από αποξηραμένα, λειωμένα και πεπιεσμένα σύκα, γαρνιρισμένα με λεπτά φυλλαράκια αμυγδάλου, δεμένα σε φύλλα φοίνικα και μα πολύχρωμες χάρτινες κορδελίτσες διακοσμημένα. Τα Pans de Figues, είναι ακόμα και σήμερα δημοφιλή δώρα σαν ενθύμια που αγοράζονται από επισκέπτες. Κυρίως οι καλόγριες του Caritat της Pollenca γνωρίζουν έναν υπέροχο τρόπο παρασκευής τους.

- Χαρακτηριστικά παραδείγματα των Porcella Negra υπάρχουν στα ελώδη μέρη του Sa Granja ή στα βοσκοτόπια του χωριού Ariany. Η παράδοση των εορτών της σφαγής διατηρήθηκε όμως, η matances, Ελληνικά: Λουτρό αίματος.- Σύμφωνα με ένα παλιό έθιμο η γιορτή αυτή γίνεται κάποιο Σαββατοκύριακο, αφού μόνο τότε μπορεί ολόκληρη η οικογένεια μαζί με μερικούς φίλους να λάβουν μέρος. Έτοιμα βρίσκονται μεγάλα τραπέζια με πιάτα γεμάτα μπαχαρικά, καθώς και η μεγάλη κατσαρόλα, η caldera, για το βράσιμο του κρέατος και των λουκάνικων. Το πρωινό περνάει με ετοιμασίες, όπως κόψιμο, λιάνισμα και ετοιμασία άρμης για τα μεγάλα κομμάτια που θα γίνουν πάστα. Συνήθως η ργασία των γυναικών είναι η γέμιση και το ράψιμο των νόστιμων λουκάνικων, των sobrassada, από κιμά με πολύ κόκκινη πάπρικα, τη μυρωδάτη so tifarro, ενός λουκάνικου αίματος και ντοσθίων και το μακρύ λεπτό ilangonisses, που είναι πολύ νόστιμο ψητό στη σχάρα. Σιγά σιγά γεμίζουν πάλι οι βουτυρωμένες κατσαρόλες για έναν ολόκληρο χρόνο. Στο τέλος απολαμβάνουν όλοι το Agros Buit, ένα φαγητό με ρύζι και διάφορα κομμάτια κρέατος, λαχανικά και λουκάνικο αίματος, ή μια Sopas de matances, την πλούσια σε περιεχόμενο σούπα από το σφάγιο με ψωμί και κρασί. Χαρακτηριστικό είναι όμως ακόμα και ένα frit με εντόσθια από το χοιρινό. Αντί για αγριοφάσουλα και μάραθο όπως και στο γεύμα από εντόσθια αρνιού, προσθέτουν εδώ μπαζέλια και κόκκινη πιπεριά, ενώ στο τέλος το πασπαλίζουν με ψιλοκομμένο σκόρδο και μαϊντανό.





Ισπανική Κουζίνα

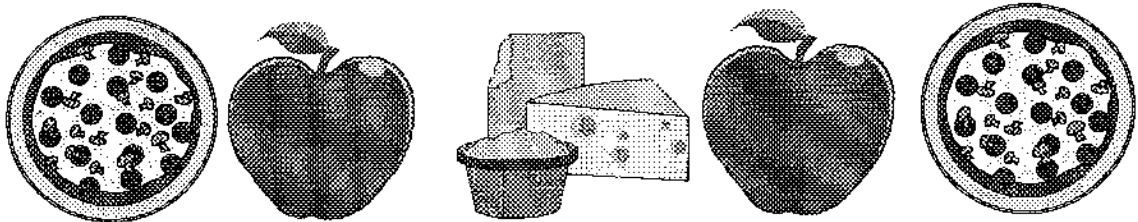
Ελιές, το δέντρο της Χιλιετηρίδας

Στα τοπικά μαγαζιά προσφέρουν τις μικρές, ωοειδείς, γκριζοπράσινες ελιές σε καφέ πήλινα μπολ, σαν τουρσί με μάραθο και φέτες λεμονιού, ως καλωσόρισμα per a risar (για ορεκτικό), συνοδευόμενες από μια κανάτα με κόκκινο χωριάτικο κρασί. Όχι σπάνια προσφέρουν και ra amb oli, ξεροψημένο χωριάτικο ψωμί με ελαιόλαδο και τομάτα. Όσο λιτό και αν φαίνεται αυτό το κολατσιό τόσο ευφορία προκαλεί όχι μόνο στους ντόπιους, αλλά και σε όλους τους επισκέπτες από όλα τα πλάτη και μήκη της γης.

Όταν κατέκτησαν οι Ρωμαίοι τον τόπο, έπρεπε να μεταφέρουν μαζί με τις στρατιωτικές αποσκευές τους πολλά γεύματα και ποτά, που ήταν ιδιαίτερα δημοφιλή κι ακριβά. Αναντικατάστατο παρέμεινε γι' αυτούς κυρίως το λάδι από την ελιά, που το χρησιμοποιούσαν σε κάθε φαγητό. Σε ολόκληρο το νησί δεν υπήρχε όμως ούτε ένα δέντρο που να φέρει αυτούς τους πολυπόθητους καρπούς. Έτσι αναγκάστηκαν να φυτέψουν νέα δέντρα.

Πολλά από τα οζώδη απόμαχα ελαιόδεντρα, που μεγαλώνουν στον δρόμο προς το Soller ή στα μικρά ξέφωτα στα βραχώδη βόρεια παράκτια, λένε οι ντόπιοι, ότι προέρχονται από τους παλιούς Ρωμαίους. Αυτό ίσως θεωρηθεί θρύλος.

Στη θέα όμως αυτών των περίπλοκων και μπερδεμένων κλαδιών που θυμίζουν αλλόκοτα μυθικά πλάσματα, σε όλα τα πράσινα φύλλα των οποίων και σήμερα ωριμάζουν καρποί, μπορεί να παρηγορηθεί κανείς καταλήγοντας, ότι στους κορμούς τους έχει χαραχτεί η ιστορία μιας χιλιετηρίδας σχεδόν. Αυτά, τα γεμάτα μεγαλείο, δέντρα δεν θυμίζουν σχεδόν τίποτα τις ημέρες φυτείας ελαιοδέντρων της Ανδαλουσίας, αφού έχουν καλλιεργηθεί κατά το ήμισυ σχεδόν όπως και τα ξαδέλφια τους στη στεριά. Για να ενισχυθεί η ικανότητα της αντίστασης τους στους βόρειους ανέμους και η επάρκειά τους εξαιτίας του βραχώδους και άνυδρου εδάφους τους, μπόλιαζαν οι χωρικοί ήμερα καλλιεργήσιμα δέντρα στις ρίζες των άγριων ελαιοδέντρων. Δίνουν τέτοιους καρπούς που δύσκολα βρίσκει κανείς σε ολόκληρη τη Μεσόγειο. Μικρές ελαφρώς πικρές ελιές με πικάντικη γεύση. Το Νοέμβριο ως το Δεκέμβριο μαζεύονται





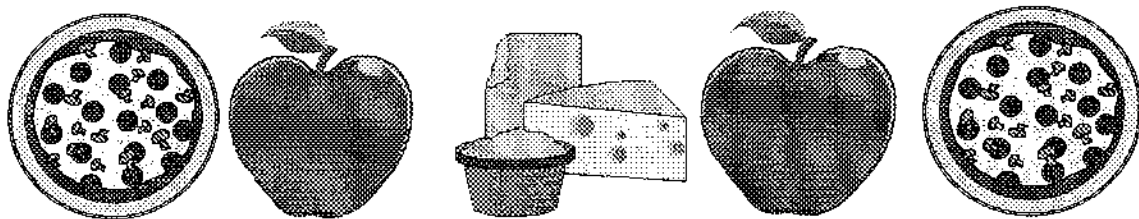
Ισπανική Κουζίνα

με το χέρι. Αυτή την εικόνα την βλέπει κανείς κυρίως τις Κυριακές, αφού πολλοί Ισπανοί ασχολούνται με τη γεωργία μόνο ως χόμπι, ενώ την υπόλοιπη εβδομάδα διεξάγουν μια περισσότερο προσοδοφόρα ασχολία, ίσως τουριστικά επαγγέλματα. Στο σπίτι, τοποθετούν αυτούς τους ακόμα πράσινους, άγουρους καρπούς για έναν ολόκληρο χρόνο στην άρμη, στην οποία προσθέτουν ζύδι, μαραθο, δαφνόφυλλα, φέτες λεμονιού ή φύλλα καθώς και καυτερά Pimentos (κόκκοι τσίλι). Με τον τρόπο αυτό χάνουν τις πικρές ουσίες τους και γίνονται πιο νόστιμες. Αν για μια νοικοκυρά αυτή η ετοιμασία είναι πολύ χρονοβόρα, τότε σπάζει τους καρπούς με ένα γουδοχέρι και φτιάχνει τουρσί αυτές τις ελιές. Αυτό έχει ένα μεγάλο πλεονέκτημα, το αργότερο σε έξι μήνες μπορούν να καταναλωθούν. Στις μαύρες ώριμες ελιές προσθέτουν στο τουρσί και σκόρδο. Αυτές είναι πιο ήμερες από εκείνες του πράσινου είδους και ενδείκνυνται για κατανάλωση μετά από ένα τρίμηνο.

Το ελαιόλαδο δεν παίζει στην Ισπανία το βασικότερο ρόλο όπως στην Ιταλία και στη Νότια Γαλλία. Έχει εδώ έναν ανταγωνιστή που δεν πρέπει να υποτιμάται, το χοιρινό λίπος, το οποίο χρησιμοποιείται κατά κανόνα στα ψητά και στα τηγανητά, γνήσιο ή αναμειγμένο με λάδι. Η προτίμηση πάντως για τις ελιές τουρσί έχει μείνει η ίδια καθώς και για το *Ra amb oli* - προφέρεται *Ramboli*- το οποίο έμαθαν να εκτιμούν οι επισκέπτες. Τα υλικά για την ετοιμασία του τα έχει κάθε Ισπανίδα νοικοκυρά στο σπίτι, για να κεράσει τον απροσδόκητο επισκέπτη. Από την αποθήκη τροφών φέρνει τότε ένα μάτσο κιτρινωπές, με χοντρή φλούδα και πολύ καρπό ντομάτες, τις *tomatigues des' anellet*. Κρεμασμένες στα κλαδιά τους διατηρούνται όλο το χειμώνα.

Οι κίτρινες ντομάτες που φυλάσσονται ειδικά για το *ra amb oli*, κόβονται και οι ζουμερές φέτες τους τοποθετούνται πάνω σε μια φέτα ξεροψημένου ψωμιού, *ra torrat* με ελαιόλαδο. Είτε έτσι, είτε σερβιρισμένες με χωριάτικο ζαμπόν, είναι πολύ νόστιμες. Εντονότερη και πιο εκλεπτυσμένη γεύση, αλλά με λίγο πιο κοπιαστική ετοιμασία, έχει η παραλλαγή της επάλειψης του ψωμιού με μους ντομάτας.

Το μους παρασκευάζεται από 4 ώριμες, καθαρισμένες και ψιλοκομμένες ντομάτες, 2 ψιλοκομμένες καυτερές πιπεριές και 4 λειωμένες σκελίδες σκόρδου, τα





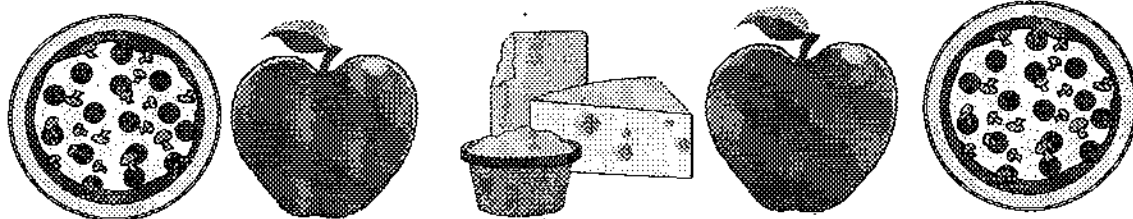
Ισπανική Κουζίνα

οποία βράζονται μέχρι ο χυλός να γίνει παχύρρευστος. Το αλάτι προστίθεται κατά βούληση. Αντί για πιπεριά και σκόρδο, η Ισπανίδα βάζει συνήθως μια κουταλιά της σούπας κάπαρη και μια κουταλιά της σούπας κοπανισμένες στο γουδί μαύρες ή πράσινες ελιές και νοστιμίζει το μους με ξύδι, αλάτι και πιπέρι, πριν το αλείψει στο λαδωμένο ψωμί! Η εκλεπτυσμένη απλότητα τέτοιων γευμάτων ανήκει στα νοστιμότερα μυστικά της Ισπανικής κουζίνας.

Οι αμυγδαλιές των Μαυριτανών

Από το τέλος κιάλας του Ιανουαρίου μια τεράστια θάλασσα ανθέων δηλώνει την άφιξη της άνοιξης. Ολόκληρο το μήνα Φεβρουάριο τρυφερά άσπρα ή ανοιχτού ροζ χρώματος άνθη των αμυγδαλιών καθορίζουν την εικόνα του τοπίου, κυρίως στην μεγάλη πεδιάδα της Es Pla με τις προστατευόμενες από τον άνεμο κοιλάδες τις ανάμεσα στις σειρές των λόφων και τους ηλιόλουστους εξώστες στις πλαγιές τους.

Αυτή η "αύρα της ωριμότητας" που περιβάλλει τις χωρίς φύλλα ακόμα έξι εκατομμύρια αμυγδαλιές, δεν είναι ο πρώτος αγγελιοφόρος της άνοιξης. Μέσα στη μεγαλοπρέπεια που θυμίζει ακόμα το δώρο των Μαυριτανών, οι οποίοι έφεραν πριν χίλια χρόνια τις πρώτες αμυγδαλιές στην Ισπανία. Η αμυγδαλιά έκανε πλούσιους τους αγρότες. Η υπέροχη μυρωδιά που υπάρχει στις κουζίνες και στα ζαχαροπλαστεία, ενώ βρίσκεται στο επίκεντρο όλων σχεδόν των εορτών του έτους και καθορίζει την καθημερινότητα. Έτσι όταν αλλάζει ο χρόνος, φέρνουν στο τραπέζι Escaldums ένα γεύμα κοτόπουλου κατσαρόλας με κοπανισμένα αμύγδαλα. Η σάλτσα αμυγδάλου κολακεύει τα γεύματα ψαριών της νησιώτικης περιόδου, ενώ το παγωτό αμυγδάλου δροσίζει τις καυτές μέρες του καλοκαιριού. Στη γιορτή των αγίων Πάντων γεύονται μικροί και μεγάλοι τα Panellets amb Pinyons, μπισκότα αμυγδάλου με κουκουνάρι και τα Χριστούγεννα το indiot de madal, τη χριστουγεννιάτικη γαλοπούλα, που τη γεμίζουν συχνά με άφθονο αμύγδαλωτό. Αυτή την εποχή στις οικογένειες που διατηρούν την παράδοση, οι γυναίκες καταπιάνονται με τη χρονοβόρα διαδικασία της ετοιμασίας γάλακτος από αμύγδαλο, το οποίο προσφέρεται μαζί με το γλυκό. Στο πανηγύρι της κομόπολης





Ισπανική Κουζίνα

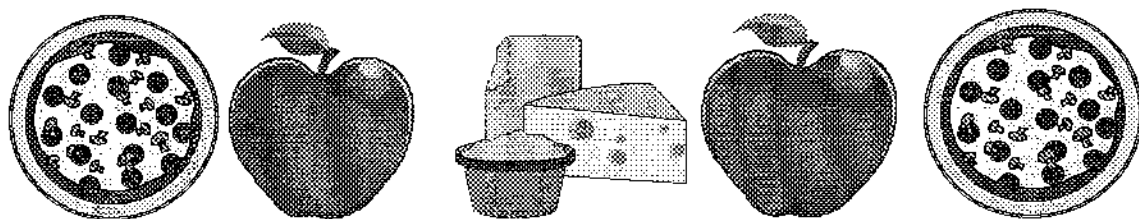
Santa Maria del Cami στο τέλος Απριλίου μπορεί να κανείς να δοκιμάσει τα *Het d' ametlla*. Το γλυκό αμυγδάλου, *gato*, επίσης τρώγεται όλο το χρόνο ως νόστιμο επιδόρπιο.

Ας πάμε όμως από την κουζίνα πίσω στα δέντρα. Ανθίζουν, μέχρι να φυσήξει ένας βόρειος άνεμος και να διασκορπιστεί τα μεγαλόπρεπα άνθη καθώς και να σκεπάσει το κόκκινο του εδάφους με τρυφερό χιόνι. Προς το τέλος του καλοκαιριού οι αγρότες απλώνουν κάτω από τα κλαδιά τα παμπάλαια πράσινα δίχτυα τους και χτυπούν με ραβδιά τους καρπούς, οι οποίοι κρέμονται χαλαρά τώρα στα δέντρα.

Μεγάλες καρυοθραυστικές μηχανές, χωρίζουν το κέλυφος από τον καρπό, ο οποίος οδεύει ανάλογα με το είδος και την ποιότητα στις κουζίνες, στα εργοστάσια αμυγδαλωτών ή μαντολάτων ή όπως στα πικραμύδαλα, στην παρασκευή φαρμάκων και αρωμάτων. Τα πικραμύδαλα προέρχονται εξάλλου από νεαρά δέντρα που βρίσκονται στη φυσική τους μορφή και δεν έχουν υποστεί αλλαγές με επιστημονικές μεθόδους. Το λάδι τους περιέχει δηλητηριώδες πρωσικό οξύ και η λήψη ελάχιστων μόνο καρπών μπορεί να είναι θανατηφόρα. Τα εξευγενισμένα δέντρα φέρουν γλυκά αμύδαλα και οι καρποί τους περιβάλλονται από σκληρό κέλυφος σε αντίθεση με τα άλλα των οποίων οι καρποί τους αφαιρούνται εύκολα. Αυτά χρησιμοποιούνται κυρίως από τη βιομηχανία γλυκισμάτων.

Τη μεγάλη του σημασία στη στατιστική των εξαγωγών έδειξε το αμύδαλο στο τέλος μόλις του τελευταίου αιώνα, όταν τα αμπέλια μολύνθηκαν από τη φυλλοξέρα και το εμπόριο του κρασιού, που μέχρι τότε ήταν η κύρια πηγή εσόδων του τόπου εξαντλήθηκε μέσα σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα.

Το περίβλημα των αμυγδάλων, που μετά τη συγκομιδή στοιβάζονται σε τεράστιους σωρούς, προσφέρουν ζεστασιά στους κατοίκους τις παγωμένες μέρες του φθινοπώρου και του χειμώνα. Όποιος περιπλανηθεί εκεί αυτή την εποχή στα ήσυχα δρομάκια των χωριών πίσω από τα ξενοδοχειακά συγκροτήματα της παραλίας, μπορεί να δει και σήμερα ακόμα αργά το απόγευμα γυναίκες να βγαίνουν από τα σπίτια τους κρατώντας μπρούτζινα τηγάνια με μακριές λαβές. Από τα καλάκια τους με τις τρύπες,





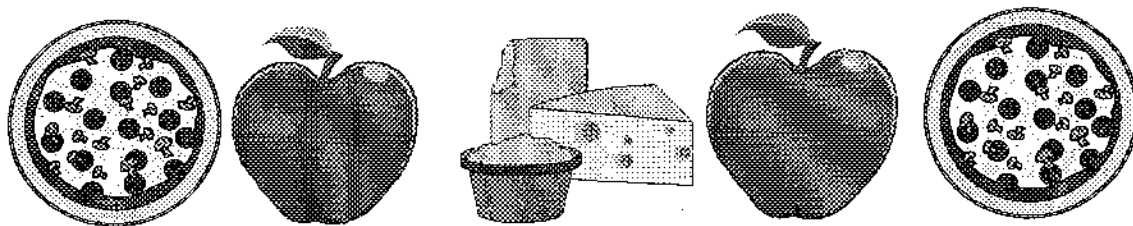
Ισπανική Κουζίνα

βγαίνει καπνός, αφού στο τηγάνι καίγονται περιβλήματα αμυγδάλων. Υπομονετικά περιμένουν κατόπιν οι γυναίκες μέχρι το ρεύμα του αέρα να βοηθήσει ώστε ο μικρός αυτός καιγόμενος σωρός να δημιουργήσει άνθρακα, ενώ καμιά φορά βοηθούν και οι ίδιες κάνοντας αέρα με ένα φτερό από φοίνικα. Στη συνέχεια το τηγάνι, το *braser*, τοποθετείται σε ένα δακτύλιο κάτω από το τραπέζι, του οποίου το χοντρό τραπεζομάντιλο φτάνει μέχρι το πάτωμα και συγκεντρώνει την ευχάριστη ζεστασιά για όλα τα μέλη της οικογένεια. Τα μικρά χωριάτικα μπαράκια έχουν ακόμα τα παλιά σιδερένια συμπάκια, που ζεσταίνονται με τη θράκα από το περίβλημα των αμυγδάλων και στα οποία οι πελάτες μπορούν να ζεστάνουν τα χέρια τους. Και τον ηλεκτρισμό ακόμα εφεύρε ένας επινοητικός Ελβετός πολιτικός μηχανικός σε μια παλιά, ζεσταινόμενη από περίβλημα αμυγδάλων γεννήτρια. Σήμερα ζεσταίνουν τα *brasers* με τις θερμαντικές αντιστάσεις τα πόδια των χωρικών κάτω από το τραπεζομάντιλο μέχρι την ώρα του ύπνου, ενώ τα παιδιά ευχαρίστως ακούνε να τους διηγούνται παλιά παραμύθια με αμύγδαλα και νεράιδες, τα οποία τελείωναν όπως όλα τα παραμύθια της Ισπανίας "και κάθισαν και έφαγαν ψητά αμύγδαλα."

Terra d' olles. Η μαγεία του κόκκινου πηλού.

Από την εποχή των Ρωμαίων είναι αναντικατάστατα στην εφαρμογή όλων των νόστιμων γευμάτων που μαγειρεύονται, ψήνονται, βράζονται και τηγανίζονται, τα πήλινα αγγεία της κουζίνας. Αυτά τα κοκκινοκαφέ κοιλοειδή ή ρηχά σκεύη και φόρμες που μόνο εσωτερικά έχουν λειανθεί, δεν μπόρεσαν να εκτοπιστούν ούτε και από τα χύτρα ταχύτητας ή το τηγάνι από τεφλόν.

Απλώνονται πλατιά στα ράφια των σούπερ μάρκετ -μια αρχαϊκή σχεδόν συλλογή ανάμεσα στα υπόλοιπα κουζινικά είδη που λάμπουν από χρώμιο. Ακόμα και στις υπαίθριες αγορές υπάρχουν, όπως για παράδειγμα στο Αιγα. Εδώ ελέγχονται και ψηλαφίζονται από νοικοκυρές, διότι έχουν κάποια αδυναμία δεν κρατούν αιωνίως. Όμως γι' αυτόν τον λόγο είναι και φθηνά. Μερικά ψήνονται ακόμα στους παλιούς *fogons potos*, τους μαυριτάνικους φούρνους.

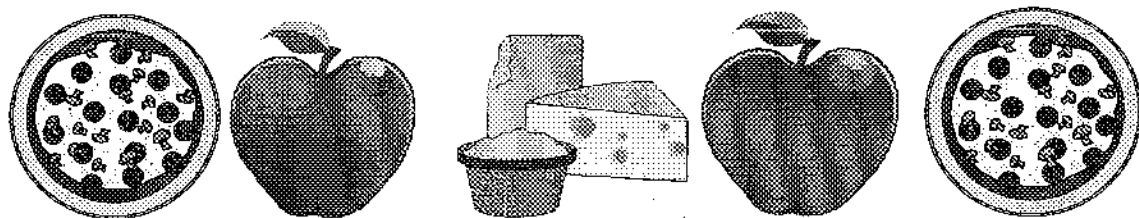




Ισπανική Κουζίνα

Μέχρι το τέλος του περασμένου αιώνα κάθε χωριό είχε το δικό του εργαστήριο αγγειοπλαστικής. Τα περισσότερα ωστόσο υπήρχαν στην Πάλμα, στην Inca, στην Ρόιτολ, στη Santa Eugenia. Στα τελευταία δυο μέρη βρίσκει κανείς πλούσιες παρουσίες της *tera d' olles*, του κόκκινου πηλού. Μόνο από αυτόν κατασκευάζονται κουζινικά σκεύη και πιάτα. Ένα δεύτερο είδος πηλού, ανοιχτού χρώματος που υπάρχει κυρίως στη Villa Franca de Bonany, χρησιμοποιείται για την κατασκευή κανάτων και γλαστρών, αλλά και για κεραμίδια. Τα φίνα κεραμικά σκεύη, που είναι ζωγραφισμένα με διακοσμητικά μπαρόκ, τα *ceramida brodada*, κατασκευάζονται στη Felanitx Ginu Portol και στη Sa Cabaneta.

Όλα τα κουζινικά σκεύη, αναλόγως της μορφής τους, προορίζονται για συγκεκριμένους σκοπούς. Η olla για παράδειγμα με το παχύ κοίλωμα, που υπάρχει σε πολλά μεγέθη από 1/2 λίτρο ως 30 λίτρα σε περιεχόμενο και μεταφέρεται σε τέσσερις αντί για δυο λαβές, ενδείκνυται για σούπες και γεύματα κατσαρόλας, όπως για παράδειγμα το *agros brut*, το ρύζι με τα λαχανικά και τα κομμάτια κρέατος. "Σύμφωνα με το Θεό η olla", λένε στην Ισπανία, πράγμα που λέει πολλά για τη σημασία αυτού του αγγείου. Η ρηχή *greixonera* -προφέρεται γκρεσονέρα- ένα μπολ με κοίλη βάση και με δυο ή τέσσερις μικρές λαβές, χρησιμοποιείται για σουφλέ, πατάτες και μια παχιά σάλτσα τομάτας ή η *sopes mallorquines*, το γεύμα με το μαγειρεμένο λάχανο που αλείφεται πάνω σε λεπτές φέτες μαύρου ψωμιού. Το ψήσιμο και το μαγείρεμα σε εστία υγραερίου ή σε ανοιχτή φωτιά λειτουργεί θαυμάσια στη *greixonera*. Μόνο το ξαφνικό δυνατό ζέσταμα ή η προσθήκη παγωμένου νερού μπορεί να δημιουργήσει ραγίσματα, που καθιστούν το σκεύος άχρηστο. Αρχικά μαγειρεύονται όλα τα υλικά μέσα στο σκεύος και το ψήσιμο του φαγητού τελειώνει στο φούρνο. Όποιος δεν φέρει μαζί του από το ταξίδι στην Ισπανία μια *greixonera*, μπορεί να ετοιμάσει τα Ισπανικά φαγητά σε παρόμοιες φόρμες από αλουμίνιο ή πηλό. Δυστυχώς η *greixonera* δεν είναι κατάλληλη για το ψήσιμο των υλικών στην ηλεκτρική εστία εξ' αιτίας της στρογγυλής βάσης της. Προτείνονται να ψηθούν τα υλικά αρχικά σε ένα τηγάνι από χυτοσίδηρο, στη συνέχεια





Ισπανική Κουζίνα

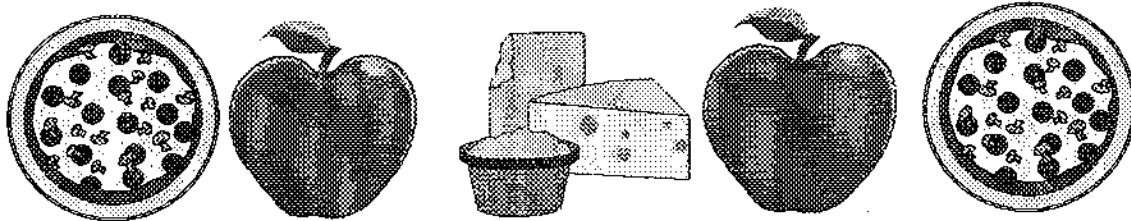
να τοποθετηθούν σε μια greixonera ή μια άλλη παρόμοια φόρμα και τελικά να τοποθετηθεί στο φούρνο. Το αποτέλεσμα πάντα εκπλήττει!

Τρίτος εκπρόσωπος στην οικογένεια των πήλινων σκευών είναι το molto. Χρησιμοποιείται ως φόρμα φούρνου, για παράδειγμα την Ισπανική τυρόπιτα, τη grossat, που ψήνεται σε ατομικά φορμάκια ή σε αυτή τη μεγάλη επίπεδη φόρμα.

Στη συνέχεια σημαντική στη συλλογή Ισπανικών κουζινικών σκευών είναι η caldera, μια μεγάλη σιδερένια κατσαρόλα σούπας, που χρησιμοποιείται κυρίως στη γιορτή των σφαγείων, σε μεγάλα τραπέζια. Βρίσκεται κρεμασμένη σ' ένα γάντζο πάνω από την εστία της φωτιάς. Συχνή χρήση βρίσκει η ilauna, η λαμαρίνα φούρνου, πάνω στην οποία ψήνονται στο φούρνο τα πολύ αγαπητά codues. Σε πολλές αγροικίες, κυρίως το χειμώνα, χρησιμοποιούν τις ανοιχτές φωτιές. Στέκονται στη μέση κάτω από τη μεγάλη "καμινάδα", που απλώνεται προς τα κάτω σαν ένα είδος σπηλιάς. Σε αυτόν τον φούρνο μέσα στον οποίο μπορεί κανείς να περπατήσει υπάρχουν καθίσματα και

έτσι το χειμώνα γίνεται ένα άνετο ζεστό σημείο συνάντησης. Στην Ισπανική κουζίνα το ψάρι κατέχει τη δεύτερη θέση. Αν και η Ισπανία βρέχεται από θάλασσα, οι κάτοικοι συγκεντρώνονται στη γη τους, που κρύβει άφθονους θησαυρούς, πολύ περισσότερους από τον ποτέ επαρκή πλούτο της θάλασσας, που έχει γίνει ένας ιδιαίτερα αβέβαιος τόπος εδώ και αιώνες από τους πειρατές. Το χοιρινό κυριαρχεί στους καταλόγους των γευμάτων. Αυτός είναι και ο λόγος που το τυρί και τα γαλακτοκομικά προϊόντα δεν παίζουν κάποιο αξιόλογο ρόλο στη χώρα. Το τυρί της Ισπανίας ωχριά σήμερα μπροστά σε αυτό που παράγει το γειτονικό νησί η Μινόρκα και συχνά το τραπέζι αναπληρώνεται από εκείνα. Το βούτυρο οι νοικοκυρές δεν το λογαριάζουν και πολύ, αφού προτιμούν να μαγειρεύουν με λάδι ή λίπος. Όπως μαρτυρούν και οι κατσαρόλες τους, η Ισπανική κουζίνα δεν είναι μια haute cuisine, αλλά μια δυνατή, χωριάτικη υπόθεση. EnSaimada. Ο μόνιμος παρών στο Ισπανικό τραπέζι.

Για έναν Ισπανό η μέρα αρχίζει με μια EnSamaïda. Αυτό είναι ένα ελαφρό είδος κρουασάν στο μέγεθος μικρού πιάτου. Μαζί με αυτό πίνει ένα φλιτζάνι ζεστή σοκολάτα ή ένα café amb llei, έναν καφέ με γάλα. Με το πέραςμα της ημέρας η



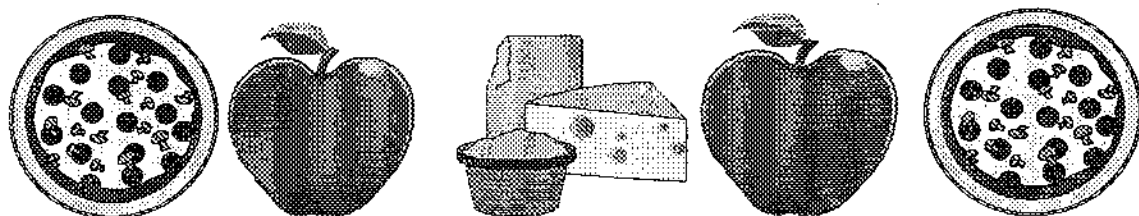


Ισπανική Κουζίνα

Ensaïmada αυξάνει σε μέγεθος. Έτσι το μεσημέρι βρίσκεται ήδη το μέγεθος ενός γλυκού στις βιτρίνες των forns, των φούρνων. Από το εσωτερικό τους βγαίνει μια παχιά κίτρινη κρέμα βανίλια ή το cabell d' angel, το μαλλί των αγγέλων, μια χυμώδης μαρμελάδα από κολοκύθι και μερικές φορές και τα δύο μαζί. Τώρα χωρίζεται σε κομμάτια τούρτας και πωλείται έτσι, αν δεν αγοραστεί ολόκληρη για το σπίτι. Υπάρχει και σε ειδικές συσκευασίες, για να μπορούν οι τουρίστες να το πάρουν μαζί στην πατρίδα τους. Εξάλλου γι' αυτό η Ensaïmada είναι τόσο δημοφιλής ως δώρο ενθύμιο. Σε αυτή την περίπτωση δεν μπορεί να είναι σε μεγάλο μέγεθος και ούτε τόσο αφράτη. Επειδή πολλές φορές δεν επαρκούν, οι επισκέπτες ζητούν και αγοράζουν ολόκληρες κούτες συσκευασμένες με καλλιτεχνία και ασφάλεια.

Η Ensaïmada είναι η βασίλισσα των αρτοποιειών η βασίλισσα των γλυκών της Ισπανίας, μια σπεσιαλιτέ που υπάρχει μόνο εδώ. Οι απομιμήσεις της ποτέ δεν φτάνουν την εξαιρετική ποιότητά της, αυτό το παραδέχονται και οι ίδιοι οι Ισπανοί. Οι ειδήμονες ισχυρίζονται, ότι τη νοστιμιά της επηρεάζει και το κλίμα ή το νερό, το οποίο μέσα από τις υπόγειες διακλαδώσεις των Πυρηναίων κάτω από το βυθό της θάλασσας, βρίσκει το δρόμο του στα βασικά στρώματα νερού των Βαλεαριάδων. Είτε κλίμα είτε νερό, η ουσία είναι, ότι για την επιτυχία αυτού του γλυκού συμβάλλουν και η τέχνη των αρτοποιειών καθώς και η εκλεπτυσμένη ικανότητά τους. Και μέχρι σήμερα η Ensaïmada αντιστάθηκε επιτυχώς στην επίδραση της τεχνολογίας.

Από τη μορφή που δίνουν στη ζύμη, σαλιγκάρι ή τουρμπάνι, οι ιστορικοί του πολιτισμού κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι Μαυριτανοί έφεραν την Ensaïmada στην Ισπανία. Αυτή τη θέση έρχεται να αντικρούσει όμως το χοιρινό λίπος, το saïm, από το οποίο η Ensaïmada πήρε το όνομά της και το οποίο χαράζεται πάνω στη ζύμη πριν από το ψήσιμο. Το λίπος από το ζώο το οποίο οι Μαυριτανοί θεωρούν ακάθαρτο, σίγουρα δεν ανήκει στη δική τους συνταγή. Η μήπως το λίπος προστέθηκε αργότερα μετά την αποχώρησή τους; Με τον καιρό οι αρτοποιοί και οι ζαχαροπλάστες εφεύραν συνεχώς και άλλες εκλεπτυσμένες παραλλαγές για την Ensaïmada. Έτσι δε γεμίζεται τώρα μόνο με μαρμελάδα από κολοκύθι, κρέμα ή σαντιγί, αλλά αλείφεται με παχιά κρέμα και





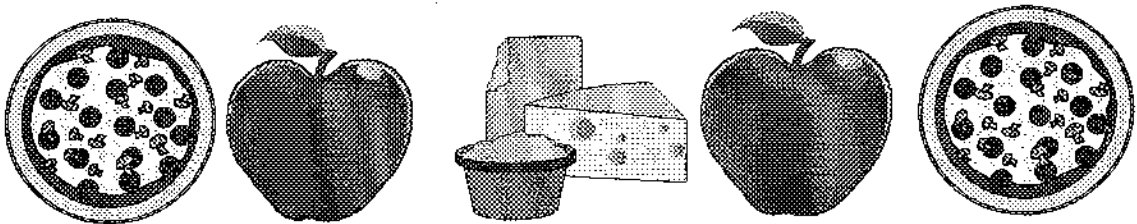
Ισπανική Κουζίνα

περιχύνεται με σιρόπι ζάχαρης. Ένα πυρακτωμένο σίδηρο μεταμορφώνεται σε σιρόπι, βγάζοντας σύννεφα καπνού, γρήγορα σε νόστιμη καφέ καραμέλα, η οποία μοιράζεται πάνω στην κρέμα. Μια εξωτική παραλλαγή αποτελεί η Ensaimada Ioca η "τρελή" Ensaimada, η οποία επιστρώνεται με λουκάνικο και πάπρικα, το Sobrassada, και κατόπιν πασπαλίζεται με ζάχαρη άχνη. Η προτίμηση να συνδυάζουν αλμυρό με γλυκό, λέγεται ότι προέρχεται από την κληρονομιά των Μαυριτανών. Το ίδιο και η ιδέα, να ψήνουν το αγαπημένο τους λουκάνικο Sobrassada και μετά να το περιχύνουν με μέλι. Θα πρέπει να έχει κανείς κουράγιο για να δοκιμάσει μια φορά αυτή τη μοναδική παραλλαγή. Τουλάχιστον θα σας μεταδώσει μια νέα γευστική εμπειρία.

Ιδιαίτερα υπερήφανοι είναι οι αρτοποιοί για το δοξασμένο παρελθόν των φούρνων τους και για τα forns τους. Στη δημιουργία τους λέγεται, ότι συμμετείχαν επίσης οι Μαυριτανοί ή μήπως νωρίτερα οι Ρωμαίοι, Αφού και οι πέτρινοι φούρνοι στη μορφή κυμαλών ονομαζόνταν στους αρχαίους Ρωμαίους fornus.

Πάντως αυτοί οι φούρνοι ανήκουν και σήμερα στην απογραφή πολλών χωριών. Σε μερικά μέρη ζεσταίνουν τους φούρνους, όπως έκαναν και στα παλιά χρόνια με τους Forns de Menya, με ξύλα από δρυ ή άλλα παραδοσιακά ξύλα του τόπου. Αυτή η αρωματική καύσιμη ύλη συμβάλλει στην ιδιαίτερη γεύση των αρτοσκευασμάτων. Εδώ δεν ανήκουν φυσικά μόνο οι Ensaimades αλλά και πολλές άλλες λιχουδιές, όπως η αμυγδαλόπιτα και η τυρόπιτα, η coca gois, θαυμάσιες γεμιστές σφολιάτες, καθώς και του ανοιχτού ή σκούρου χρώματος ψωμί από σιτάρι και κυρίως οι codues, τα λεπτά γλυκά ταψιού, που επιστρώνονται με διάφορα λαχανικά ή άλλα υλικά. Τρώγονται ζεστά ή κρύα. Το καλύτερο είναι να τα δοκιμάσετε όλα μια φορά. Υπάρχει επίσης και η coca de venduga, η σφολιάτα λαχανικών με σέσκουλο ή σπανάκι, κρεμμυδάκια, μαιντανό και σκόρδο. Επιστρωμένη με μικρά ψάρια γίνεται η coca amb Pinxes, coca με σαρδέλες.

Χυμώδης κόκκινη και λίγο γλυκιά προσφέρεται η coca de Pimientos με λωρίδες πιπεριάς και φέτες τομάτας. Ιδιαίτερα πικάντικη είναι η coca de trempo, η coca σαλάτας, με πιπεριά, τομάτες, λωρίδες σαλάτας και πράσινα κρεμμυδάκια, όλα





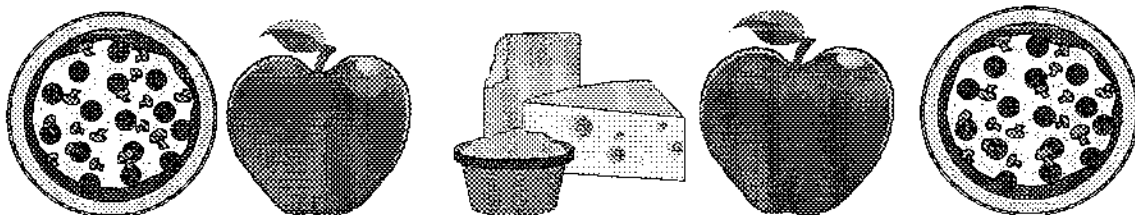
Ισπανική Κουζίνα

αλειμμένα με ελαιόλαδο πριν το ψήσιμο. Τον Οκτώβριο βρίσκει κανείς σε αυτή τη coca σαλάτας μια πρόσθετη νοστιμιά, τα eclatasangs, πορτοκαλί-πράσινα μανιτάρια.

Όταν βρέχει πετάγονται από το έδαφος του δάσους, δυστυχώς όμως τόσο σπάνια, που μπορούν αν βρεθούν συνήθως μόνο σε σπιτικές coca. Η ιστορία των αρτοποιειών της πόλης μας πηγαίνει πίσω στο έτος 1348, όταν χτίστηκε κοντά στην εκκλησία Santa Eulalia ο πρώτος φούρνος. Στο χώρο του μουσείο Sa Granja, σε μια κοιλάδα κοντά στο Esporles μπορεί κανείς να παρακολουθήσει πως φτιάχνονται τα διάφορα codues, στα οποία επιτρέπεται η δοκιμή. Μπορεί επίσης να πληροφορηθεί κανείς πολλά πράγματα για την παράδοση της τέχνης των αρτοποιιών, που ενώθηκε σε συντεχνία τον 13ο αιώνα. Τα μέλη της παρασκεύαζαν ψωμί, παξιμάδια, γλυκά και πίτες. Επέλεξαν για προστάτη τους τον άγιο Martial, που αύξησε με θαυματουργό τρόπο τα ψωμιά και τα ψάρια. Τώρα δεν χρειάζεται να ελπίζει κανείς σε ένα θαύμα, αν θέλει να μιμηθεί μόνος του την ετοιμασία ενός από τα νόστιμα codues. Ωστόσο πιο εύκολα ετοιμάζεται μια EnSaïmada.

Soller. Η εύκρατη κοιλάδα των πορτοκαλιών

Τα πορτοκάλια και τα λεμόνια, εδώ και αιώνες θεωρούνται στις υγρές και παγωμένες περιοχές της Ευρώπης ως σύμβολο του ηλιόλουστου νότου. Χαρακτηριστική είναι η νοσταλγία του παλιού μυστικού συμβούλου της Βαϊμάρης, Γκαίτε για τη χώρα που ανθίζουν οι λεμονιές. Τα καλύτερα εσπεριδοειδή, λένε οι καλοφαγάδες, ότι είναι αυτά από το Soller, που βρίσκεται στη βόρεια ακτή της Μαγιόρκας. Είναι τα καλύτερα όλης της Ισπανίας, αυτό το λένε και οι ίδιοι οι ντόπιοι, και αυτό δεν καθόλου υπερβολή, αφού εδώ ευδοκιμούν τα λεμόνια και τα πορτοκάλια σε μια προστατευμένη από βουνά, ηλιόλουστη κοιλάδα. Το Soller, που προέρχεται από το αραβικό suliaḡ, σημαίνει κοχύλι του ήλιου, χρυσή κοιλάδα. Μια ιδιαίτερη εμπειρία γοητεύει την Άνοιξη τους επισκέπτες, όταν την εποχή της συγκομιδής κρέμονται οι τελευταίοι καρποί και τα πρώτα ευωδιαστά άνθη στο ίδιο δέντρο. Με το αυτοκίνητο ο δρόμος με τις ατελείωτες στροφές οδηγεί στην κοιλάδα των πορτοκαλιών.

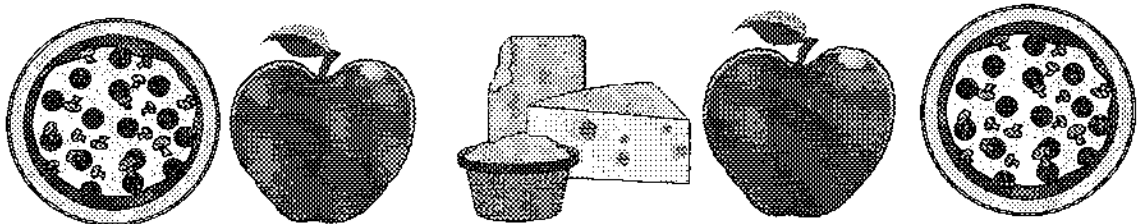




Ισπανική Κουζίνα

Λιγότερο εκνευριστική αν όχι και αναγκαστικά πιο άνετη είναι η διαδρομή με το "κόκκινο βέλος", το Ferrocarril de Soller, ένα τρένο, που ενώνει την πρωτεύουσα Πάλμα με το Soller. Αυτό το γοητευτικό τρένο old timer του 1912, περνάει μέσα σε μια διαδρομή σχεδόν μιας ώρας από την Serra d' Alfadia, διασχίζοντας αρκετά τούνελ και ανοίγοντας συνεχώς νέους ορίζοντες. Ένα επίσης παλιό τραμ μεταφέρει τους ταξιδιώτες από το Soller στο μόλις λίγων χιλιομέτρων απομακρυσμένο λιμάνι του Port de Soller. Όπως σε πολλές άλλες παραθαλάσσιες πόλεις, έτσι και οι κάτοικοι του Soller ίδρυσαν μια δεύτερη πόλη προς το εσωτερικό της χώρας, όταν οι επιδρομές των πειρατών άνηκαν στο καθημερινό πρόγραμμα, που θα τους πρόσφερε μεγαλύτερη ασφάλεια από αυτούς τους ληστές. Η πόλη και το λιμάνι Soller αποδείχτηκαν από νωρίς τα επιτεύγματα της τεχνολογίας του αιώνα. Απέκτησαν για σύγχρονη επικοινωνία ένα δικό τους τραμ, κάτι μοναδικό που δεν μπορεί να θαυμάσει κανείς σε καμιά άλλη παραλιακή πόλη.

Το πως έφτασαν τα πρώτα δέντρα εσπεριδοειδών στη vall dels taronges, την κοιλάδα με τα πορτοκάλια, εικάζεται μόνο. Πάντως Πορτογάλοι κατακτητές γνώρισαν ήδη από το 16ο αιώνα στα εξερευνητικά τους ταξίδια, στην Κίνα και στην Ινδία, αυτά τα φρούτα. Έφεραν από εκεί στην πατρίδα τους, στο νότιο τμήμα της Ιβηρικής χερσονήσου, δενδρύλλια και σπόρια. Από εδώ εξαπλώθηκαν μάλλον γρήγορα σε όλο το Μεσογειακό χώρο. Οι φυτείες Soller, λέγεται, ότι υπάρχουν εδώ και πολύ καιρό. Αρχικά εξυπηρετούσαν μόνο τις δικές τους ανάγκες, αφού ήταν ιδιαίτερα δύσκολο να μεταφέρουν αυτά τα χυμώδη φρούτα με βόδια μέσα από τα δύσβατα ορεινά δρομάκια στην Ciutat, στην πρωτεύουσα Πάλμα. Μόνο όταν τον 19ο αιώνα σταμάτησαν οι επιδρομές των κουρσάρων, που για πολλούς αιώνες είχαν κάνει την ακτή ανασφαλή και η οποία είχε ερημώσει από τον πληθυσμό, τόλμησαν οι ψαράδες της Soller την εξαγωγή. Οργάνωσαν μια εμπορική εταιρία για την εξαγωγή φρούτων προς τη Γαλλία. Οι νεαροί κάτοικοι πουλούσαν στην αρχή από καρότσια, αλλά σύντομα από δικά τους οπωροπωλεία. Τα πορτοκάλια και τα λεμόνια του Soller βρήκαν τέτοια απήχηση που γρήγορα εξαπλώθηκε ένα εμπορικό δίκτυο μέχρι το Βέλγιο, την Αγγλία, την Πολωνία





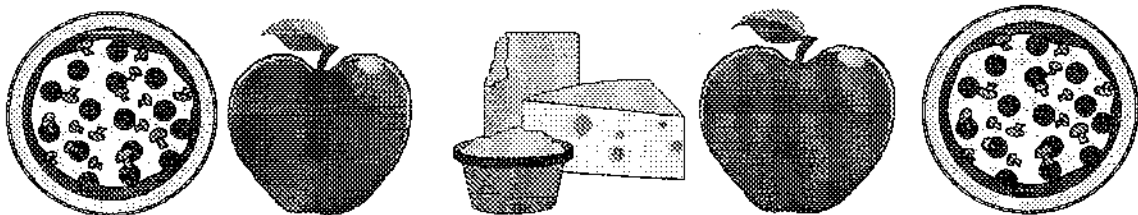
Ισπανική Κουζίνα

και τη Γερμανία. Με το όνομα "Ισπανικό κατάστημα" αυτά τα καταστήματα έγιναν διάσημα. Μερικά που ξεκίνησαν από τις εμπορικές πρωτοβουλίες των ψαράδων του Sollet, υπάρχουν και σήμερα σε πολλές ευρωπαϊκές μεγαλουπόλεις. Εκτός από τα εσπεριδοειδή εξήγαγαν τότε και σύκα, τα οποία επέφεραν αρκετά κέρδη. Εν τω μεταξύ με την αύξηση του τουριστικού ρεύματος οι ανάγκες αυξήθηκαν τόσο πολύ, που η συγκομιδή σχεδόν δεν επαρκεί για τους ντόπιους. Την ευημερία της πόλης Sollet μαρτυρούν τα πολλά αναπαλαιωμένα σπίτια με τη διακόσμηση των φοινίκων στα patios και τα ανήσυχα σιντριβάνια. Όποιος θέλει να βιώσει την ομορφιά των φυτειών των πορτοκαλιών και των λεμονιών, εγκαταλείπει την μικρή πόλη και πηγαίνει με το αυτοκίνητο ή καλύτερα με τα πόδια βαθύτερα στην κοιλάδα, μέχρι εκεί που τα δέντρα πλησιάζουν όλο και περισσότερο μεταξύ τους. Σε αυτό το μέρος κείται το παλιό χωριό Formalutx με τα πολλά δρομάκια, το τραχύ του πλακόστρωτο και την πολλή γραφικότητα. Από τον εξώστη ενός μικρού εστιατορίου στην άκρη της πόλης μπορεί να απολαύσει κανείς μια υπέροχη θέα ολόκληρης της κοιλάδας των πορτοκαλιών μέχρι το Sollet, να δροσιστεί αν θέλει με ένα παγωτό πορτοκάλι και δοκιμάσει οπωσδήποτε τη νόστιμη λεμονόπιτα.

Απολαύσεις του βοθού!!

Ψάρι και θαλασσινά σε μεγάλη ποικιλία.

Ιππόγλωσ τυλιγμένο σε λάχανο, anfos amb col, γαρίδες με κοτόπουλο. Pollastei gambes- τέτοια εξωτικά γεύματα ψαριών μπορούν μόνο οι Ισπανοί να επινοήσουν. Η όχι και τόσο στενή σχέση των Βαλεαρίδων με τη θάλασσα φτάνει και μέχρι την κατσαρόλα. Ψάρι και λαχανικά προτιμώνται πάντα. Στην υπαγόρευση αυτή πρέπει να υποταχθούν και τα πιο πικάντικα θαλασσινά. Ακόμα και η νοστιμότερη караβίδα δε σερβίρεται μόνη της, αλλά περιέχεται στο anfos amb llagosta, στο ρύζι με караβίδα, ένα χαρακτηριστικό χωριάτικο γεύμα. Το ρύζι επιτρέπεται όμως να μαγειρευτεί σε ζωμό караβιδας, στον οποίο προσθέτουν και τα πόδια αυτού του οστρακόδερμου. Την



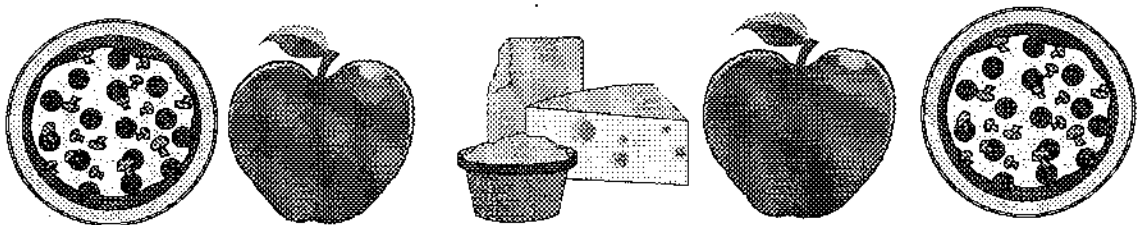


Ισπανική Κουζίνα

αναντικατάστατη γεύση του λαμβάνει αυτό το γεύμα όμως με την προσθήκη της ιδιαίτερα αγαπητής Sobrassada, του πολύ καυτερού χωριάτικου λουκάνικου. Αυτό με το πρώτο βλέμμα φαίνεται σαν ανάρμοστος γάμος, αποκαλύπτεται ως νόστιμη σπεςιαλιτέ. Οι απαιτητικοί καλοφαγάδες που προτιμούν την καραβίδα χωρίς παραπλανητικά πρόσθετα υλικά και ανέχονται μόνο το καυτό βούτυρο ή σπιτική μαγιονέζα, οδηγούνται εδώ σε μαγειρικές παρεκτροπές. Όπως και σε όλα σχεδόν τα μέρη της Μεσογείου οι ψαροταβέρνες κοντά στο λιμάνι ανήκουν στις καλύτερες διευθύνσεις.

Η ποικιλία που περιέχει τόνο, διάφορα είδη πέρκας, λευκίσκους και βακαλάους, μπαρμπούνια και bonitols -μικροί τόνοι με ρίγες- υπόγλους, γαλέους, σαρδέλες, καβούρια και όλα τα είδη των οστρακοειδών. Όλα αυτά μπορεί κανείς να τα δοκιμάσει στα εστιατόρια που σερβίρουν ψάρι. Μαζί με το ψάρι στη σχάρα, σερβίρεται και μια hoggida, μια παράξενη σάλτσα, για την οποία υπάρχουν διάφορες συνταγές με διαφορετικά υλικά. Μαζί προσφέρεται και χωριάτικο ψωμί. Μια παραλλαγή της hoggida, που φτιάχνεται εύκολα στο σπίτι, φτιάχνεται από κάπαρη και το ζωμό της από το βαζάκι, μια βραστή πατάτα, δυο κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο, μερικούς κόκκους πιπέρι, ένα δέκατο του λίτρου γάλα και ψιλοκομμένο μάραθο, τα οποία ανακατεύονται όλα μαζί μέχρι να γίνουν μαρινάδα. Μια γλυκιά hoggida γίνεται από ψημένα φρέσκα κρεμμυδάκια και μαϊντανό, σκόρδο, κουκουνάρι, σταφίδες και ελαιόλαδο. Όλα αυτά τα υλικά ψιλοκόβονται ή κοπανιούνται στο γουδί. Στο τέλος προστίθεται και τριμμένη φλούδα ενός λεμονιού. Τέτοιες σάλτσες γίνονται εύκολα και προσδίδουν στο ψητό ή στο τηγανητό ψάρι μια ασυνήθιστη.

Την παλιά αφθονία ψαριών των νοτιών θαλασσών μπορείτε να τη δείτε σε μια επίσκεψη των ψαραγορών. Εδώ υπάρχουν τα θαλασσινά μέσα στη μεγαλοπρέπεια και τη μοναδικότητά τους, τα μύδια με τα παράξενα σχήματά τους, πολύ κρίμα να μπουκ στην κατσαρόλα, πολύ όμορφα για ζωγράφισμα. Πάντως ελάχιστα από αυτά ψαρεύονται στις Βαlearίδες, εξαιτίας του μεγάλου βάθους και του ανύπαρκτου πλαγκτόν. Ο βυθός αυτής της περιοχής ποτέ δεν ήταν πλούσιος. Τώρα, όπως και







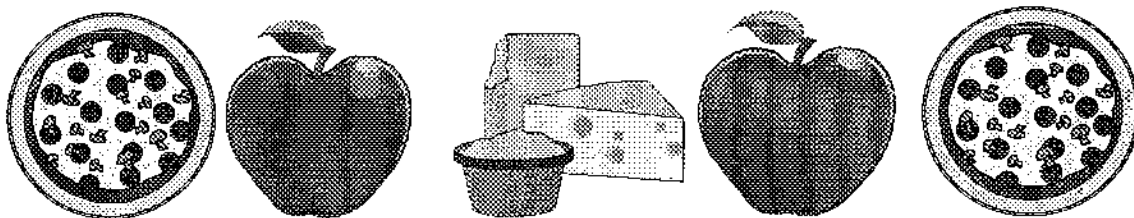
Ισπανική Κουζίνα

σχεδόν σε όλη τη Μεσόγειο έχει αδειάσει τελείως από ψάρια. Για το λόγο αυτό οι νησιώτες κάτοικοι της Ισπανίας παραλαμβάνουν τους καρπούς της θάλασσας αεροπορικώς από την Ισπανική στεριά ή τα Κανάρια νησιά. Και όταν γίνεται λόγος στους καταλόγους των εστιατορίων για φρέσκο ψάρι, τότε αυτό δεν αποτελεί υπερβολή, χάρη στην σύγχρονη ψυκτική τεχνολογία και τη γρήγορη μεταφορά.

Λικέρ: Γνωριμία με το πικάντικο άρωμα

«Λικέρ πίνει αυτός που έχει προβλήματα», λέει μια παλιά παροιμία. Για τους Ισπανούς όμως δεν ισχύει κάτι τέτοιο. Πίνουν λικέρ επειδή είναι νόστιμα και επειδή τα απαιτούμενα υλικά όπως τα χορταρικά και τα άλλα υλικά φυτρώνουν έξω από την πόρτα τους. Ενωμένα σ' ένα αρωματικό μπουκέτο, αποδίδουν μυρωδάτα πικάντικα παρασκευάσματα. Παλιές μυστικές οικογενειακές συνταγές αποτελούν συχνά τη βάση για την Παρασκευή τους. Ετοιμάζονται στο σπίτι σύμφωνα με την παλιά παράδοση ή σε μικρά οινοπνευματοποιία. Τα λικέρ αυτά συσκευάζονται σε όμορφα διακοσμημένα μπουκάλια με πεπιασμένα φυτικά μενταγιόν, προϊόντα των ισπανικών herbs, των υαλοπωλείων. Για τη συσκευασία τους μόνο αποτελούν αξιόλογα ενθύμια για την πατρίδα των τουριστών. Εντύπωση προκαλούν και εξαιτίας των όμορφων ετικετών τους, που δε σημαίνουν σε καμιά περίπτωση μαζικά προϊόντα.

Σε μια τέτοια δελεαστική πρόταση αξίζει τον κόπο φυσικά η δοκιμή. Σε αυτή την περίπτωση προσφέρεται το herbas, ένα ανοιχτού πράσινου χρώματος λικέρ με βάση γλυκάνισο, το οποίο προσφέρεται τόσο ξηρό όσο και γλυκό. Στα μπουκάλια υπάρχουν ως ιδιαίτερο διακοσμητικό κλαδιά χορταρικών όπως μάραθο και γλυκάνισο, καθώς και φύλλα λεμονιάς ή πορτοκαλιάς. Λέγεται ότι για την παρασκευή του herbas απαιτούνται περίπου εικοσιπέντε διαφορετικά χορταρικά, που μαζεύονται κυρίως το Μάιο στα βουνά, τα δάση και τα χωράφια. Τότε είναι η κατάλληλη εποχή που είναι ζουμερά και αναδύουν ένα υπέροχο άρωμα. Στο herbas υπάρχει δεντρολίβανο, μέντα και μάραθο, υσωπός και πικραλίδα, λεβάντα και ορέγκανο, καθώς και δάφνη, άνθη και φύλλα πορτοκαλιάς και λεμονιάς, άνθη φλαμουριάς και χαμομηλιού, ευκάλυπτος





Ισπανική Κουζίνα

καθώς επίσης και οι φρέσκιες μύτες του πεύκου ή φύλλα ελαιόδεντρο, ένα αρωματικό μάτσο από τη χλωρίδα της Ισπανίας. Το herbas είναι καλό για την υγεία για ευνόητους λόγους. Πίνεται ευχαρίστως ως χωνευτικό για την πέψη ή ως long drink με σόδα.

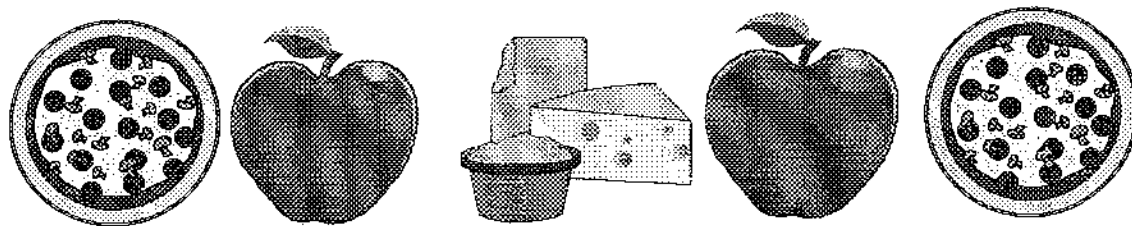
Ίδιας σημασίας είναι και το palo, ένα σκούρο, ελαφρώς πικρό λικέρ, με 35% περίπου περιεκτικότητα σε αλκοόλ. Εικάζεται ότι οι καρποί του χαρουπιού αποτελούν τη βάση του, όμως όλα τα υλικά είναι αυστηρά προστατευόμενο μυστικό της εταιρείας κατασκευής του. Οι γευσιγνώστες λένε ότι είχαν βρει γλυκόριζα, πικρά χορταρικά όπως πικραλίδα, ρίζες ξένου λάπαθου, φλοιό κινίνου και ακόμα σύκα κάκτου. Το palo πίνεται συνήθως ως aperitif και σερβίρεται κατόπιν κρύο παγωτό.

Θαυμάσια λικέρ κατασκευάζει και στις αποθήκες οίνων στο Pont d' Inca, στην άκρη της Πάλμας, μια οικογενειακή επιχείρηση που υπάρχει από το 1851. Η ετικέτα του Brandy Biejisimo τους παραθέτει μια εικόνα του ατμόπλοιου «El Mallorduinn», που την εποχή της σύστασης των εταιρειών έδωσε ώθηση στο εμπόριο. Αξιοθέατα αποτελούν σ' αυτή την αποθήκη οίνων τα χάλκινα παλιά μηχανήματα απόσταξης των εκατόν τριάντα ετών ή τα δρύινα βαρέλια μέσα στα οποία αποθηκεύουν ακριβά αποστάγματα.

Το μπράντυ αυτό αποτελεί μια σπανιότητα. Για το λόγο αυτό δεν ανήκει και στο στάνταρ ρεπερτόριο του κάθε μπαρ, που κατά τα άλλα προσφέρει τα περισσότερα εγχώρια λικέρ. Στις πιο σπάνιες προσφορές ανήκει και ένα λικέρ πορτοκαλιού το Licor de cañoja, που αποστάζεται από φλούδες πορτοκαλιού και σήμερα είναι λίγο εκτός μόδας. Ο πελάτης βλέπει στον πάγκο κάθε μπαρ σχεδόν, μια εντυπωσιακή μπαταρία σε σχήμα μπουκαλιού, η οποία επιδεικνύει πολύ αποτελεσματικά την ισπανική προσφορά οينوπνεύματος.

Προσκλήσεις και γιορτές

Υπάρχουν πάνω από εκατό γιορτές στο ετήσιο ημερολόγιο της Ισπανίας. Δεν χρειάζεται κανείς να ζητάει αφορμή για να συμμετάσχει στη γιορτή, να φάει και να πει μαζί τους. Δεν υπάρχουν μόνο θρησκευτικές γιορτές όπως το Πάσχα, η Πεντηκοστή





Ισπανική Κουζίνα

και τα Χριστούγεννα, αλλά και γιορτές πολλών τοπικών αγίων και πολιούχων των πόλεων, προστατών των συντεχνιών, τα ταξίδια των προσκυνητών ή οι ιστορικές γιορτές, που αιτία τους έχουν κάποια απελευθέρωση από τους μη χριστιανούς Μαυριτανούς ή από τους πειρατές. Άλλες γιορτές είναι τα γλέντια ευχαριστίας για την καλή σοδειά των ελιών, του κρασιού και των καρπουζιών. Αυτονόητο είναι ότι όλες αυτές οι γιορτές συνοδεύονται από λιτανείες, μουσική, χορό και φυσικά με άφθονα φαγητά και ποτά.

Θα αναφερθούμε στις σημαντικότερες γιορτές που είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες για γαστρονομικές εξερευνήσεις.

Η 31^η Δεκεμβρίου

Η τελευταία νύχτα του χρόνου είναι η νότσε βιέχα, δηλαδή η «παλιά νύχτα». Στη Μαδρίτη μια παράδοση εγγυάται την ευτυχία για όποιον πετύχει να καταπιεί 12 ρόγες σταφύλι την ώρα που χτυπάν οι 12 χτύποι του ρολογιού.

Τα επιφάνεια

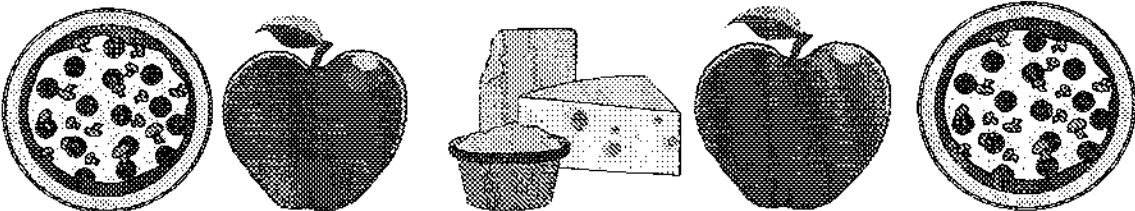
Είναι η μέρα των βασιλέων μάγων. Ο Γκασπάρ, ο Μελχιόρ και ο Βαλτάσαρ φέρνουν στα παιδιά δώρα που θα τα βρουν με το ξύπνημά τους στις 6 Ιανουαρίου. Αυτή η μέρα είναι αφορμή για παρελάσεις μεταμφιεσμένων.

5 Ιανουαρίου

Calcada dels Reis, η γιορτή των τριών βασιλέων στην Πάλμα.

16 Ιανουαρίου

Revetla de Sant Antoni Abat. Την παραμονή της ονομαστικής γιορτής αυτού του Αγίου, ανάβουν φωτιές χαράς στους επαρχιακούς δρόμους και καίνε τη σούπα του διαβόλου ως σύμβολο για τη νίκη του καλού πάνω στο κακό. Το βράδυ τρώνε espinagades, πίτες γεμιστές με σπανάκι και χέλι.





Ισπανική Κουζίνα

17 Ιανουαρίου

Ses beneides, η ευλογία των κατοικίδιων ζώων στο Arta, Muro, Manacor και Sa Pobla, Πάλμα, Petra και Costitx.

19 Ιανουαρίου

Revetla de Sant Sebastia. Η παραμονή του Αγίου Σεβαστιανού αρχίζει με φωτιές χαράς γύρω από τις οποίες χορεύουν και τραγουδούν. Προσφέρουν χαρακτηριστικά ντόπια φαγητά.

20 Ιανουαρίου

Festa de Sant Sebastia, γιορτή του Αγίου Σεβαστιανού με λιτανεία στην Πάλμα.

Τον Φεβρουάριο

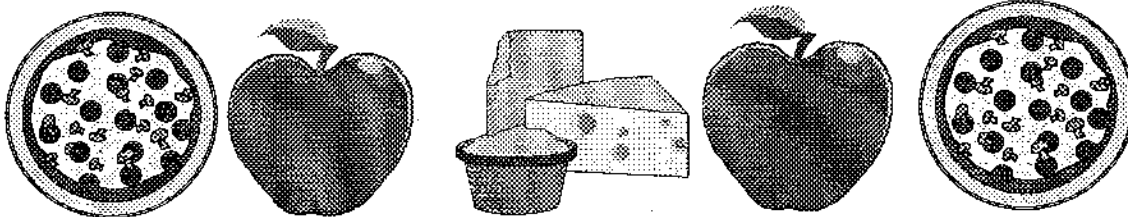
Η γιορτή της άνθισης των αμυγδάλων στην Petra.

3^η εβδομάδα της Σαρακοστής

20 μέρες μετά την Καθαρά Τετάρτη - οι μισές μέρες της Quaresma, της Σαρακοστής. Στα χωριά στο Roggeres πριονίζουν μια μάγισσα, ένα παλιό αποκριάτικο έθιμο των αγροτών.

4^η εβδομάδα της Σαρακοστής

Προσκύνημα και Festa des Pa i es Peix, η γιορτή για το ψωμί και το ψάρι στο Sant Joan, που γιορτάζεται με άζυμο άρτο Panades de Peix, γεμιστό ψάρι, προς ανάμνηση του θαύματος της αύξησης του ψωμιού και του ψαριού.





Ισπανική Κουζίνα

Λευκή Κυριακή

Η Κυριακή μετά το Πάσχα που ονομάζεται και Κυριακή των Αγγέλων. Οι νέοι πηγαίνουν στο παλάτι Bellver και τρώνε τα τελευταία panades από τη γιορτή του Πάσχα.

Αργές Μαΐου

Η γιορτή των γενναίων γυναικών του Soller, Cristians i moros - ses valences dones. Μια ολόκληρη εβδομάδα οι κάτοικοι του Soller γιορτάζουν ντυμένοι με τοπικές ενδυμασίες την αντίσταση των γενναίων γυναικών τους εναντίον των Τούρκων πειρατών το έτος 1561.

Μέσα Μαΐου

Η μαγειρική έκθεση Mostra de cuina Mallaquina στην Πάλμα. Σε μια μεγάλη σκηνή με πολλούς μπουφέδες φαγητού και ποτού μπορεί κανείς έναντι φθηνής εισόδου να δοκιμάσει την ισπανική κουζίνα, καθώς και κρασιά και λικέρ.

2^η εβδομάδα του Σεπτεμβρίου

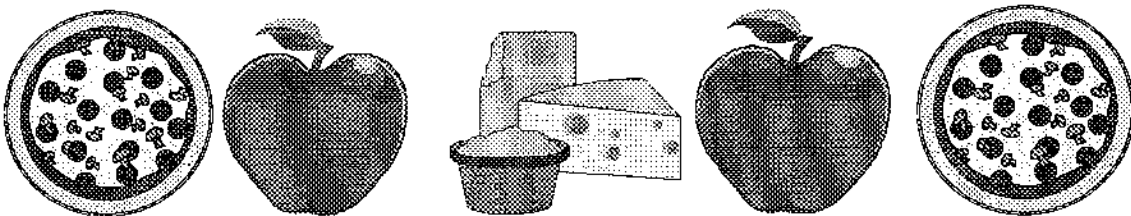
Festa des Melo, γιορτή των καρπουζιών στην Vilafranca de Bonany. Τα καρπούζια μπορεί κανείς να τα δοκιμάσει δωρεάν.

Τελευταία εβδομάδα του Σεπτεμβρίου

Festa des Vermar, γιορτή κρασιού στο Binissalem. Άνοιγμα των βαρελιών με τα κρασιά και δοκιμή, χορός και πυροτεχνήματα.

1^η Κυριακή του Οκτωβρίου

Festa des Botifarro, η γιορτή του λουκάνικου αίματος στο Saint Joan με παραδοσιακούς χορούς και μουσική από γκάιντα.





Ισπανική Κουζίνα

Τελευταία Κυριακή του Οκτωβρίου

Festa des Bunyols, γιορτή τηγανίτας της Petra. Γιορτάζουν την Αγία Ούρσουλα και τις έντεκα χιλιάδες παρθένες. Την ημέρα αυτή φτιάχνουν όλοι τηγανίτες bunyols.

Πέμπτη του Νοεμβρίου

Dijous Bo, ακάθαρτη Πέμπτη στην Inca, μεγάλη γεωργική έκθεση με πολλά περύτερα τα οποία προσφέρουν μαγειρικές νοστιμιές για δοκιμή.

Για να ζήσετε μια μέρα στην Ισπανία

Μια συνηθισμένη μέρα

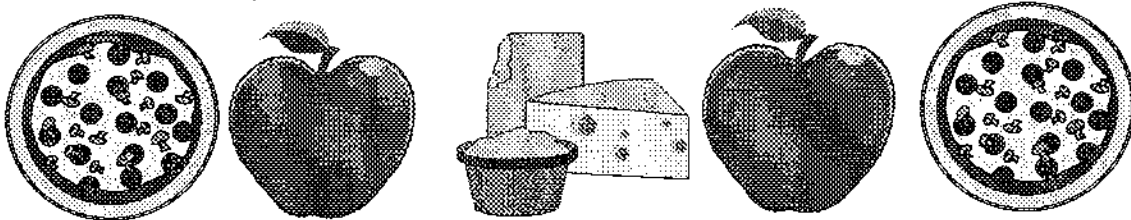
Με δυο διαφορετικά ρολόγια φαίνεται ότι κινείται ο ρυθμός της ζωής εδώ. Το ένα για τους πελάτες των ξενοδοχείων που κάνουν τις διακοπές τους και διαγράφει με πρωσική ακρίβεια τις ώρες φαγητού. Το άλλο κινείται με πιο χαλαρό ρυθμό του ντόπιου τρόπου ζωής.

Όταν οι τουρίστες παίρνουν το μεσημεριανό τους υπνάκο, οι ντόπιοι κάθονται στο μεσημεριανό τραπέζι και σηκώνονται όταν οι βόρειοι λαοί πίνουν τον απογευματινό τους καφέ ή τσάι. Κρίμα που τα ρολόγια των ξενοδοχείων δεν μπορούν να ακολουθήσουν πιο χαλαρούς ρυθμούς.

Οι Ισπανοί εργάζονται από τις 8.30 ως τις 13.30 και από τις 15.30 ως τις 18.30, αλλά την Παρασκευή πολλά γραφεία και εργοστάσια κλείνουν στις 13.30.

Τα καταστήματα διατροφής και ένδυσης ανοίγουν και κλείνουν αργότερα, π.χ. το απόγευμα ανοίγουν στις 17.00 και κλείνουν γύρω στις 20.000. Τα παιδιά πηγαίνουν σχολείο πέντε μέρες την εβδομάδα από τις 9.00 ως τις 12.00 και απ' τις 15.30 ως τις 17.30. Τον Ιούνιο και το Σεπτέμβριο δεν υπάρχει απογευματινό μάθημα, λόγω ζέστης.

Όπως παντού στις χώρες του νότου, το πρωινό δεν έχει κάποια σημαντική θέση. Συνήθως ο Ισπανός θα πάρει μια φρέσκια ζεστή Ensaimada με καφέ ή ένα φλιτζάνι ζεστή σοκολάτα.





Ισπανική Κουζίνα

Στο πρόγευμα κατά τις 11.00 η προσφορά είναι πιο πλούσια. Στους πάγκους των μικρών μπαρ στέκονται ήδη έτοιμα τα πρώτα Tapas, νόστιμα μικρά γεύματα, όπως η ensaladilla (πατατοσαλάτα με τόνο, αρακά, καρότα και αβγό), Pilotes (μικρές ψαροκροκέτες), Frita Espanyola (μια παχιά ομελέτα πατάτας), πιπεριές τουρσί και ελιές, μικρά τηγανητά ψάρια, calamars (μικρά καλαμαράκια) και πολλά άλλα, τα οποία προσφέρονται σε μικρά πιατάκια, platets.

Τώρα πίνουν το πρώτο copa, ένα ποτήρι κρασί ή μια coreta, ένα ποτηράκι τσέρι.

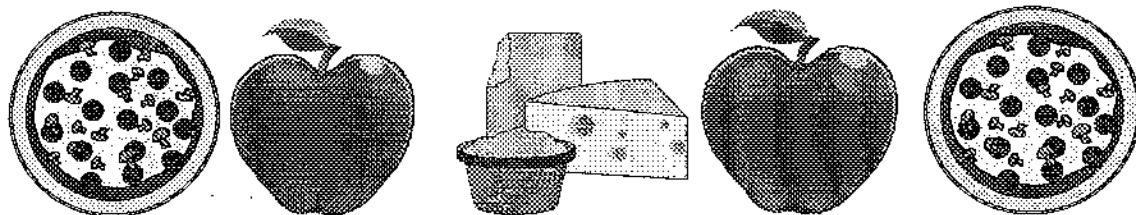
Σύμφωνα με αυτό το intermezzo, υπάρχει ακόμα πολύς χρόνος για το μεσημεριανό φαγητό. Στις 2 μ.μ. περίπου κάθονται στο τραπέζι και τρώνε περίπου μέχρι τις 4 μ.μ. Ελιές τουρσί και ψωμί μικραίνουν το χρόνο αναμονής μέχρι τα entremesos, τα ορεκτικά. Ακολουθούν οι σαλάτες, τα μύδια ή τα σαλιγκάρια, τα αλλαντικά και τα λουκάνικα, οι γαρίδες ή οι σαρδέλες.

Το κύριο γεύμα, el segon plat, αποτελείται από ψάρι, κρέας, ένα φαγητό κατσαρόλας ή πουλερικό. Τα συνοδευτικά δεν τα συνηθίζουν και αν τα επιθυμεί κανείς, σερβίρονται ξεχωριστά. Το επιδόρπιο, postres, προσφέρει νοστιμιές όπως αμυγδαλόπιτα, πορτοκαλόπιτα ή τυρόπιτα, φρούτα ή rijama, μια σύνθεση από γλυκό, ροδάκινα κομμένα στη μέση και παγωτό, ένα επιδόρπιο που δεν απευθύνεται μόνο σε παιδιά.

Το δείπνο σπάνια αρχίζει πριν τις 9.00 μ.μ. και κανονικά διαρκεί μέχρι τα μεσάνυχτα. Σερβίρονται παρόμοια φαγητά όπως και το μεσημέρι. Πίνουν και κρασί από το Binissalem ή το Felanitx, το Tinto -κόκκινο-, το Blanco -λευκό-, ή το Rosado -ροζέ-. Το τελευταίο ταιριάζει τόσο με κρέας όσο και με ψάρι. Το γεύμα κλείνει με ένα δυνατό καφέ espresso ή Tallat, ένα δυνατό καφέ με λίγο γάλα.

Για να μην προκληθούν δυσάρεστες παρενέργειες, λόγω του βραδινού φαγητού, ένα Herbas, ένα λικέρ χορταρικών ή ένα καλό μπράντυ αποτελούν τον επίλογο.

Ως φανατικοί οπαδοί των πικνίκ και των μάρμπεκιου οι Ισπανοί συχνά διοργανώνουν τα γεύματά τους στο ύπαιθρο. Ήδη από τις πρώτες ζεστές μέρες του





Ισπανική Κουζίνα

χρόνου, μόλις αρχίζουν οι αμυγδαλιές να ανθίζουν, ετοιμάζουν καλάθια με σπιτικά φαγητά, ψάρι, πουλερικό κατσαρόλας ή άλλα κρύα γεύματα. Μαζί παίρνουν και ψιλοκομμένα λαχανικά, ντομάτες, πιπεριές, φρούτα και γλυκά.

Οι Ισπανοί δεν φτιάχνουν συχνά γλυκά στο σπίτι, μάλλον επειδή είναι πολύ απλό και οικονομικό να τα προμηθευτούν από τους φούρνους, ή να τα γευτούν στα καφενεία, όπου συχνάζουν μόνο οι άντρες, ή και στις καφετέριες που υπάρχει τεράστια ποικιλία: μιλφέιγ, κορμοί, μπισκότα κανέλλας, φλαν πορτοκαλιού, κυδωνόπιτα, καθώς και η παράξενη σπεςιαλιτέ της Άβιλα, τα «γιέμας» της Santa Terresa.

Βασικά προϊόντα της Ισπανικής κουζίνας

Η διαδρομή και η γρήση τους

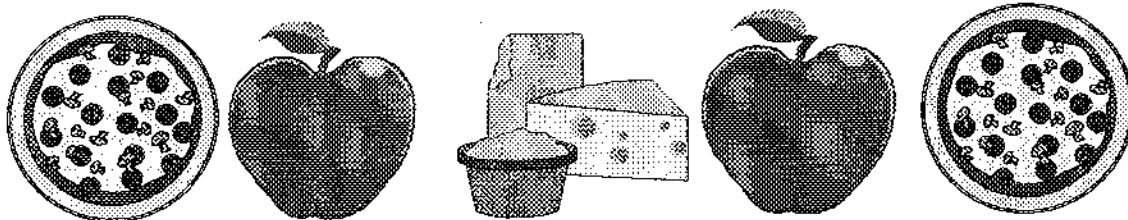
Η λογοτεχνική δύναμη του «Δον Κιχώτη» του Θερβάντες, έχει βλάψει τη φήμη της ισπανικής κουζίνας. Δύσκολα φανταζόμαστε τον «Ιππότη της ελεεινής μορφής» να παίρνει μέρος σε φαγοπότη. Κι όμως, η γαστρονομική παράδοση της χώρας ανάγεται στην αρχαιότητα. Η συνεισφορά των Μαυριτανών κατά το Μεσαίωνα, την εμπλουτίζει ακόμη περισσότερο. Ορισμένα ιστορικά γεγονότα είναι στενά συνδεδεμένα με την εξέλιξη της ισπανικής και σύγχρονης ευρωπαϊκής κουζίνας. Ας αναφερθούμε σε βασικά προϊόντα, πλέον απαραίτητα σήμερα για την ισπανική κουζίνα.

Τα ρεβίθια

Έρχονται στη χώρα με τους Καρχηδόνιους περίπου 3 αιώνες π.Χ. και είναι το κύριο συστατικό του κοσίθο -ισπανικό βραστό κρέας- ακόμα και αν κάποτε το αντικαθιστούν με φασόλια.

Το ρύζι

Φερμένο απ' την Ανατολή από τους Άραβες, που κυριεύσαν την Ιβηρική Χερσόνησο τον 8^ο αιώνα, εξάγεται με τη σειρά του το 15^ο αιώνα από τους Ισπανούς





Ισπανική Κουζίνα

που μαθαίνουν τους Ιταλούς να το καλλιεργούν και τον επόμενο αιώνα το εισάγουν στη Νότια Αμερική.

Το ρύζι αποτελεί, λοιπόν, τμήμα της ισπανικής γαστρονομικής κληρονομιάς.

Η τομάτα

Ισπανοί κατακτητές του 16^{ου} αιώνα την ανακάλυψαν στο Περού. Το φυτό έδινε τότε μικρούς καρπούς στο μέγεθος κερασιών.

Αυτό το φρούτο-λαχανικό καλλιεργήθηκε και κατέκτησε σε σύντομο χρόνο την Ισπανία και ύστερα την Ιταλία.

Στην υπόλοιπη Ευρώπη η τομάτα αντιμετωπιζόταν με επιφύλαξη επειδή ανήκει στην ίδια οικογένεια με τα δηλητηριώδη φυτά όπως ο μανδραγόρας και απαιτήθηκε περισσότερος χρόνος για να υιοθετηθεί.

Η σοκολάτα

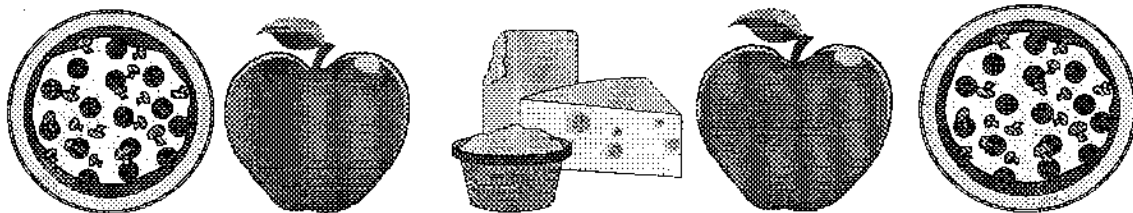
Στη Νότια Αμερική οι Αζτέκοι απέδιδαν στους καρπούς του κακαόδεντρου εξαιρετικές ιδιότητες. Κατεύναζαν την πείνα και τη δίψα, θεράπευαν και έδιναν μια «παγκόσμια γνώση». Αυτή την «τροφή των θεών» οι κατακτητές την ανακαλύπτουν με τα πρώτα τους ταξίδια.

Οι Μεξικανοί εκείνης της εποχής έτρωγαν έναν καφετί χυλό, το «τσοκολάτυ», παρασκευασμένο από ένα μίγμα τριών διαφορετικών καρπών. Του κακαόδεντρου σε χρώμα καφετί, του καλαμποκιού σε κίτρινο και της πιπεριάς σε κόκκινο. Οι Ισπανοί εκτίμησαν αυτό το ρόφημα και σταδιακά παραγκώνισαν το καλαμπόκι και τις πιπεριές, προτιμώντας το μέλι, τη ζάχαρη, τη βανίλια και την κανέλλα.

Η Ισπανία είναι η χώρα της σοκολάτας, και θα σας σερβίρουν στα καφενεία μια υπέροχη σοκολάτα με ένα ποτήρι παγωμένο νερό.

Η κουζίνα κατά περιοχή

Η Ισπανία είναι μια χώρα με πολύ έντονα τοπικά χαρακτηριστικά. Τα υλικά και οι συνήθειες ποικίλλουν από περιοχή σε περιοχή.





Ισπανική Κουζίνα

Βέβαια υπάρχουν κοινά σημεία, όπως η χρήση του ελαιόλαδου, της ζαφοράς και ου κόκκινου πιπεριού.

Θα πάρουμε μια άποψη των πιάτων και των τοπικών σπεσιαλιτέ κάθε περιοχής. Αυτή απαρίθμηση δεν επιτρέπει ωστόσο να περιγράψουμε τα πάντα. Η ποικιλία των τρόπων μαγειρέματος αλλά ακόμα και των προϊόντων είναι πολύ μεγάλη. Επιπλέον, κάθε φρούτο, κάθε λαχανικό, κάθε γλυκό, κάθε κρασί, έχει τον τόπο καταγωγής του.

Θα ακούσει κανείς για τα πορτοκάλια της Βαλέντσια, το σταφύλι της Αλμέιρα, τις φράουλες Αρανχουέζ, τους χουρμάδες της Αλικάντε. Υπάρχουν ακόμη οι πιπεριές της Καλαύρα, οι ελιές της Σεβίλλης, τα γογγύλια του Λούγκο κ.λπ.

Ανδαλουσία

Το καλύτερο ζαμπόν της χώρας. Τηγανητά ψάρια. Γκασπάτσο. Αυγά α λα φλαμέγκα.

Αραγονία

Σος με σιλιντρόν. Μίγας. Τηγανητό ζαμπόν με ντομάτα.

Αστουρία

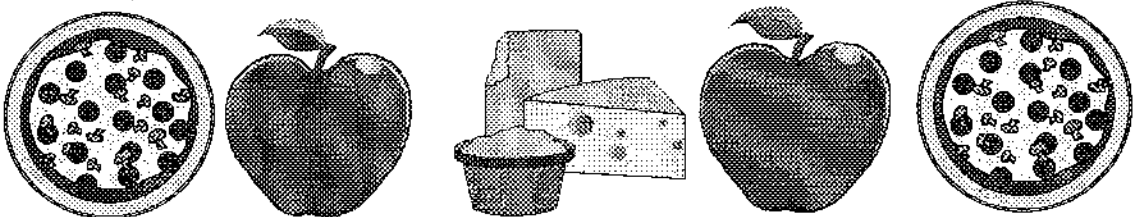
Η φραμπόδα που γίνεται με γίγαντες, λαρδί, λουκάνικα και χοιρινό κρέας. Ψάρι με μηλίτη. Σούπα από ψάρια και θαλασσινά, η καλδερέτα. Τυρί καμπράλες -μπλε, τύπου ροκφόρ. Ρυζόγαλο καλυμμένο με λιωμένη ζάχαρη.

Βαlearίδες Νήσοι

Σομπρεζάδα, είδος σαλαμιού με κόκκινη πιπεριά (Μαγιόρκα). Η ενσαμαίδα, ελαφρύ γλυκό με σφολιάτα (Μαγιόρκα), Η μαγιονέζα (Μαχόν, Μινόρκα).

Κανάρια Νησιά

Γκόφιο, ζύμη με βάση το σιτάλευρο, το καλαμποκάλευρο ή το ρεβιθάλευρο, που το χρησιμοποιούν αντί για ψωμί. Βοδινό βραστό με ρεβίθια, πατάτες και







Ισπανική Κουζίνα

κολοκύθια. Μόχιος, καρκεύματα για το κρέας, το ψάρι, τις πατάτες. Πρόκειται για ένα μίγμα από λάδι, ξύδι, σκόρδο, αλάτι και διάφορα μπαχαρικά, όπως κόκκινη πιπεριά για το «μόχιο πίκο» ή κορίανδρο για το «μόχιο βέρδε».

Κανταμπρικ

Κουεσάδα, γλυκό με βάση το ανθότυρο, το μέλι και το βούτυρο. Ψάρια -τόνο, μπακαλιάρo, σολομό. Ρύζι α λα Σανταντέρ με σολομό.

Καστίλη

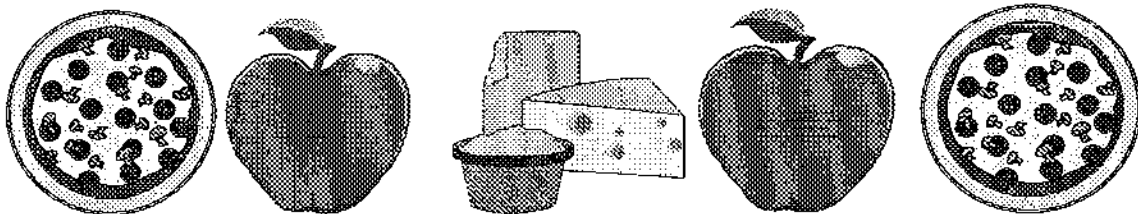
Κρέας βραστό - το κοσίδo. Αρνάκι και γουρουνόπουλο γάλακτος ψητά. Εντόσθια Μαδρίτης, πολυδάπανo γεύμα που μπορεί να περιλαμβάνει ένα κοσίδo, αυτό το εθνικό βραστό που παραλλάζει από περιοχή σε περιοχή.

- Ρύζι μαγειρεμένο με κρέας
- Λουκάνικα με φασόλια ή φακές
- Τηγανητές πατάτες με ψητά της ώρας

Τα φρούτα σερβίρονται συνήθως στο τέλος κάθε γεύματος. Συνηθέστερα ποτά είναι το κρασί (κυρίως κόκκινο), η μύρα (ελαφριά μύρα, σε μεγάλο μπουκάλι), η λεμονάδα.

Καταλονία

Σοφρίτο (ψιλοκομμένο σκόρδο και κρεμμύδι, τομάτα και μαϊντανός). Σαουφαίνα, από ντομάτες, μελιτζάνες και τηγανητές πιπεριές. Σος πικάδα (σκόρδο, μαϊντανός, αμύγδαλα και κουκουνάρια σε σκόνη). Σος αϊγιόλι (σκόρδο, μαϊντανός, καβουρδισμένα αμύγδαλα, κουκουνάρια σε σκόνη). Μπουτιφάρα (αλλαντικά με φασόλια ξερά). Ψωμί με ντομάτα που σερβίρεται με μια φέτα ζαμπόν ή μια ομελέτα. Σουκέ (πιάτο με βραστό ψάρι που συνοδεύεται από σοφρίτο). Εσκουδέλα ι κόρου ντ' όλια (βοδινό, κοτόπουλο, λαρδί, χοιρινό, χοιρινά λουκάνικα, ζαμπόν, μεδούλι) (Βαρκελώνη).





Ισπανική Κουζίνα

Εστρεμαδούρα

Χοιρινό ζαμπόν, κορίζος, λουκάνικα, σαλάμι. Αρνί ή κατσίκι ραγού. Φριτέ (κομμάτια αρνιού που καβουρδίζονται με κόκκινες πιπεριές). Μίγας.

Γαλικία

Θαλασσινά (στρείδια, αστακοί, αχιβάδες). Εμπανάδες (πίτα με κοτόπουλο, κρεμμύδι, πιπεριά). Γαλατικό βραστό βοδινό. Λεπτές γλυκές κρέπες. Τυριά - Σαν Σιμόν (πικάντικο), Τετίγια (γλυκό).

Μάντσα

Το γκαλιάνο του Δον Κιχώτη, μια σούπα. Πίστο μαντσέγιο -μελιτζάνες, τομάτες, κολοκύθια, πιπεριές, κρεμμύδια. Τυριά μαντσέγος, τα γνωστότερα της Ισπανίας - πρόβεια ξηρά ή λιπαρά. Μέσα σε ελαιόλαδο συντηρούνται για 2 χρόνια.

Ναβάρρα

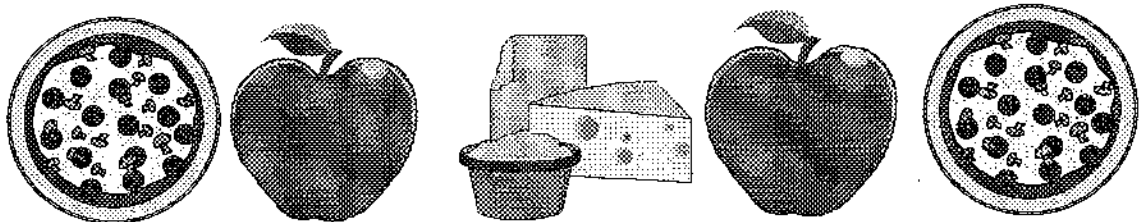
Πέστροφα α λα ναβαρέν με ωμό ζαμπόν. Σούπα με λάχανα, σπανάκι ξινήθρα, μαρούλι και φύλλα μολόχας. Κυνήγι ψημένο σε αμπελόφυλλα. Πέρδικα με σος σοκολάτας.

Χώρα των Βάσκων

Ψητές σαρδέλες. Ένα πιάτο με τόνο και πατάτες, το μαρμίτσκο. Βακαλάος α λα μπισκαγιέν. Μικρά χέλια που ψήνονται σε λάδι που βράζει, με κόκκινες πιπεριές.

Ριόχα

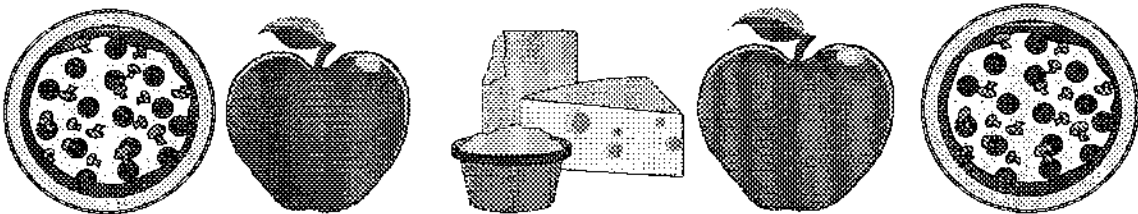
Πιάτο με κόκκινες πιπεριές, σπαράγγια και κορίζο. Κόκκινη πιπεριά γεμιστή με χοιρινό και ψίχα ψωμιού. Μπριζόλα ψητή με πιπεριές.





Ισπανική Κουζίνα

ΟΡΕΚΤΙΚΑ, ΕΝΔΙΑΜΕΣΑ ΓΕΥΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΑ





Ισπανική Κουζίνα

EMPANADILLAS - ΕΜΠΑΝΑΔΙΛΛΑΣ

Τα «εμπαναδίλλας» είναι μικρές ατομικές πίτες με γέμιση κρέατος, στην Αστουρία με σαρδέλες και ζαμπόν ή με τόνο όπως σ' αυτή τη συνταγή.

Τρώγονται σε όλη τη διάρκεια της ημέρας, π.χ. για κολατσιό, στο δείπνο, στο τέλος της ημέρας.

Βρίσκονται στα μπαρ, στις καφετέριες ή τους φούρνους.

Άτομα: 6

Χρόνος προετοιμασίας: 00:30'

Χρόνος παρασκευής: 00:45'

Υλικά:

125 γρ. τόνο στο λάδι

500 γρ. αλεύρι

1 ποτήρι ελαιόλαδο

4 ντομάτες

1 κρεμμύδι

100 γρ. πράσινες ελιές χωρίς κουκούτσια

125 γρ. βρασμένο αρακά

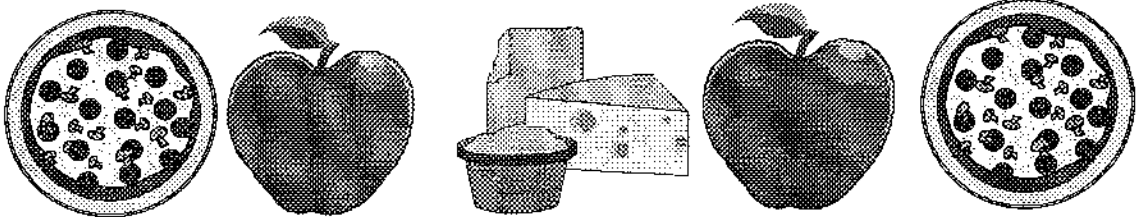
1 κρόκο αυγού

4 βραστά αυγά

αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Ετοιμάζεται αρχικά τη ζύμη μπριζέ. Βάζετε σε μια μεγάλη λεκάνη το αλεύρι και λίγο αλάτι. Προσθέτετε το λάδι και ίση ποσότητα νερού.





Ισπανική Κουζίνα

Ζυμώνετε τη ζύμη και την αφήνετε σκεπασμένη μέχρι να ετοιμάσετε τη γέμιση που έχετε διαλέξει.

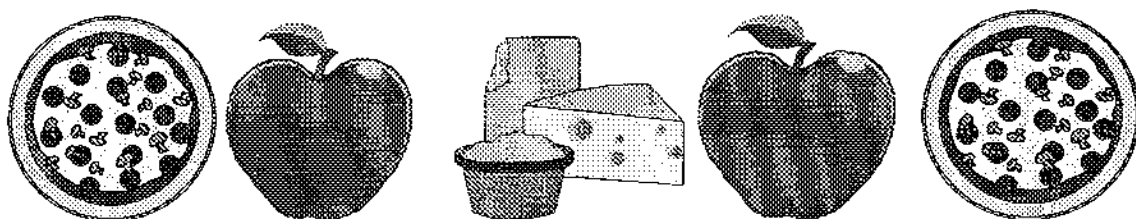
Σοτάρετε τις ντομάτες, καθαρισμένες και τριμμένες, και το κρεμμύδι ψιλοκομμένο, με το λάδι για 5-10 λεπτά. Προσθέτετε έπειτα στο τηγάνι ελιές, τον αρακά, τα βραστά αυγά κομμένα σε κομματάκια, τον τόνο κομμένο, λίγο αλατοπίπερο.

Ανακατεύετε και βράζετε 5 λεπτά.

Ξαναπαίρνετε τη ζύμη και σχηματίζετε 6 μπάλες. Τις ανοίγετε σε στρογγυλά πάνω σε μια αλευρωμένη επιφάνεια και ρίχνετε τη γέμιση στη μισή πλευρά κάθε στρογγυλού. Διπλώνετε το ελεύθερο κομμάτι ζύμης πάνω στο γεμισμένο και κολλάτε καλά την άκρη γύρω-γύρω.

Όταν τα 6 «εμπαναδύλας» είναι έτοιμα, ανακατεύετε σε ένα κρόκο αυγού μερικές σταγόνες νερό. Τα αλείφετε με αυτό το μίγμα για να ροδίσουν.

Τα ψήνετε 30 λεπτά περίπου σε ζεστό φούρνο.





Ισπανική Κουζίνα

PAELLA - ΠΑΕΓΙΑ

Η παέγια είναι μια πρόσφατη μαγειρική του 19^{ου} αιώνα. Η επιτυχία της έχει ήδη ξεπεράσει τα σύνορα. Είναι μια εύκολη συνταγή, αρκεί να προσεχθούν τα παρακάτω:

- ↳ Το ρύζι πρέπει να βράζεται σε πολύ νερό αλλά να είναι σπυρωτό.
- ↳ Την προσθήκη ζαφοράς
- ↳ Την ανάμειξη κρέατος με οστρακοειδή

Μπορείτε να της κάνετε διάφορες παραλλαγές. Μπορεί να προστεθεί λουκάνικο, ζαμπόν κομμένο, μικρές αγκινάρες, μεγάλα σαλιγκάρια, ή να βράσετε ταυτόχρονα караβίδες και γαρίδες.

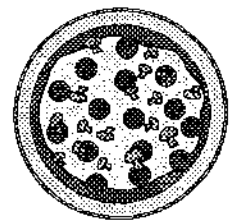
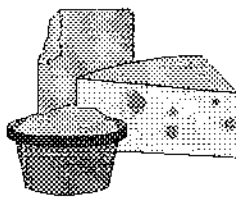
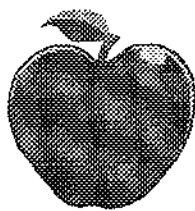
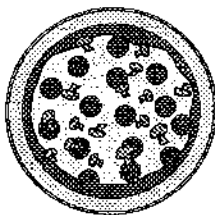
Άτομα: 6 ή 8

Χρόνος προετοιμασίας: 01:00'

Χρόνος ψησίματος: 01:20'

Υλικά:

- | | |
|----------------------------------|---------------------|
| 400 γρ. ρύζι | 1 καρότο |
| 1 μικρό κοτόπουλο | 1 κρεμμύδι |
| 250 γρ. χοιρινό κρέας | 0,6 γρ. ζαφορά |
| 250 γρ. λουκάνικα | 3 κλωνάρια μαϊντανό |
| 250 γρ. καλαμαράκια | ½ λεμόνι |
| ½ λίτρο μύδια | 2 σκελίδες σκόρδο |
| 6 караβίδες ή 12 μεγάλες γαρίδες | 100 γρ. λάδι |
| 1 χέλι 250 γρ. | αλάτι |
| 200 γρ. βρασμένο αρακά | |
| 1 μικρό βάζο κόκκινες πιπεριές | |
| 1 ντομάτα | |
| 1 πράσινη πιπεριά | |





Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

Το κοτόπουλο πρέπει να είναι καθαρισμένο και πλυμένο. Το κόβετε σε μερίδες και τις βάζετε σε μια κατσαρόλα καλυμμένες με νερό. Προσθέτετε αλάτι, 1 κρεμμύδι κομμένο στα 4, 1 σκελίδα σκόρδο, 1 καρότο ψιλοκομμένο και 1 κλωνάρι μαϊντανό. Τα βράζετε 45-60 λεπτά. Βγάζετε έπειτα το κοτόπουλο από την κατσαρόλα και κρατάτε το ζωμό, αφού τον σουρώσετε.

Πλένετε καλά τα μύδια και τα βάζετε σε μια κατσαρόλα με λίγο νερό. Τα βράζετε μέχρι να ανοίξουν κι έπειτα τα βγάζετε με μια τρυπητή κουτάλα. Σουρώνετε έπειτα το σωμό τους σε ένα τρυπητό στρωμένο με πανί, και το προσθέτετε στο ζωμό του κοτόπουλου.

Βγάζετε το ένα από τα όστρακα του κάθε μυδιού και τα αφήνετε να περιμένουν.

Βάζετε το λάδι σε ένα τηγάνι και όταν ζεσταθεί σοτάρετε το χοιρινό κομμένο σε μικρά κομμάτια.

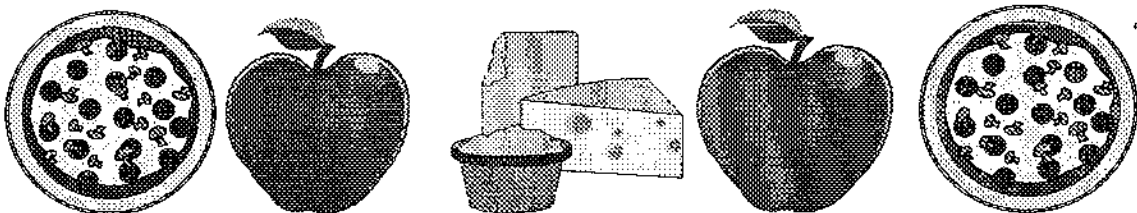
Προσθέτετε τις ντομάτες, αποφλοιωμένες και τριμμένες στον τρίφτη του κρεμμυδιού. Τα ανακατεύετε καλά και προσθέτετε:

- Τα λουκάνικα (μικρά χοιρινά λουκάνικα)
- Το χέλι χωρίς την πέτσα και κομμένο.
- Τα καλαμαράκια καθαρισμένα, πλυμένα και κομμένα σε ροδέλες.
- Τις καραβίδες ή τις γαρίδες
- Τα μύδια
- Το κοτόπουλο χωρίς πέτσες και κόκαλα.

Αλατίζετε και βράζετε για 15 λεπτά.

Για να ψήσετε το ρύζι, θα χρειαστούν 2 μέρη ζωμού που φυλάζατε για 1 μέρος ρύζι. Αν είναι λιγότερος προσθέστε νερό.

Λιώνετε στο γουδί ή ψιλοκόβετε 1 σκελίδα σκόρδο και 2 κλωνάρια μαϊντανό. Τα προσθέτετε μαζί με τη ζαφορά στο ζωμό που ετοιμάσατε για το ρύζι, και το βάζετε να βράσει.

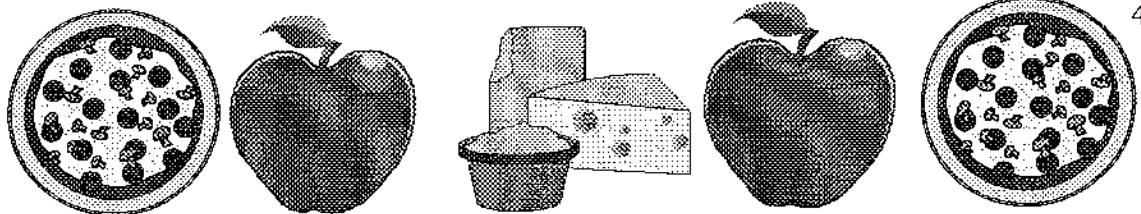




Ισπανική Κουζίνα

Βάζετε σ' ένα μεγάλο τηγάνι με δύο λαβές, δηλαδή την «παεγιέρα», απ' όπου πήρε τ' όνομά της η παέγια, το υπόλοιπο λάδι. Μόλις ζεσταθεί ρίχνετε μέσα το ρύζι και το σοτάρετε σε δυνατή φωτιά ανακατεύοντας γρήγορα με ένα ξύλινο κουτάλι μέχρι να γίνει διαφανές. Προσθέτετε έπειτα τις ψιλοκομμένες κόκκινες πιπεριές με το ζωμό τους, την πράσινη πιπεριά σε φέτες, τον αρακά και όλο το περιεχόμενο του τηγανιού. Ανακατεύετε και ρίχνετε το ζεστό ζωμό. Ανακατεύετε πάλι και αλατίζετε. Όταν ξαναπάρει βράση ραντίζετε με λίγες σταγόνες λεμονιού και βράζετε για 15 λεπτά χωρίς να ανακατεύετε. Όταν ο ζωμός απορροφηθεί από το ρύζι, χαμηλώνετε τη φωτιά. Στο τέλος των 15 λεπτών ανακατεύετε ελαφρά την παέγια και τη σιγοβράζετε άλλα 5 λεπτά. Βεβαιωθείτε ότι το ρύζι έχει βράσει. Βγάζετε το τηγάνι από τη φωτιά και το καλύπτετε με μια πετσέτα για 5 λεπτά. Η παέγια είναι έτοιμη.

Σερβίρεται στην «παεγιέρα». Τη διακοσμείτε με μερικές καραβίδες ή γαρίδες ή μύδια που θα βγάλετε από το ρύζι.





Ισπανική Κουζίνα

BLEDAS OFEGADAS - ΤΗΓΑΝΗΤΟ ΣΕΣΚΟΥΛΟ

Το σέσκουλο εμπνέει την ισπανική κουζίνα στην παρασκευή πολλών νόστιμων φαγητών. Το χρησιμοποιούσαν ως γέμιση στις σφολιάτες όπως τις cocarrois ή ως στρώση για codues, την χορτόπιτα ταπιού. Χρησιμοποιείται επίσης και ως συνοδευτικό. Μαζί με αυτό το λαχανικό μαγειρεύουν και τους ωοειδείς σπόρους από κουκουνάρι, που μαζεύονται από τους μεγάλους στρογγυλούς κώνους του δέντρου. Το σέσκουλο θεωρείται από τα παλαιά χρόνια ως άγιο φυτό και εξαπλώθηκε από την πατρίδα του, τον Καύκασο, και έφτασε μέχρι το μεσογειακό χώρο.

Άτομα: 4-5

Υλικά:

1 κιλό σέσκουλο

Αλάτι

2 κουτ. σούπας λάδι

50 γρ. κουκουνάρι

3 σκελίδες σκόρδου

50 γρ. σταφίδες

1 μεγάλη τομάτα

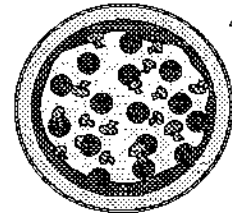
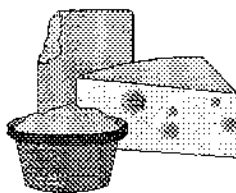
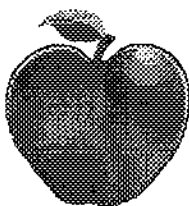
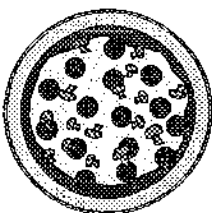
1 δαφνόφυλλο

πιπέρι

ελάχιστο μοσχοκάρυδο

Εκτέλεση:

Καθαρίζετε το σέσκουλο, αφαιρείται τα κοτσάνια, αν είναι πολύ σκληρά, και το ζεματάτε σε αλατόνερο. Ρίχνετε κρύο νερό και το αφήνετε να στραγγίσει.





Ισπανική Κουζίνα

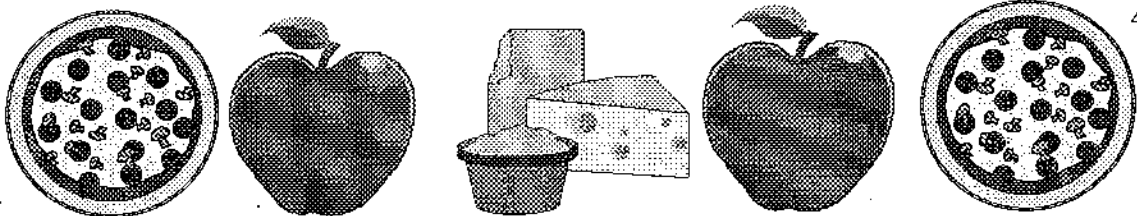
Ζεσταίνετε λάδι σε ένα σιδερένιο τηγάνι και σοτάρετε τους σπόρους από το κουκουνάρι και τις σκελίδες σκόρδου.

Στη συνέχεια προσθέτετε και τις πλυμένες σταφίδες από τις οποίες έχετε αφαιρέσει τα κοτσάνια. Δεν πρέπει να έχουν μαλακώσει πρωτίτερα, γιατί διαφορετικά θα διαλυθούν μέσα στο καυτό λάδι.

Προσθέτετε την καθαρισμένη και κομμένη σε μικρούς κύβους τομάτα και αφήνετε το φαγητό να σιγοβράσει.

Στο τέλος προσθέτετε το δαφνόφυλλο και το σέσκουλο και τα αφήνετε όλα σε χαμηλή φωτιά να σιγοβράσουν για περίπου 15 λεπτά.

Καρυκεύετε με αλάτι και πιπέρι και νοστιμίζετε με μοσχοκάρυδο.





Ισπανική Κουζίνα

CARGOLS AMB SOBRASSADA - (ΣΑΛΙΓΚΑΡΙΑ ΜΕ SOBRASSADA

Για να μαζέψουν σαλιγκάρια οι Ισπανοί, συχνά πηγαίνουν οικογενειακώς μετά από μια μπόρα ή ακόμα και το πρωί όταν στους αγρούς έχει ακόμα υγρασία, από τη νυχτερινή δροσιά.

Υλικά:

4 δωδεκάδες μικρά σαλιγκάρια με το κέλυφος

αλάτι

100 γρ. sobrassada

1 μεγάλο κρεμμύδι

6 σκελίδες σκόρδο

2 ντομάτες

3 κουτ. σούπας λάδι

4 πατάτες

Για το ζωμό:

φρέσκα χορταρικά (μαντζουράνα, θυμάρι, μέντα, μάραθο, μαιντανό)

1 κομμάτι μεγάλο λαρδί

1 κύβο ζωμού

1 πιπεριά τσίλι

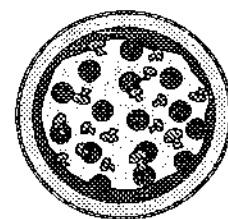
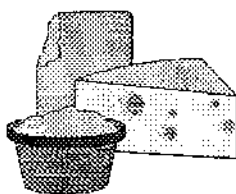
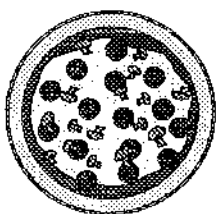
1 δαφνόφυλλο

μαγιονέζα σκόρδου

χωριάτικο ψωμί

Εκτέλεση:

Πλένετε προσεκτικά τα σαλιγκάρια με αλάτι, ενώ αλλάζετε πολλές φορές το νερό.





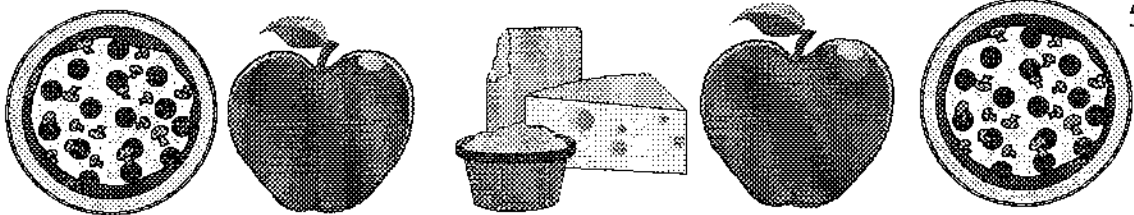
Ισπανική Κουζίνα

Ρίχνετε σε μια κατσαρόλα 1½ νερό, αλατίζετε λίγο και προσθέτετε τα υπόλοιπα υλικά για το ζωμό.

Το βάζετε στη φωτιά να βράσει και ρίχνετε μέσα τα σαλιγκάρια. Χαμηλώνετε τη φωτιά και αφήνετε 1 ώρα να σιγοβράσουν.

Τηγανίζετε καλά στο λάδι τη sobrassada κομμένη σε κύβους, το ψιλοκομμένο κρεμμύδι, τις κοπανισμένες σκελίδες σκόρδου και τις καθαρισμένες, κομμένες σε μικρούς κύβους τομάτες. Κατόπιν τα ρίχνετε όλα μέσα στο ζωμό. Καθαρίζετε πατάτες, τις κόβετε σε κύβους και τις προσθέτετε. Τα αφήνετε να σιγοβράσουν όλα μαζί για 20 λεπτά.

Βγάλτε το κομμάτι από το λαρδί και τα χορταρικά. Σερβίρετε σε πηλίνα μπολ. Τα σαλιγκάρια τρώγονται με μαγιονέζα σκόρδου, ενώ ο ζωμός με ψωμί.





Ισπανική Κουζίνα

ALLIOLI - MAGIONEZA ΣΚΟΡΔΟΥ

Η μαγιονέζα πήρε το όνομά της από την πόλη Mahon, έτσι λέει το λεξικό. Αν προσθέσετε στη salsa mahonesa σκόρδο, τότε θα ονομάζεται allioli, δηλαδή σκορδόλαδο.

Σερβίρεται με ψητό ή μαγειρεμένο ψάρι ή κρέας, μαζί με οστρακοειδή ή αλείφεται στο ψωμί αντί για βούτυρο.

Υλικά:

2-3 σκελίδες σκόρδου κατά βούληση

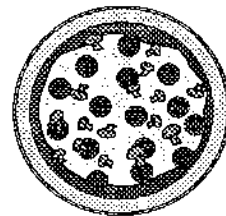
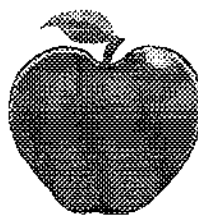
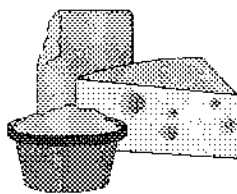
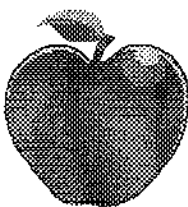
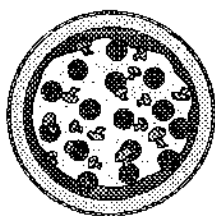
2 κροκάδια

1 πρέζα αλάτι

2/10 λίτρον ελαιόλαδο

Εκτέλεση:

Καθαρίζετε τις σκελίδες σκόρδου και τις κοπανάτε στο γουδί. Ρίχνετε μέσα σε ένα μπολ τα δύο κροκάδια, το σκόρδο και το αλάτι και χτυπάτε με το χτυπητήρι μέχρι η μάζα να γίνει ανοιχτόχρωμη και κρεμώδης. Στη συνέχεια προσθέτετε λάδι σε σταγόνες σιγά-σιγά, ενώ συνεχίζετε να χτυπάτε για να μην κόψει η μάζα. Συνεχίζετε να ρίχνετε λάδι, όταν έχει απορροφηθεί τελείως το προηγούμενο. Η μαγιονέζα πρέπει να γίνει πολύ πηχτή. Αν είναι πολύ δυνατή προσθέστε 1 κουτ. της σούπας βραστό νερό ενώ συνεχίζετε να χτυπάτε. Αν είναι πολύ πηχτή αραιώνετε με 1 κουτ. σούπας κρύο νερό ή με ζωμό λεμονιού.





Ισπανική Κουζίνα

PA AMB OLI - ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΨΩΜΙ ΜΕ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ

Λέγεται ότι ο βασιλιάς Jacime II, ο κατακτητής, σε κάποια επιδρομή του πείνασε και ζήτησε κατάλυμα σε ένα χωρικό. Ο χωριάτης του πρόσφερε, όπως συνηθίζεται στην Ισπανία, ανάλατο ψωμί, λάδι, αλάτι, τομάτες και σκόρδο. Ο βασιλιάς έφαγε με πολύ όρεξη και είπε «Ben dinat», «καλά έφαγα».

Αργότερα ιδρύθηκε σ' αυτό το μέρος το παλάτι του Bendinat.

Ra amb oli

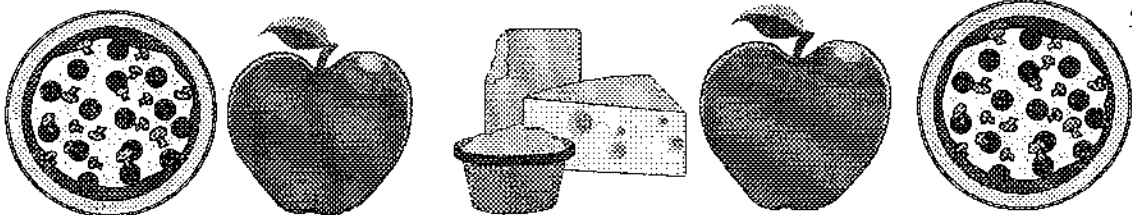
Ονομάζεται το ανάλατο χωριάτικο ψωμί από σκούρο σιταρένιο αλεύρι, όταν η φέτα ψωμιού είναι αλειμμένη με ελαιόλαδο.

Ra amb oli i tomatiga

Οι φέτες ψωμιού ετοιμάζονται όπως αναφέρθηκε πιο πάνω και πάνω τοποθετούνται τομάτες ή μους τομάτας.

Ra amb cuixot

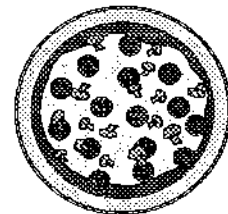
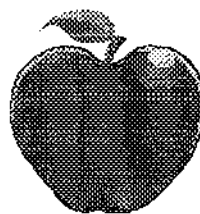
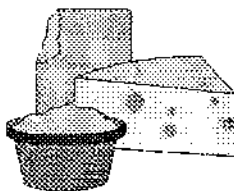
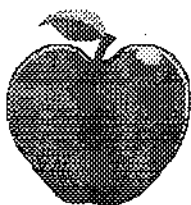
Σε αυτή την παραλλαγή τοποθετείται πρόσθετα μια φέτα αποξηραμένο στον αέρα χωριάτικο ζαμπόν (segrano).





Ισπανική Κουζίνα

ΣΟΥΠΕΣ ΚΑΙ ΓΕΥΜΑΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ





Ισπανική Κουζίνα

SOPA DE PEIX - ΙΣΠΑΝΙΚΗ ΨΑΡΟΣΟΥΠΑ

Υπάρχουν πολλοί τρόποι να ετοιμαστεί μια καλή ψαρόσουπα. Στην Ισπανία περιχύνουν με το ζωμό του ψαριού ξεροψημένες φέτες ψωμιού και σερβίρουν το ψάρι δεύτερο. Όσα περισσότερα είδη ψαριού μαγειρευτούν στη σούπα, τόσο καλύτερος θα γίνει ο ζωμός, ενώ μερικά οστρακοειδή θα βελτιώσουν ακόμα περισσότερο τη γεύση.

Άτομα: 6

Υλικά:

1 κιλό μεσογειακά ψάρια και οστρακοειδή κατά βούληση
αλάτι
μερικοί κόκκοι πιπέρι

2 δαφνόφυλλα

μερικά κλαδιά φρέσκα αρωματικά χορταρικά (μαντζουράνα, μέντα, μάραθος και μαιντανός)

1 μεγάλο κρεμμύδι

4 σκελίδες σκόρδου

1 μεγάλη τομάτα

2 κουτ. σούπας λάδι

½ κουτ. γλυκού γλυκιά πάπρικα

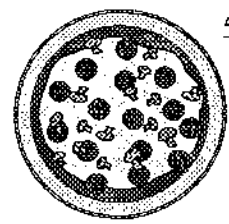
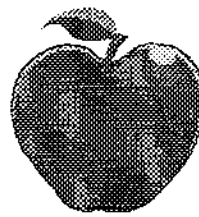
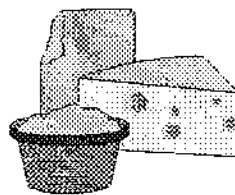
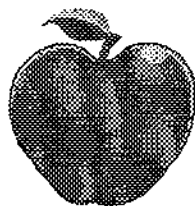
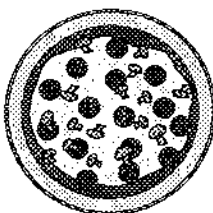
μερικοί σπόροι μάραθου

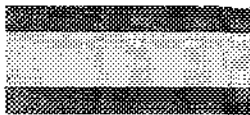
1 λεμόνι

μερικές ίνες από φυτό κρόκο

2/10 λίτρου γάλα

ξεροψημένη άσπρο ψωμί και μαγιονέζα σκόρδου





Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

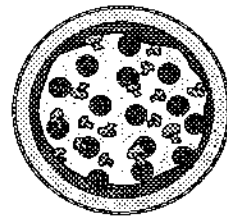
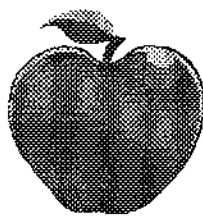
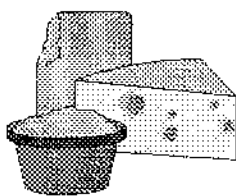
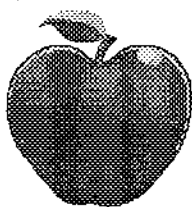
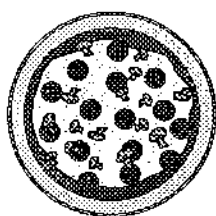
Καθαρίζετε τα ψάρια και τα τοποθετείτε μαζί με τα οστρακοειδή σε 2 λίτρα νερό και τα αλατίζετε.

Προσθέτετε τους κόκκους από το πιπέρι, τα δαφνόφυλλα και τα αρωματικά χορταρικά και τα βράζετε για περίπου 10 λεπτά. Κατόπιν τα παίρνετε από το νερό και τα κρατάτε ζεστά.

Ψιλοκόβετε κρεμμύδι, τις σκελίδες σκόρδου και την τομάτα και τα σοτάρτε κατά σειρά σε ζεστό λάδι.

Προσθέτετε την πάπρικα, λιωμένους σπόρους του μάραθου, την τριμμένη φλούδα λεμονιού και τον κρόκο, ρίχνετε γάλα και τα προσθέτετε όλα στο ζωμό.

Ξεροψήνετε αρκετές φέτες ψωμί, ρίχνετε από πάνω σκόρδο και λάδι και τις τοποθετείτε μέσα σε μια σούπα. Βράζετε τη σούπα, τη νοστιμίζετε και τη ρίχνετε πάνω στο ψωμί, αφού την περάσετε μέσα από σουρωτήρι. Σερβίρετε αμέσως. Τα ψάρια και τα οστρακοειδή τα σερβίρετε μαζί με χυμό λεμονιού και μαγιονέζα σκόρδου.





Ισπανική Κουζίνα

SOPEΣ - ΣΟΥΠΑ ΜΕ ΨΩΜΙ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Η Sopes δεν είναι σούπα, αλλά ένα γεύμα κατσαρόλας που σερβίρεται στην πλήρη φόρμα greixonera. Είναι γαρνιρισμένο με λεπτές φέτες χωριάτικου ψωμιού, τα sopes, τα οποία απορροφούν τα υγρά των υλικών.

Άτομα: 8

Υλικά:

150 γρ. χωριάτικο ψωμί

1/4 λίτρου ελαιόλαδο

½ κουνουπίδι

1 μεγάλο κρεμμύδι

1 κόκκινη πιπεριά

1 ½ λάχανο

1 κιλό σπανάκι

250 γρ. πράσινα φασολάκια

4 τομάτες

3 αγκινάρες

1 κεφάλι σκόρδο

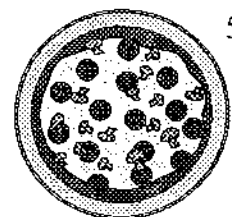
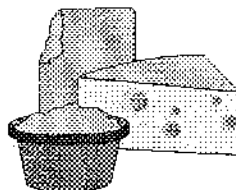
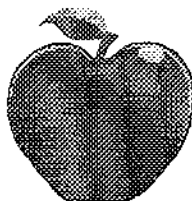
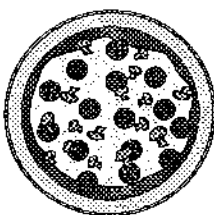
250 γρ. αρακάς

1 κύβος ζωμού

1 κουτ. γλυκού πάπρικα

1 ματσάκι μαϊντανό

αλάτι





Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

Τοποθετείτε το κομμένο σε πολύ λεπτές φέτες ψωμί σε μια γρεϊκονερα, το περιχύνετε με 2 κουτ. σούπας λάδι.

Ζεσταίνετε για 20 λεπτά περίπου το κουνουπίδι μέχρι να μαλακώσει. Κόβετε το κρεμμύδι σε φέτες, την πιπεριά σε λεπτές λωρίδες, το κουνουπίδι και το σπανάκι σε φαρδιές λωρίδες και τα φασολάκια σε μήκος 3 εκατοστών.

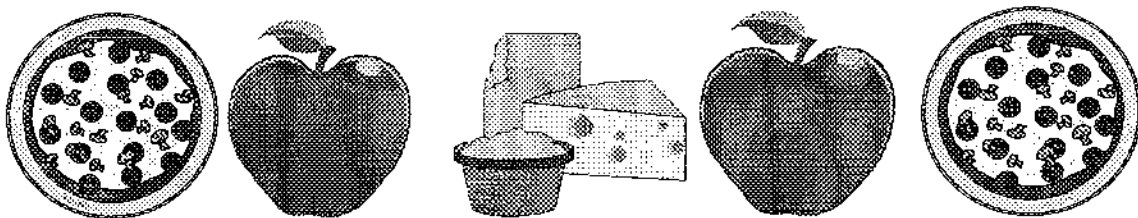
Καθαρίζετε τις τομάτες, τις κόβετε σε κύβους, αφαιρείτε τα κοτσάνια από τις αγκινάρες και τις κόβετε σε τέταρτα.

Ζεσταίνετε το υπόλοιπο λάδι και σοτάρετε το κρεμμύδι, το κεφάλι σκόρδου και τις τομάτες. Προσθέτετε το λάχανο, τα φασολάκια, τις αγκινάρες, τον αρακά και το σπανάκι και αφού ζεσταθούν καλά προσθέτετε 1 λίτρο νερό. Αφήνετε να βράσουν και αφού χαμηλώσετε τη φωτιά αφήνετε να σιγοβράσουν σε μέτρια φωτιά για περίπου ½ ώρα.

Βγάζετε το σκόρδο. Προσθέτετε την πιπεριά και μερικά άνθη κουνουπίδι - κρατάτε μερικά- και αφήνετε να βράσουν όλα μαζί για 10 λεπτά. Βγάζετε τα λαχανικά από το σκεύος και τα τοποθετείτε πάνω στο ψωμί.

Νοστιμίζετε τα υπόλοιπα υγρά με τον κύβο ζωμού, τη σκόνη πάπρικα, τον ψιλοκομμένο μαιντανό και το αλάτι. Περιχύνετε με αυτό το μίγμα τα λαχανικά και ψήνετε το φαγητό σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C για τουλάχιστον 20 λεπτά.

Ο ζωμός πρέπει να είναι παχύρρευστος. Γαρνίρετε με το κεφάλι του σκόρδου και με ανθάκια από το κουνουπίδι.





Ισπανική Κουζίνα

SOPA DE NADAL

Η εκλεπτυσμένη σούπα αποτελεί το ξεκίνημα ενός γιορτινού τραπέζιού, στο οποίο η γαλοπούλα παίζει τον πρωταγωνιστικό ρόλο. Όλα τα κομμάτια του πουλερικού που δεν χρησιμοποιούνται στο ψήσιμο, τοποθετούνται μαζί με ένα κόκαλο με μεδούλι, ένα κομμάτι ουρά βοδινού και λαχανικά σε μια κατσαρόλα για σούπα.

Άτομα: 8-10

Υλικά:

1 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

κομμάτια από τη γαλοπούλα -όπως λαιμός, κεφάλι και στομάχι

1 κόκαλο με μεδούλι

1 κομμάτι ουρά βοδινού

1 κρεμμύδι

2 καρότα

1 κομμάτι σέλινο

2 τομάτες

αλάτι

άσπρο πιπέρι

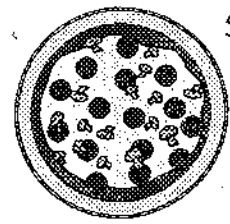
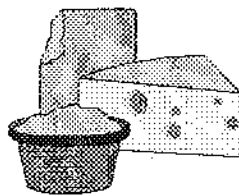
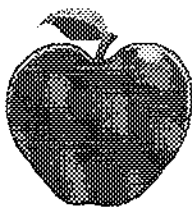
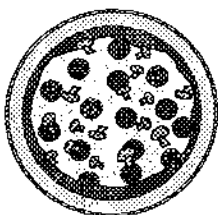
μερικές ίνες από φυτό κρόκο

8 αυγά

1/10 λίτρου ξηρό τσέρι

Εκτέλεση:

Ζεσταίνετε το λίπος σε μια μεγάλη σιδερένια κατσαρόλα και σοτάρετε τα κομμάτια κρέατος, τα εντόσθια και τα κόκαλα, το κομμένο σε τέταρτα κρεμμύδι, τα





Ισπανική Κουζίνα

χονδροκομμένα καρότα, το σέλινο καθώς και τις κομμένες σε τέταρτα τομάτες. Καρυκεύετε με αλάτι και πιπέρι.

Ρίχνετε τον κρόκο και 2 ½ λίτρα νερό. Αφήνετε να βράσουν και αφού χαμηλώσετε τη φωτιά αφήνετε ακόμα ½ ώρα.

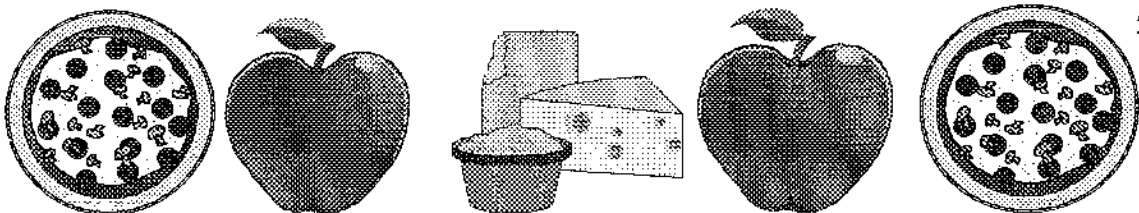
Πολτοποιείτε τα λαχανικά αφού τα περάσετε μέσα από ένα σουρωτήρι σε μια άλλη κατσαρόλα. Αφαιρείτε τα κόκαλα. Χτυπάτε 6 αυγά και προσθέτετε ½ λίτρο από το χλιαρό ζωμό.

Τα ρίχνετε όλα σε ένα πυρίμαχο σκεύος και αυτό σε ένα άλλο με βραστό νερό κάνοντας μπεν μαρί. Ψήνετε στο φούρνο στους 180°C για 45-60 λεπτά. Τα αφήνετε να κρυώσουν και τα τοποθετείτε στο ψυγείο.

Κόβετε σε μικρούς κύβους το παγωμένο αυγό. Ζεσταίνετε τον υπόλοιπο ζωμό, αφήνετε να πάρει μια βράση και απομακρύνετε το σκεύος από τη φωτιά.

Προσθέτετε ανακατεύοντας 2 κροκάδια, ρίχνετε το τσέρι και μην αφήνετε να βράσουν άλλο.

Ρίχνετε το αυγό σε μια σουπιέρα, από πάνω το ζωμό και σερβίρετε αμέσως.





Ισπανική Κουζίνα

ARROS DE PEIX I MARISC - ΣΟΥΠΙΑ ΜΕ ΡΥΖΙ, ΨΑΡΙ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

Σε κάθε λιμάνι της Ισπανίας υπάρχει τουλάχιστον ένα εστιατόριο που σερβίρει ψάρια, στον κατάλογο του οποίου βρίσκεται αυτό το αγγος και πολλοί επισκέπτες θα πουν εντυπωσιασμένοι, ότι αυτή ήταν η καλύτερη ψαρόσουπα της ζωής τους.

Άτομα: 6

Υλικά:

1 κιλό μικρά μεσογειακά ψάρια

αλάτι

1 κύβος ζωμού

1 πιπεριά τσίλι

ίνες από το φυτό κρόκο

12 μύδια

1/10 λίτρου λάδι

12 μικρές γαρίδες

2 καθαρισμένα καλαμάρια

1 μεγάλο κρεμμύδι

6 σκελίδες σκόρδου

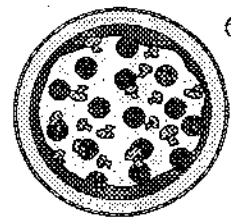
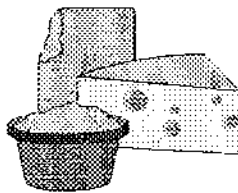
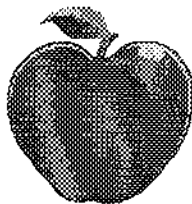
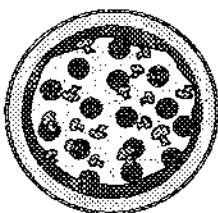
2 τομάτες

2 φλιτζάνια ρύζι γλασέ

½ ματσάκι μαϊντανό

Εκτέλεση:

Τοποθετείτε τα καθαρισμένα ψάρια σε μια κατσαρόλα με 2 ½ λίτρα κρύο νερό. Προσθέτετε αλάτι, τον κύβο, την πιπεριά και τον κρόκο, βράζετε και αφήνετε 10





Ισπανική Κουζίνα

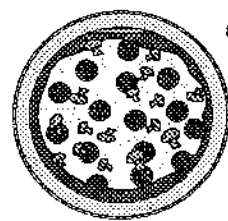
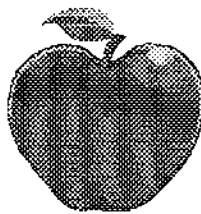
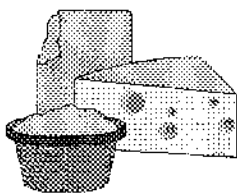
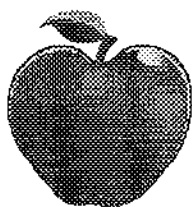
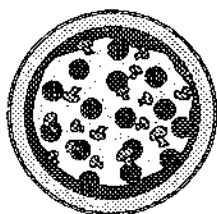
λεπτά. Κατόπιν απομακρύνετε το σκεύος από τη φωτιά. Βράζετε μέσα τα σκουπισμένα μύδια για 5 λεπτά. Έπειτα τα βγάζετε στην άκρη. Τα κλεισμένα μύδια τα πετάτε.

Ζεσταίνετε 4 κουτ. σούπας λάδι και τηγανίζετε τις γαρίδες και τα κομμένα σε λεπτές λωρίδες καλαμάρια, και τα αφήνετε.

Προσθέστε αρκετό λάδι και σοτάρете κατά σειρά το ψιλοκομμένο κρεμμύδι, τις 4 κοπανισμένες σκελίδες σκόρδου και τις καθαρισμένες σε μικρούς κύβους τομάτες. Ρίχνετε λίγο ζωμό και τοποθετείτε το φαγητό σε μια γρέιπονερα.

Ρίχνετε τον καυτό ζωμό πάνω στο φαγητό αφού τον περάσετε από σουρωτήρι, προσθέσετε τα καλαμάρια και το ρύζι και αφήνετε να σιγοβράσουν σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 20 λεπτά. Το βγάζετε, καρυκεύετε όπως θέλετε, προσθέτετε τα ψάρια και τα θαλασσινά και πασπαλίζετε με μαιντανό και 2 σκελίδες κοπανισμένο σκόρδο.

Αφήνετέ το γεύμα σκεπασμένο για 10 λεπτά.





Ισπανική Κουζίνα

BORRET - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΡΕΒΙΘΙΑ

Το τρυφερό μοσχαρίσιο κρέας συνδυάζεται πολύ καλά με το άρωμα φρέσκων φρούτων. Στην Ισπανία ευδοκιμούν μήλα, ροδάκινα και κεράσια.

Τα ρεβίθια με την ιδιαίτερη γεύση τους που θυμίζει καρύδι, είναι ένα εκλεπτυσμένο υλικό για αυτό το νόστιμο γεύμα.

Άτομα: 4-5

Υλικά:

100 γρ. ξηρά ρεβίθια

600 γρ. μοσχαρίσιο κρέας -ομοπλάτη

αλάτι

άσπρο πιπέρι

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

1 κεφάλι σκόρδου

1 δαφνόφυλλο

1 κλαδάκι φρέσκια μαντζουράνα

1/4 λίτρου ζωμός κρέατος

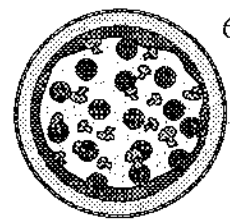
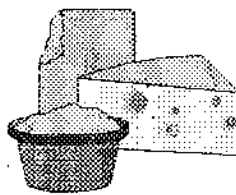
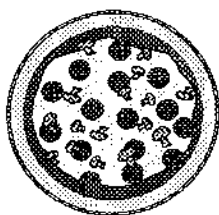
3 βερίκοκα

1 χούφτα κεράσια

1 αχλάδι

Εκτέλεση:

Μαλακώνετε σε νερό τα ξηρά ρεβίθια για μια νύχτα. Την επόμενη μέρα βάζετε φρέσκο νερό και τα βράζετε 50 λεπτά.





Ισπανική Κουζίνα

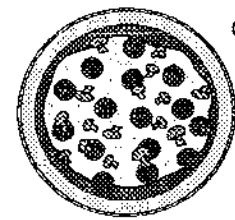
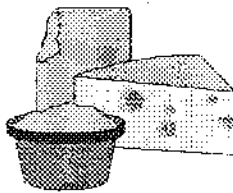
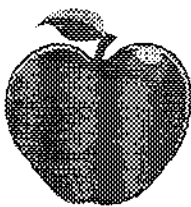
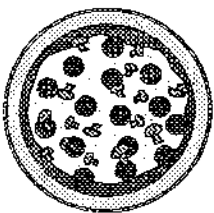
Κόβετε το κρέας σε μεγάλα κομμάτια, ρίχνετε αλάτι, πιπέρι, ζεσταίνετε το λίπος σε μια κατσαρόλα και σοτάρετε τα κομμάτια γύρω-γύρω. Στη συνέχεια προσθέτετε το κεφάλι σκόρδου, το δαφνόφυλλο και τη μαντζουράνα και ρίχνετε το ζωμό.

Τα τοποθετείτε όλα σε μια μεγάλη γρεϊκονεγα και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για περίπου 40 λεπτά.

Βγάζετε το μαλακό πλέον κεφάλι σκόρδου. Προσθέτετε τα ρεβίθια και τα αφήνετε άλλα 20 λεπτά να σιγοβράσουν.

Ζεσταίνετε σε λίγο νερό τα βερίκοκα να μαλακώσουν ελαφρώς, αφαιρείτε τα κουκούτσια τους καθώς και από τα κεράσια και το αχλάδι. Κόβετε το αχλάδι σε κύβους. Αφήνετε τα φρούτα άλλα 10 λεπτά στη σάλτσα να μαλακώσουν.

Στο σερβίρισμα γαρνίρετε με το κεφάλι του σκόρδου.





Ισπανική Κουζίνα

GAZPACHO - ΓΚΑΣΠΑΤΣΟ

Μια δροσερή αναψυκτική σούπα για την καλοκαιρινή βραδιά. Κατάγεται από την Ανδαλουσία αλλά τρώγεται σε όλη την Ισπανία με πολλές παραλλαγές.

Το καλοκαίρι υπάρχει, μόνιμα, στα ισπανικά σπίτια μέσα σε μια γυάλινη σουπιέρα σκεπασμένη με μια πετσέτα διπλωμένη. Μια κουτάλα και μικρά ατομικά μπολ τοποθετούνται, έτοιμα να δεχτούν τους πιθανούς επισκέπτες.

Άτομα: 6

Υλικά:

500 γρ. τομάτες

1 πιπεριά κόκκινη ή πράσινη

150 γρ. ψίχα ψωμιού

5 κουτ. σούπας λάδι

3 κουτ. σούπας ξύδι

1 σκελίδα σκόρδο

1 κρεμμύδι

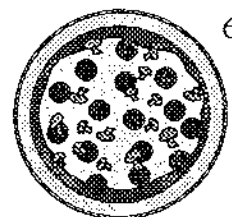
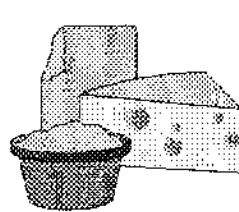
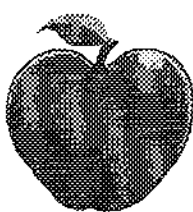
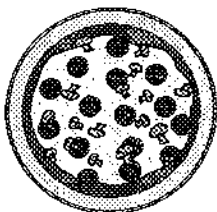
1 πρέζα κόκκινο πιπέρι

1 πρέζα αλάτι

Εκτέλεση:

Το γκασπάτσο της Μάλαγκας ονομάζεται «άσπρο σκόρδο». Λιώνετε το σκόρδο στο γουδί και του προσθέτετε λίγο-λίγο το λάδι. Προσθέτετε ακόμη νερό και μερικές ρόγες σταφυλιού.

Στην Κόρντοβα, το σαλμορέγιο, μια παλιά συνταγή του γκασπάτσο, γίνεται με ψωμί, λάδι, σκόρδο και πιπεριά. Είναι πιο πηχτό από σούπα και μοιάζει με πουρέ.



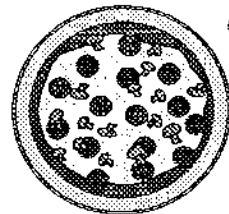
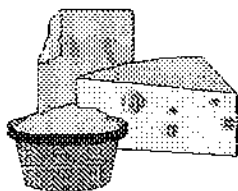
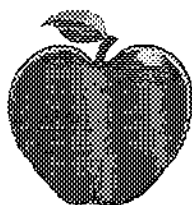
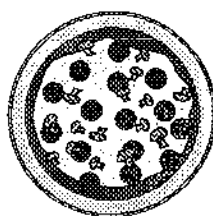


Ισπανική Κουζίνα

Ρίχνετε σε ζεστό νερό τις τομάτες, τις καθαρίζετε και τις κόβετε σε χοντρά κομμάτια. Κόβετε την πιπεριά σε μικρούς κύβους. Ψιλοκόβετε το κρεμμύδι.

Λιώνετε στο γουδί το σκόρδο με λίγο αλάτι και κόκκινο πιπέρι. Προσθέτετε έπειτα το ψωμί, μουλιασμένο σε νερό και στυμμένο και τό λάδι λίγο-λίγο μέχρι να γίνει ένας ομοιόμορφος πολτός. Ρίχνετε τις τομάτες, την πιπεριά και το κρεμμύδι λιωμένο στο γουδί ή στο μίξερ, ανακατεύοντας συνέχεια.

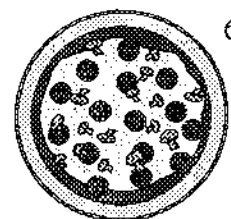
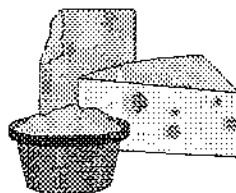
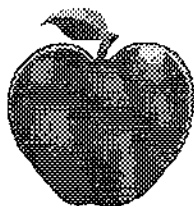
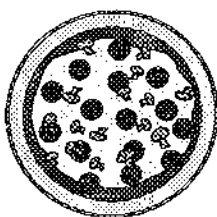
Ρίχνετε στον πουρέ το ξύδι και 1,5 λίτρα κρύο νερό και ανακατεύετε. Τοποθετείτε στο ψυγείο για 2 ώρες περίπου και το σερβίρετε κρύο.





Ισπανική Κουζίνα

ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ





Ισπανική Κουζίνα

CALAMARES EN SU TINTA - (ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ ΣΤΟ ΜΕΛΑΝΙ ΤΟΥΣ)

Άτομα: 6

Υλικά:

1 κιλό καλαμάρια

250 γρ. κρεμμύδια

2 τομάτες

2 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

1 κουτ. σούπας αλεύρι

1 ποτηράκι άσπρο ξηρό κρασί

4 σκελίδες σκόρδο

4 κλωνάρια μαϊντανό

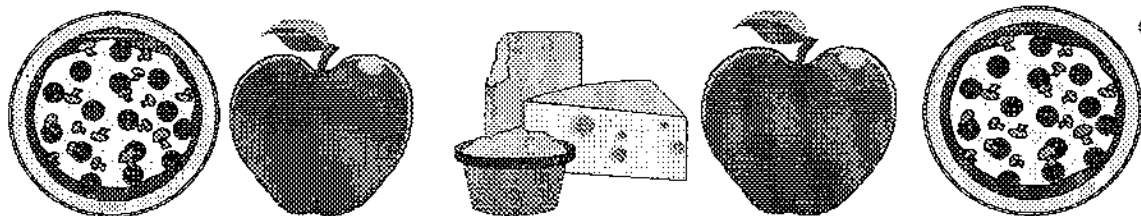
λίγη ζαφορά

αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Πλένετε προσεκτικά τα καλαμάρια. Βγάζετε το μαλακό κόκαλο που βρίσκεται στο εσωτερικό τους και το σακουλάκι που περιέχει μελάνι. Κρατάτε τα σακουλάκια με το μελάνι. Κόβετε σε κομματάκια τα καλαμάρια μαζί με τα πλοκάμια τους. Τα βάζετε σε μια σαλατιέρα και τα πασπαλίζετε με σκόρδο και το μαϊντανό ψιλοκομμένα. Ζεσταίνετε σε ένα μεγάλο τηγάνι το λάδι και σοτάρετε τα κρεμμύδια ψιλοκομμένα και τις τομάτες κομμένες σε κομμάτια.

Όταν πάρουν χρώμα προσθέτετε το αλεύρι και τα ανακατεύετε. Περιχύνετε με άσπρο κρασί και προσθέτετε τη ζαφορά. Προσθέτετε έπειτα τα κομμένα καλαμαράκια. Αλατοπιπερώστε και σιγοβράστε 30 περίπου λεπτά ανακατεύοντας καλά. Στο μεταξύ αδειάζετε τα σακουλάκια με το μελάνι σε ένα ποτήρι με ζεστό νερό μέχρι τη μέση. Ρίχνετε αυτό το μαύρο ζουμί στα καλαμαράκια και στα λαχανικά. Τελειώνετε το μαγειρέμα με χαμηλή φωτιά. Συνοδεύονται με άσπρο ρύζι.





Ισπανική Κουζίνα

AGRIUS - ΑΝΤΣΟΥΓΙΕΣ ΜΑΡΙΝΑΤΕΣ

Οι σαρδέλες αυτές σερβίρονται με το απεριτίφ. Είναι ένας ωραίος μεζές για την ώρα του «Τάπας». Διατηρούνται πολλές μέρες στο ψυγείο.

Άτομα: 4

Υλικά:

250 γρ. σαρδέλες αντσούγιες

200 γρ. ελαιόλαδο

4 σκελίδες σκόρδο

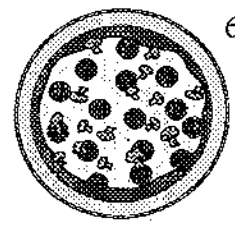
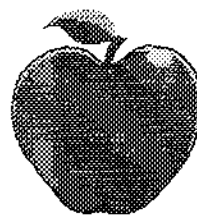
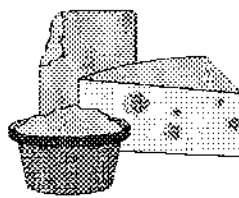
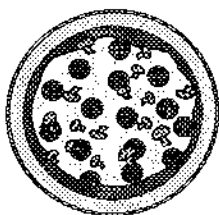
4 κλωνάρια μαϊντανό

1 κουτ. σούπας ξύδι

Εκτέλεση:

Αδειάζετε τις σαρδέλες και βγάζετε το μεσαίο κόκαλο. Τις ανοίγετε και τις αφήνετε 2-3 μέρες σε μια μαρινάδα που θα τη φτιάξετε με λάδι, λιωμένο σκόρδο και αλάτι.

Σερβίρονται με ψιλοκομμένο μαϊντανό και ξύδι.





Ισπανική Κουζίνα

GAMBAS CON AJO - ΓΑΡΙΔΕΣ ΜΕ ΣΚΟΡΔΟ

Άτομα: 6

Υλικά:

600 γρ. μεγάλες γαρίδες

6 σκελίδες σκόρδο

1 καυτερή πιπεριά

2 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

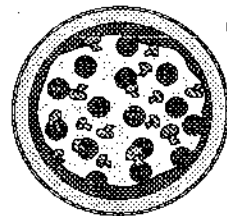
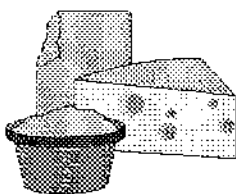
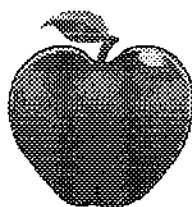
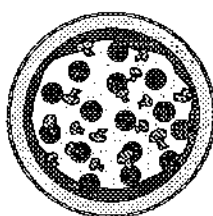
Εκτέλεση:

Καθαρίζετε τις ωμές γαρίδες και τις βάζετε σε ένα πήλινο σκεύος, που να μπαίνει στη φωτιά.

Ρίχνετε πάνω στις γαρίδες το σκόρδο ψιλοκομμένο και την πιπεριά κομμένη σε κομματάκια.

Ζεσταίνετε σε ένα τηγάνι 2 κουταλιές ελαιόλαδο. Όταν ζεσταθεί το ρίχνετε πάνω από τις γαρίδες και βάζετε το πήλινο στη φωτιά για 5 λεπτά περίπου.

Το βγάζετε από τη φωτιά, αλλά το αφήνετε κλειστό για άλλα 5 λεπτά για να τελειώσουν οι γαρίδες το βράσιμό τους. Σερβίρετε αμέσως.





Ισπανική Κουζίνα

BONITO CON TOMATES FRESCAS - (ΤΟΝΟΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΕΣ ΤΟΜΑΤΕΣ)

Άτομα: 4

Υλικά:

800 γρ. τόνος

1 κρεμμύδι

500 γρ. τομάτες

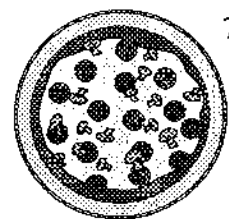
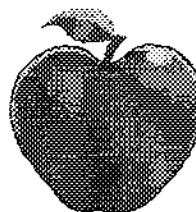
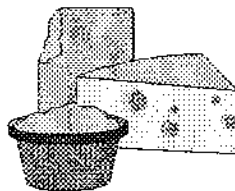
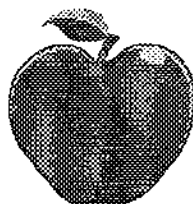
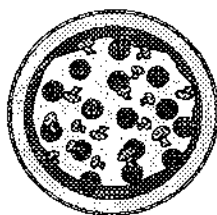
1 ποτήρι άσπρο κρασί

4 σκελίδες σκόρδο

Εκτέλεση:

Ρίγνετε σε μια κατσαρόλα 4 κουταλιές ελαιόλαδο. Όταν ζεσταθεί βάζετε το λιωμένο σκόρδο, ολόκληρο το κρεμμύδι, τις τομάτες σε κομμάτια, το άσπρο κρασί και τον τόνο. Αλατίζετε. Κλείνετε την κατσαρόλα και σιγοβράζετε 10 λεπτά περίπου.

Συνοδεύεται με πατάτες φούρνου.





Ισπανική Κουζίνα

RAP AMB SALSA D' AMELTA - (ΟΞΥΡΥΓΧΟΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ

Το ψάρι αυτό είναι από τα νοστιμότερα της Μεσογείου. Η φίνα γεύση του γίνεται εντονότερη από την κρεμώδη σάλτσα αμυγδάλου. Επειδή το ψάρι αυτό είναι πολύ σπάνιο, γι' αυτό και ακριβό, θεωρείται σπεσιαλιτέ και τρώγεται σε ιδιαίτερες περιπτώσεις.

Άτομα: 4

Υλικά:

400 γρ. πατάτες

αλάτι

800 γρ. οξύρυγχος

1 λεμόνι

άσπρο πιπέρι

2 αυγά

αλεύρι για πασάλισμα

4 κοντ. σούπας λάδι

1/4 λίτρου λευκό ξηρό κρασί

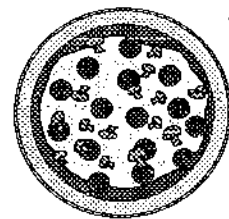
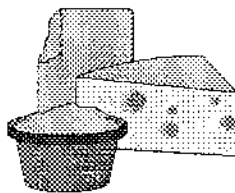
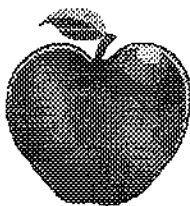
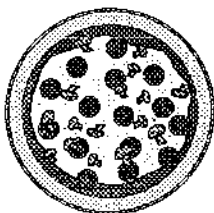
100 γρ. καθαρισμένα και ψιλοκομμένα αμύγδαλα

1/4 λίτρου κρέμα

Εκτέλεση:

Κόβετε σε τέσσερα κομμάτια τις πατάτες και τις βράζετε σε αλατόνερο μέχρι να μαλακώσουν. Κόβετε το ψάρι σε φέτες, το αλείφετε με χυμό λεμονιού και καρυκεύεται με αλάτι και πιπέρι.

Το βουτάτε στα χτυπημένα αυγά με αλεύρι. Ζεσταίνετε 3 κοντ. σούπας λάδι σε ένα τηγάνι και τηγανίζετε το ψάρι πολύ καλά και από τις δύο πλευρές. Ρίχνετε κρασί,





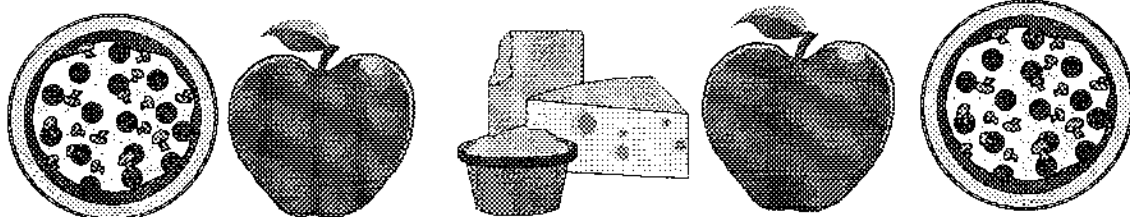
Ισπανική Κουζίνα

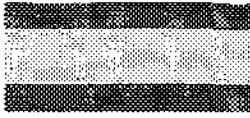
αφήνετε να πάρει μια σύντομη βράση και το αφήνετε να σιγοβράσει σε χαμηλή φωτιά για περίπου 10 λεπτά.

Ζεσταίνετε 1 κουτ. σούπας λάδι σε ένα δεύτερο τηγάνι, καβουρδίζετε τα αμύγδαλα και τα κοπανάτε στο γουδί.

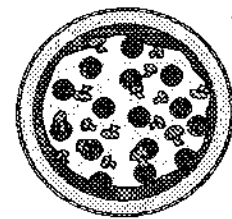
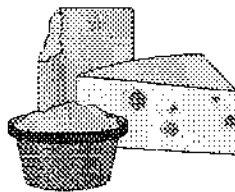
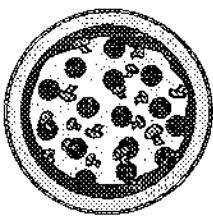
Τοποθετείτε το ψάρι πάνω σε ένα δίσκο, ανακατεύετε τα αμύγδαλα και την κρέμα στη σάλτσα και αφήνετε να πάρουν άλλη μια βράση.

Περιχύνετε με το μίγμα αυτό το ψάρι και τοποθετείτε τις πατάτες γύρω από αυτό.





ΚΡΕΑΤΑ





Ισπανική Κουζίνα

ENTRECOT AMB PURE D' ALBERCOCS - ΕΝΤΡΕΚΟΤ ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΒΕΡΙΚΟΚΟ

Το άρωμα ώριμων βερίκοκων και το τρυφερό τους οξύ αποτελούν μια όμορφη αντίθεση σε νόστιμα φαγητά όπως εδώ το εντρεκότ. Στην Ισπανία ετοιμάζεται και από βόδι ή μοσχάρι.

Το ιδιαίτερα τρυφερό κρέας από τα παιδάκια καλό είναι να αλατιστεί μετά το ψήσιμο.

Οι χονδρές φέτες κόβονται πριν από το σερβίρισμα διαγώνια.

Άτομα: 2

Υλικά:

500 γρ. ώριμα βερίκοκα.

1/4 λίτρου ξηρό λευκό κρασί

2 εντρεκότ

150 γρ. κομμένο σε λεπτές φέτες λαρδί

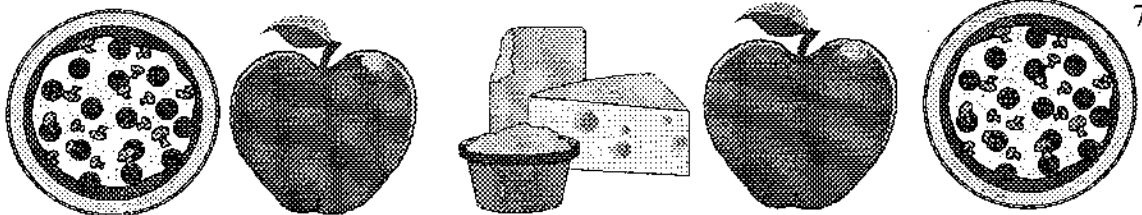
αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Κόβετε τα βερίκοκα, αφαιρείτε τα κουκούτσια και τα βάζετε στο λευκό κρασί να μαλακώσουν.

Τοποθετείτε πάνω στο κρέας τις φέτες από λαρδί και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 250°C για 20 λεπτά στο γκριλ. Στη συνέχεια ρίχνετε αλάτι και πιπέρι.

Περνάτε τα βερίκοκα από ένα σουρωτήρι ενώ αφαιρείτε τη φλούδα τους. Γαρνίρετε το έτοιμο κρέας μαζί με τα υγρά από το ψήσιμο πάνω σ' ένα δίσκο με τον πουρέ από βερίκοκα. Σερβίρεται και κρύο.





Ισπανική Κουζίνα

LIENGUA DE VEDELLA AMB TAPERES - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΓΛΩΣΣΑ ΣΕ ΣΑΛΤΣΑ ΚΑΠΑΡΗ

Η κάπαρη φυτρώνει στην Ισπανία σε άγρια μορφή στους θάμνους, στους τοίχους, στις άκρες των δρόμων ή τη φυτεύουν ανάμεσα στις κληματαριές. Συλλέγονται οι κλειστοί βολβοί των θάμνων στο τέλος του χρόνου. Όσο μικρότεροι τόσο καλύτεροι είναι.

Άτομα: 6

Υλικά:

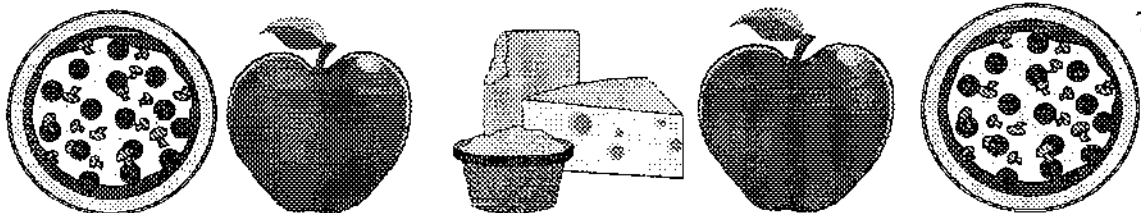
1-2 μοσχαρίσιες γλώσσες
50 γρ. sobrassada
2 κουτ. σούπας λάδι
αλάτι
1 μεγάλο κρεμμύδι
4 σκελίδες σκόρδου
2 δαφνόφυλλα
2 γαρύφαλλα
κόκκοι από πιπέρι
1 ράβδο κανέλλας
ίνες από φυτό κρόκο
4-5 πατάτες

Σάλτσα:

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινό
2 κουτ. σούπας κορν φλάουρ
1/10 λίτρου γάλα
30 γρ. κάπαρη
μερικά κλαδάκια μάραθο, χαιρόφυλλο ή
μαϊντανό

Εκτέλεση:

Ψήνετε σ' ένα μεγάλο σκεύος τη γλώσσα και την κομμένη σε φέτες sobrassada, μέσα σε καυτό λάδι.





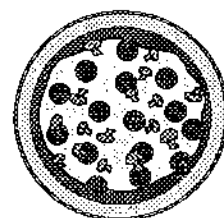
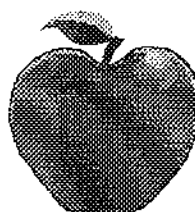
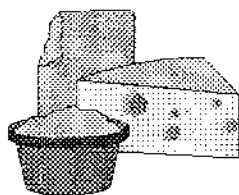
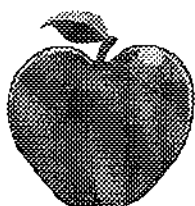
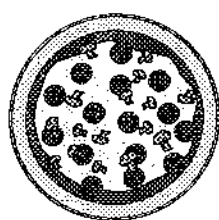
Ισπανική Κουζίνα

Προσθέτετε το κρεμμύδι κομμένο σε φέτες, τις κοπανισμένες σκελίδες σκόρδου και τα μπαχαρικά και τα αφήνετε όλα μαζί να βράσουν για περίπου 20 λεπτά. Περνάτε τις γλώσσες από κρύο νερό, τις καθαρίζετε, τις κόβετε σε χοντρές φέτες και τις τοποθετείτε σε μία γρεϊκοπεγα, αφού φροντίσετε να τις κρατήσετε ζεστές.

Βγάξτε από το σκεύος τις πατάτες, τα κρεμμύδια και τις φέτες sobrassada και τα κρατάτε ζεστά.

Σάλτσα:

Ζεσταίνετε το λίπος, προσθέτετε το κορν φλάουρ και ρίχνετε περίπου 1/4 ζωμό και γάλα, την κάπαρη και τα χορταρικά ψιλοκομμένα. Βράζετε για λίγο και περιχύνετε με αυτή τη σάλτσα τις γλώσσες.





Ισπανική Κουζίνα

CARN FREDA AMB LLOM - ΚΡΥΑ ΝΕΦΡΑΜΙΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ ΜΕ ΚΡΟΥΣΤΑ ΑΠΟ ΖΑΧΑΡΗ

Η νεφραμιά χοιρινού με κρούστα από ζάχαρη είναι καλυμμένη από ζελέ. Αν προτιμάτε έναν απλό ζωμό κρέατος, τότε θα πρέπει να αφήσετε κατά μέρος το ρύγχος του χοιρινού, το οποίο δημιουργεί το ζελέ.

Υλικά:

1 κιλό νεφραμιά χοιρινού
1 ρύγχος χοιρινού
½ λίτρο λευκό ξηρό κρασί
1/4 λίτρο νερό
1 μεγάλο κρεμμύδι
αλάτι, άσπρο πιπέρι

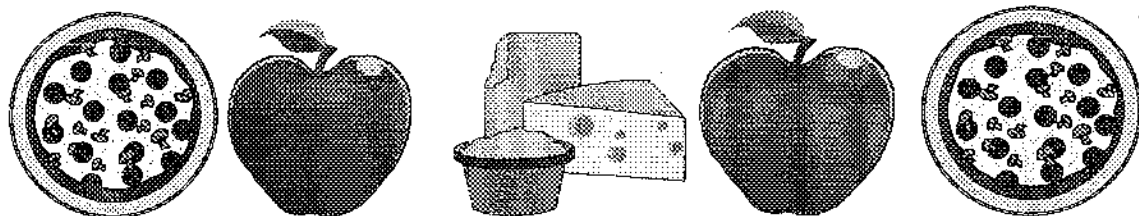
Για την κρούστα:

6 κουτ. σούπας ζάχαρη
6 κουτ. σούπας νερό

Εκτέλεση:

Βάζετε το κρέας και το ρύγχος να βράσουν σε κρασί και νερό. Προσθέτετε το κομμένο σε φέτες κρεμμύδι και ολόκληρες τις καθαρισμένες σκελίδες σκόρδου, ενώ καρυκεύετε προσεκτικά με αλάτι και πιπέρι.

Αφήνετε το φαγητό να βράσει περίπου 1 ώρα. Όταν μαλακώσει το κρέας, το τοποθετείτε σε μια ορθογώνια ή οβάλ φόρμα, περνώντας το από σουρωτήρι, που η πλάτη της νεφραμιάς να μην καλύπτεται ολόκληρη. Αφήνετε να κρυώσει και το τοποθετείτε στο ψυγείο.



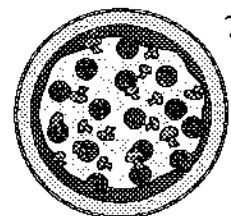
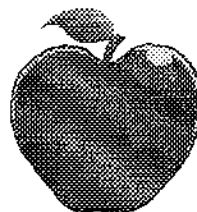
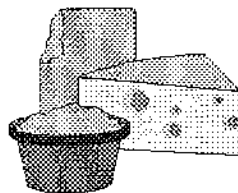
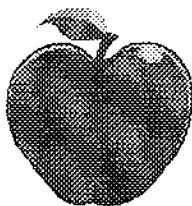
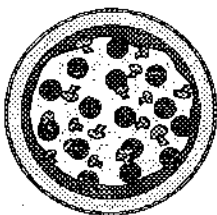


Ισπανική Κουζίνα

Για την κρούστα:

Ζεσταίνετε ζάχαρη και νερό σε ένα μικρό τηγάνι και ανακατεύετε τόσο ώρα, μέχρι να εξατμιστεί πάλι ένα μέρος του νερού και να καραμελώσει η ζάχαρη. Αν η καραμέλα γίνει πολύ σκούρα, τότε θα είναι πικρή.

Περιχύνετε με την καραμέλα την πλάτη της νεφραμιάς ομοιόμορφα. Θα γίνει αμέσως σκληρή κρούστα, όταν έρθει σε επαφή με το κρύο κρέας.





Ισπανική Κουζίνα

ROSTIT DE BOU - ΨΗΤΟ ΒΟΔΙΝΟ

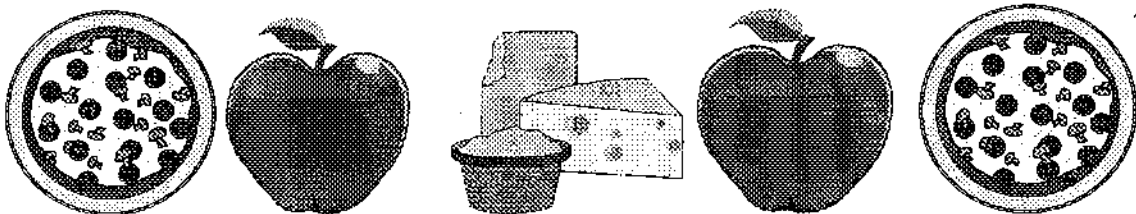
Για το ψητό αυτό, χρησιμοποιήστε καλύτερα κρέας από νεαρό βόδι, φρέσκου κόκκινου χρώματος, με τις ίνες καλυμμένες από λεπτές φλέβες λίπους.

Υλικά:

- 800 γρ. κρέας βοδινού
- αλάτι, πιπέρι
- 3 κουτ. σούπας λάδι
- 1 κεφάλι σκόρδου
- 1 μεγάλο κρεμμύδι
- 2 πράσα
- 3 τομάτες
- 1 δαφνόφυλλο
- 1/4 λίτρου ξηρό λευκό κρασί
- 4 πατάτες
- 200 γρ. φρέσκος αρακάς

Για τη σάλτσα:

- 30 γρ. καθαρισμένα αμύγδαλα
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 1 ματσάκι μαϊντανό
- 1 κύβο ζωμού
- 1 μύτη μαχαιριού μοσχοκάρυδο
- ½ κουτ. γλυκού oregano
- μερικές ίνες από φυτό κρόκο
- 1/10 λίτρου γλυκό κρασί ή cream-sherry





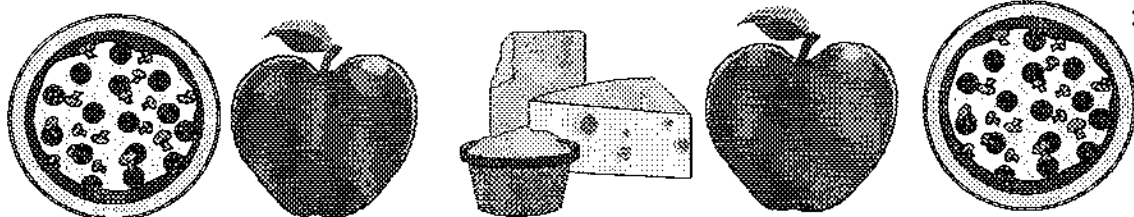
Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

Κόβετε το κρέας σε μερίδες, το καρυκεύετε και το τηγανίζετε σε ένα μεγάλο σιδερένιο τηγάνι με λάδι απ' όλες τις πλευρές. Το βγάζετε και το κρατάτε ζεστό σε μια γρεϊκοπερα. Στο λίπους που έχει μείνει τηγανίζετε κατά σειρά το κεφάλι του σκόρδου, το ψιλοκομμένο κρεμμύδι, το πράσο κομμένο σε λωρίδες 3 εκατ. και τις καθαρισμένες κομμένες σε μικρούς κύβους τομάτας. Προσθέτετε και το δαφνόφυλλο και το κρασί, βράζετε και περιχύνετε με αυτό το μίγμα το κρέας. Τα αφήνετε όλα μαζί στο φούρνο στους 200°C για μια ώρα να ψηθούν. Κατόπιν προσθέτετε τις καθαρισμένες κομμένες σε τέταρτα πατάτες, ψήνετε ακόμα ½ ώρα. Προσθέτετε τον αρακά και μετά από 20 λεπτά το φαγητό είναι έτοιμο.

Για τη σάλτσα:

Κοπανάτε τα αμύγδαλα, το σκόρδο, το μαϊντανό, τον κύβο και τα μπαχαρικά και τα προσθέτετε ανακατεύοντας με κρασί ή τσέρι στη σάλτσα. Το αφήνετε άλλα 10 λεπτά στο φούρνο.





Ισπανική Κουζίνα

PORCELLA EN SE FORN - ΨΗΤΟ ΓΟΥΡΟΥΝΟΠΟΥΛΟ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

Για να δείξει την ποιότητα από το ψητό γουρουνόπουλο, ένας ξενοδόχος από το καλλιτεχνικό χωριό Ανατολή, το κόβει με την άκρη του πιάτου, το οποίο στη συνέχεια σπάζει στο πάτωμα. Ένα σόου για το μοναδικό αυτό γεύμα.

Υλικά:

- 2 κιλά κομμάτια από γουρουνόπουλο γάλακτος με την πέτσα
- αλάτι, πιπέρι
- 3 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού
- 1 κιλό γλυκοπατάτες - Bataten ή Desiree

Για τη μαρινάδα:

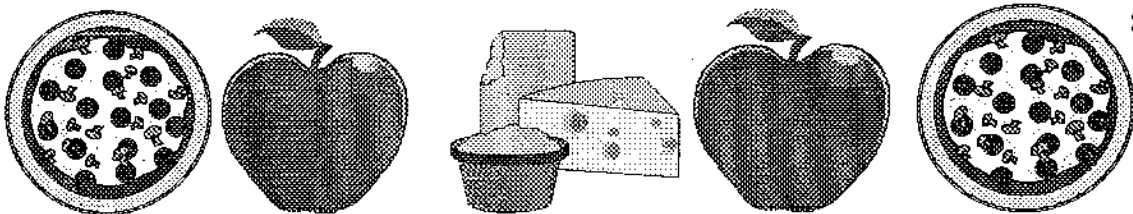
- 4 σκελίδες σκόρδου
- 1 λεμόνι
- 4 κουτ. σούπας μέλι
- 1 κουτ. γλυκού ζάχαρη
- 1/10 λίτρου ισπανικό κονιάκ
- κλαδάκια κουκουναριάς ή από έλατο για το ταψί.

Εκτέλεση:

Χαράζετε την πέτσα από τα κομμάτια κρέατος και καρυκεύετε τα κομμάτια με αλάτι και πιπέρι. Ζεσταίνετε λίπος σε ένα μεγάλο σιδερένιο τηγάνι και τηγανίζετε πολύ καλά το κρέας.

Για τη μαρινάδα:

Ανακατεύετε τις κοπανισμένες σκελίδες σκόρδου, το χυμό λεμονιού και τις 2 κουτ. σούπας μέλι μαζί.





Ισπανική Κουζίνα

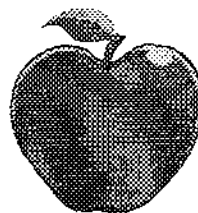
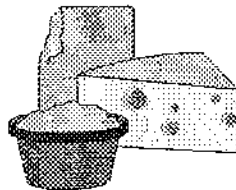
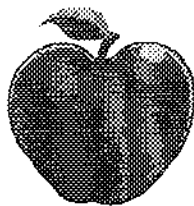
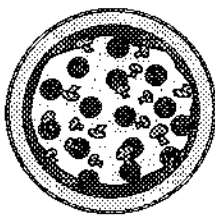
Τοποθετείτε πάνω στο ταψί τα κλαδάκια από κουκουναριά και από πάνω βάζετε τα κομμάτια κρέατος.

Καθαρίζετε τις πατάτες και τις κόβετε σε τέταρτα, τις τηγανίζετε στο λίπος και τις προσθέτετε.

Τοποθετείτε το ταψί μέσα στον προθερμασμένο φούρνο και ψήνετε στους 200°C για περίπου 60-75 λεπτά.

Αλείφετε αρκετές φορές το κρέας κατά τη διάρκεια του ψησίματος με τη μαρινάδα. Αλείφετε τις πατάτες με το υπόλοιπο μέλι και πασπαλίζετε από πάνω με ζάχαρη.

Στο τέλος περιχύνετε το κρέας με κονιάκ και το ψήνετε περίπου 10 λεπτά, μέχρι να γίνει τραγανό και να πάρει χρώμα.





Ισπανική Κουζίνα

LIOM AMB COL - ΝΕΦΡΑΜΙΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ ΜΕ ΚΑΡΜΠΟΛΑΧΑΝΟ

Τα γουρούνια είναι από πανάρχαια χρόνια ιδιαίτερα αγαπητά στην ισπανική κουζίνα. Ίσως ο λόγος είναι η ελεύθερη βοσκή των χοίρων, η οποία βελτιώνει πολύ τη γεύση του κρέατος. Για τη συνταγή αυτή χρησιμοποιείται μια νεφραμιά χοιρινού, που είναι γνωστή ως καρέ χοιρινού, ή πλάτη χοιρινού ή κοτολέτα.

Υλικά:

1 κιλό καρμπολάχανο

αλάτι, πιπέρι

800 γρ. νεφραμιά χοιρινού

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

1/4 λίτρου ξηρό λευκό κρασί

100 γρ. λαρδί

1 μεγάλο κρεμμύδι

4 σκελίδες σκόρδου

2 τομάτες

θυμάρι - μαντζουράνα

Σάλτσα:

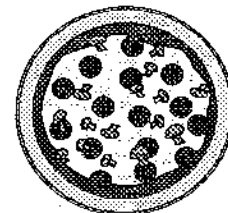
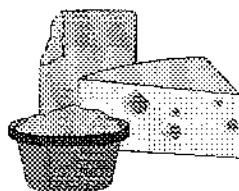
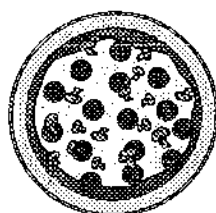
30 γρ. καθαρισμένα ψιλοκομμένα αμύγδαλα

1 κουτ. σούπας λάδι

30 γρ. κουκουνάρι

30 γρ. σταφίδες

30 γρ. μαύρες ελιές χωρίς το κουκούτσι





Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

Κόβετε σε τέσσερα κομμάτια το καρμπολάχανο, ζεματάτε τα φύλλα του και τα αφήνετε να στραγγίσουν.

Τηγανίζετε την αλατισμένη νεφραριά με 1 κουτ. σούπας λίπος και την αφήνετε να σιγοψηθεί για 20 λεπτά.

Την κόβετε σε φέτες και την τοποθετείτε σε μια μεγάλη γρεϊκονερα. Αδειάζετε το λίπος. Ρίχνετε 1 φλιτζάνι κρασί στα καμένα ψητού που έχουν μείνει στο ταψί και τα προσθέτετε.

Τοποθετήστε τα φύλλα καρμπολάχανου πάνω στο κρέας και κρατάτε το εγύμα ζεστό.

Ζεσταίνετε το υπόλοιπο λίπος και σοτάρτε κατά σειρά το λαρδί κομμένο σε κύβους, το ψιλοκομμένο κρεμμύδι, ολόκληρες τις σκελίδες σκόρδου και τις καθαρισμένες κομμένες σε μικρούς κύβους τομάτες.

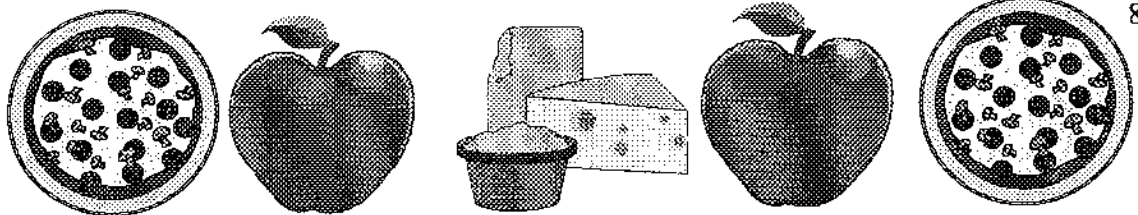
Ρίχνετε το υπόλοιπο κρασί και περιχύνετε με όλο αυτό το μίγμα το καρμπολάχανο. Προσθέτετε και τα αρωματικά χόρτα. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 40 λεπτά.

Σάλτσα:

Καβουρδίζετε τα αμύγδαλα σε 1 κουτ. σούπας λάδι, τα κοπανάτε και τα προσθέτετε στη σάλτσα ανακατεύοντας.

Καβουρδίζετε το κουκουνάρι και τις σταφίδες, κόβετε στη μέση τις ελιές, τις ψήνετε και αυτές ελαφρά και ρίχνετε όλο αυτό το μίγμα πάνω στο καρμπολάχανο.

Τα αφήνετε ακόμα 10 λεπτά στο φούρνο.





Ισπανική Κουζίνα

ROSTIT D' ANYELL - ΨΗΤΟ ΑΡΝΙ

Μακριά από τα τουριστικά κέντρα, θα συναντήσετε πολλές εικόνες βιβλικής ομορφιάς: κοπάδια κάτω από τα ελαιόδεντρα. Αυτή η συνάντηση με μια παράδοση χιλιάδων ετών βρίσκει αντίκτυπο στην κουζίνα.

Υλικά:

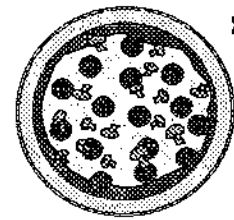
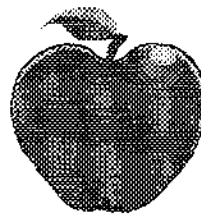
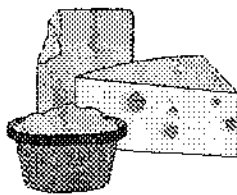
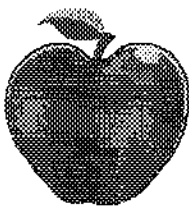
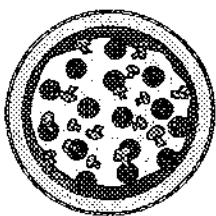
3 κουτ. σούπας λίπος χοιρινό
αλάτι, πιπέρι
1 κιλό αρνίσιο κρέας -πλάτη ή μπούτι
δεντρολίβανο, θυμάρι
1 κεφάλι σκόρδου
8 μικρά νεαρά κρεμμύδια
3 τομάτες

Μαρινάδα:

2 σκελίδες σκόρδου
½ λεμόνι
2 εκ. λίτρου ισπανικό κονιάκ
1 κουτ. σούπας μέλι
1 κύβος ζωμού
½ κουτ. γλυκού κοπανισμένα σπόρια μάραθου

Συνοδευτικό:

4-5 πατάτες
1 κρεμμύδι
½ λεμόνι
λίπος για τηγάνισμα





Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

Ζεσταίνετε 2 κουτ. σούπας λίπος σε ένα μεγάλο σιδερένιο σκεύος, σοτάρετε καλά το αλατισμένο κρέας, σβήνετε με νερό, τοποθετείτε τα αρωματικά χόρτα πάνω στο κρέας και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 1 ώρα.

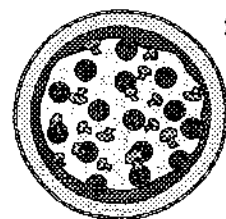
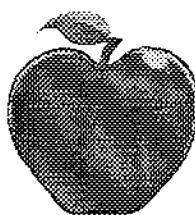
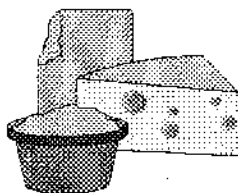
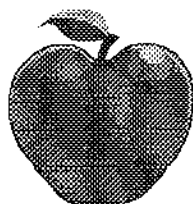
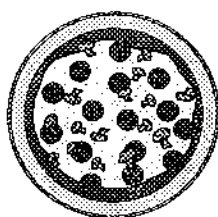
Εν τω μεταξύ αδειάζετε το λίπος σε ένα σιδερένιο τηγάνι, σοτάρετε το κεφάλι του σκόρδου, ολόκληρα τα κρεμμύδια και στη συνέχεια τις καθαρισμένες κομμένες σε μικρούς κύβους τομάτες, ρίχνετε 1 φλιτζάνι νερό και τα προσθέτετε όλα στο κρέας. Βγάζετε τα μπαχαρικά.

Μαρινάδα:

Ανακατεύετε το κοπανισμένο σκόρδο με τα υπόλοιπα υλικά καλά. Αλείφετε το κρέας αρκετές φορές με τη μαρινάδα και το ψήνετε άλλη 1 ½ ώρα. Αν χρειαστεί αφαιρείτε τη σάλτσα. Βγάζετε το μαλακό πλέον κεφάλι σκόρδου.

Συνοδευτικό:

Κόβετε τις πατάτες σε φαρδιά μαστουνάκια, τα κρεμμύδια σε φέτες, ζεσταίνετε το λίπος και τα τηγανίζετε όλα κατά σειρά. Αφαιρείτε το λίπος και σβήνετε με το χυμό λεμονιού. Αλατίζετε. Το αφήνετε σκεπασμένο να ψηθεί λίγο ακόμα στον ατμό.





Ισπανική Κουζίνα

BORRET - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΡΕΒΙΘΙΑ

Το τρυφερό μοσχαρίσιο κρέας συνδυάζεται πολύ καλά με το άρωμα των φρέσκων φρούτων. Στην Ισπανία ευδοκιμούν μήλα, ροδάκινα και κεράσια. Τα ρεβίθια με την ιδιαίτερη γεύση τους που θυμίζει καρύδι, είναι ένα εκλεπτυσμένο υλικό γι' αυτό το νόστιμο γεύμα.

Υλικά:

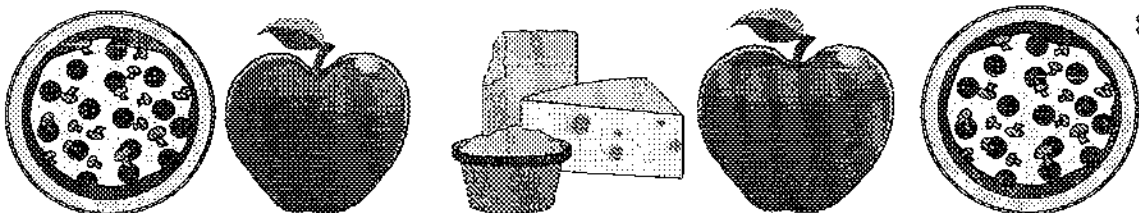
100 γρ. ξηρά ρεβίθια
600 γρ. μοσχαρίσιο κρέας -ωμοπλάτη-
αλάτι, άσπρο πιπέρι
2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού
1 κεφάλι σκόρδου
1 δαφνόφυλλο
φρέσκια μαντζουράνα
1/4 λίτρου ζωμός κρέατος
3 βερίκοκα
1 χούφτα κεράσια
1 αχλάδι

Εκτέλεση:

Μαλακώνετε τα ξερά ρεβίθια για μια νύχτα. Την επόμενη μέρα βάζετε φρέσκο νερό και τα βράζετε 50 λεπτά.

Κόβετε το κρέας σε μεγάλα κομμάτια, ρίχνετε αλάτι και πιπέρι, ζεσταίνετε το λίπος σε μια κατσαρόλα και σοτάρτε τα κομμάτια γύρω γύρω.

Στη συνέχεια προσθέτετε το κεφάλι σκόρδου, το δαφνόφυλλο και τη μαντζουράνα και ρίχνετε και ζωμό. Τα τοποθετείτε όλα σε μια μεγάλη γρεξιοπεγα και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για περίπου 40 λεπτά.





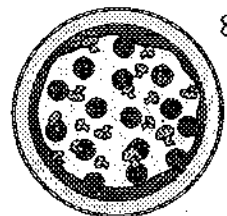
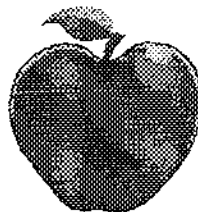
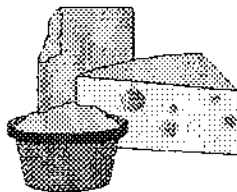
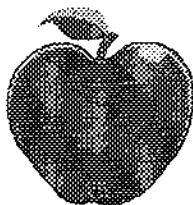
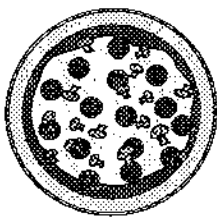
Ισπανική Κουζίνα

Βγάξετε το μαλακό πλέον κεφάλι σκόρδου. Προσθέτετε τα ρεβίθια και τα αφήνετε άλλα 20 λεπτά να σιγοβράσουν.

Ζεσταίνετε σε λίγο νερό τα βερίκοκα να μαλακώσουν ελαφρώς, τα κόβετε σε τέταρτα, τα καθαρίζετε, αφαιρείτε τα κουκούτσια τους καθώς και από τα κεράσια και το αχλάδι.

Κόβετε το αχλάδι σε κύβους. Αφήνετε τα φρούτα άλλα 10 λεπτά στη σάλτσα να μαλακώσουν.

Στο σερβίρισμα γαρνίρετε με το κεφάλι του σκόρδου.





Ισπανική Κουζίνα

LIOM DE PORE FARCIT AMB FIGUES - ΝΕΦΡΑΜΙΑ ΧΟΙΡΙΝΟΥ ΓΕΜΙΣΤΗ ΜΕ ΣΥΚΑ

Από την εποχή των Ρωμαίων γέμιζαν το ισπανικό γουρούνι με σύκα, τα οποία υπάρχουν άφθονα. Ένας παλιός κανόνας που εφαρμόζεται σήμερα ακόμη, λέει, ότι ο πεζοπόρος επιτρέπεται να πάρει απ'τους ώριμους καρπούς τόσους όσους μπορεί να φάει.

Υλικά:

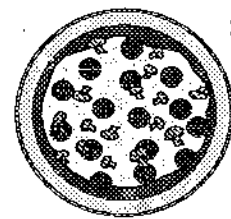
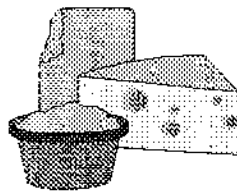
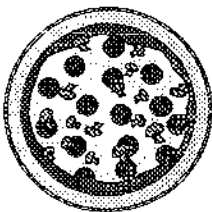
Άγρια αρωματικά χορταρικά -θυμάρι, δάφνη, δεντρολίβανο-
600 γρ. νεφραμιά χοιρινού
2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

Γέμιση:

50 γρ. sobrassada
50 γρ. λιπαρό λαρδί
150 γρ. ξερά σύκα
2 σκελίδες σκόρδου
100 γρ. κιμάς χοιρινού
1 ασπράδι αυγού
1 μύτη μαχαιριού γαρύφαλλο
50 γρ. κουκουνάρι
αλάτι, πιπέρι

Σάλτσα:

1 κύβος ζωμού
1/4 λίτρου λευκό ξηρό κρασί
1 κουτ. σούπας αλεσμένα αμύγδαλα
4 εκ. λίτρου ισπανικό κονιάκ





Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

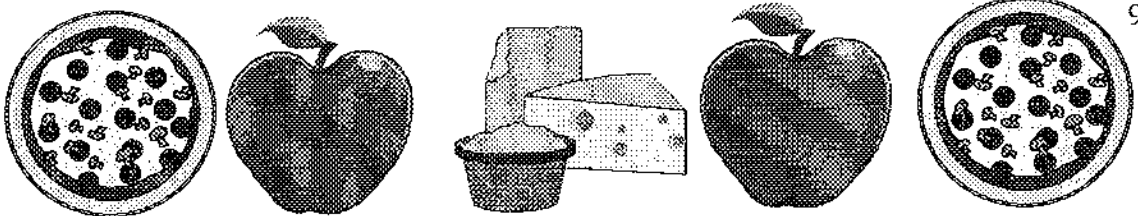
Τοποθετήστε τα χορταρικά μέσα σε μια μεγάλη greixonera. Κόβετε σε σπιράλ κατά μήκος τη νεφραμιά, έτσι ώστε να δίνει λεπτές φέτες και καρυκεύετε.

Γέμιση:

Κόβετε σε κύβους τη sobrassada και το λαρδί, ψιλοκόβετε τα σύκα και τις καθαρισμένες σκελίδες σκόρδου και τα ανακατεύετε όλα μαζί με το χοιρινό κιμά και τα υπόλοιπα υλικά, ενώ ρίχνετε αλάτι και πιπέρι. Αλείφετε τη νεφραμιά, την τυλίγετε σε ρολό και τη δένετε με νήμα. Τοποθετείτε το κρέας πάνω στα χορταρικά και το αλείφετε με λίγο λίπος. Στη συνέχεια το βάζετε στο φούρνο στους 200°C και ψήνετε για 1 ώρα περίπου. Αλείφετε συχνά με λίπος.

Όταν το κρέας αρχίσει να παίρνει χρώμα διαλύετε για τη σάλτσα τον κύβο σε 1/8 λίτρου κρασί και περιχύνετε το κρέας. Προσθέτετε το υπόλοιπο κρασί, ενώ προσέχετε να μη γίνει πολύ ρευστή η σάλτσα.

10 λεπτά πριν τελειώσει ο χρόνος μαγειρέματος βγάζετε τα χορταρικά και προσθέτετε ανακατεύοντας τα αμύγδαλα. Πριν το σερβίρισμα ρίχνετε το κονιάκ πάνω στο κρέας.





Ισπανική Κουζίνα

PILOTES - ΚΕΦΤΕΛΑΚΙΑ

Τα γεύματα με κιμά είναι αγαπητά σε ολόκληρο τον κόσμο και φυσικά υπάρχουν και στην ισπανική κουζίνα. Πολύ «ισπανικό» θεωρείται να σερβίρεται μαζί με ένα sofrit και τηγανητές ή βραστές πατάτες. Πάνω από τις τηγανητές πατάτες πασπαλίζουν στο τέλος καβουρδισμένο κουκουνάρι και ψιλοκομμένο μαιντανό.

Υλικά:

1 μπαγιάτικο ψωμάκι

1/10 λίτρου κρασί

1 κρεμμύδι

4 σκελίδες σκόρδου

μαιντανός, μέντα και ματζουράνα

400 γρ. αρνίσιο κρέας

100 γρ. sobrassada, περασμένα μαζί δύο φορές από τη μηχανή του κιμά

1 αυγό

½ κύβο ζωμού

αλάτι, πιπέρι,

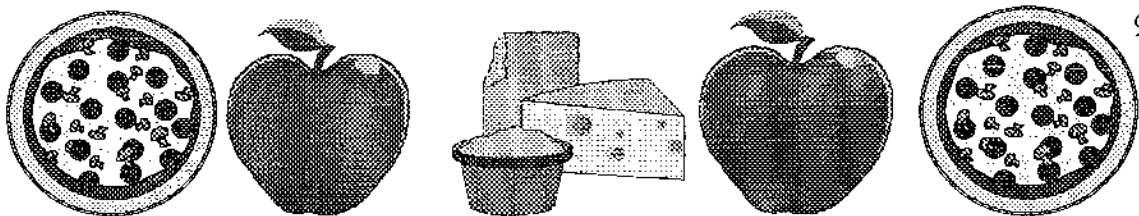
γαλέτα

λίπος για τηγάνισμα

Εκτέλεση:

Μαλακώνετε το ψωμάκι στη μισή ποσότητα κρασιού. Ψιλοκόβετε το κρεμμύδι, τις σκελίδες σκόρδου και τα χορταρικά και τα ανακατεύετε καλά με τον κιμά και το αυγό, το στυμμένο ψωμάκι, τον κύβο ζωμού διαλυμένο σε λίγο νερό, το αλάτι και το πιπέρι.

Τα πλάθετε σε μπαλάκια περίπου 4 εκατ., αφού βουτάτε τα δάχτυλά σας κάθε φορά στο υπόλοιπο κρασί.

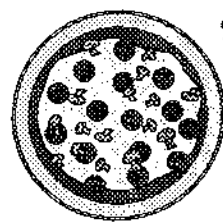
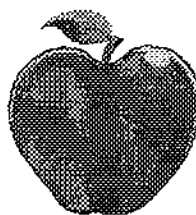
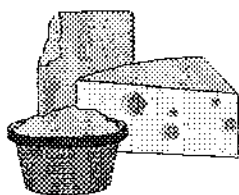
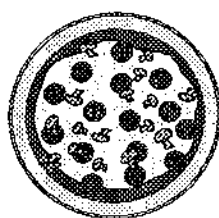




Ισπανική Κουζίνα

Γεμίζετε ένα ποτήρι με λίγη γαλέτα και ρίχνετε πάντα από ένα μπαλάκι μέσα για να παρναριστεί. Κουνάτε το ποτήρι μέχρι το μπαλάκι να σκεπαστεί με γαλέτα και να πάρει την τελική στρογγυλή του μορφή.

Ζεσταίνετε λίπος σ' ένα τηγάνι και τηγανίζετε τα Pilotes ενώ τα γυρίζετε αρκετές φορές με ένα πιρούνι για να ψηθούν ομοιόμορφα.





Ισπανική Κουζίνα

ROSTIT HUMIT - ΒΡΑΣΤΟ ΞΙΝΟ ΚΡΕΑΣ

Το Rostit humit είναι ένα ενδιάμεσο γεύμα, που ονομάζεται και alumerto. Σερβίρεται κυρίως το μεσημέρι και έχει σχεδόν την ίδια σημασία όπως το γκούλας στην Αυστρία. Μέσα στη σάλτσα μπορείτε να ρίξετε μερικές τηγανητές ή βραστές πατάτες ή να μουσκέψετε απλά άσπρο ψωμί.

Άτομα: 4

Υλικά:

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

600 γρ. μοσχαρίσιο ή χοιρινό κρέας (στήθος ή μπούτι)

4 μικρά κρεμμυδάκια

4 σκελίδες σκόρδου

2 τομάτες

χυμό 1 λεμονιού

3 κουτ. σούπας ξύδι

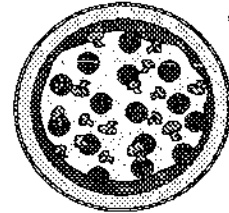
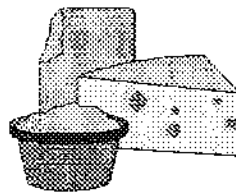
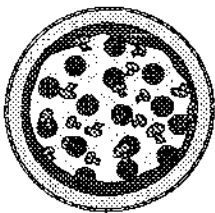
1 δαφνόφυλλο

1/4 λίτρου ζωμός κρέατος

αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Ζεσταίνετε το λίπος χοιρινού σε μια μεγάλη σιδερένια κατσαρόλα και κατόπιν το κομμένο σε κύβους κρέας, το κομμένο σε τέταρτα κρεμμύδια, τις κοπανισμένες σκελίδες σκόρδου και τις καθαρισμένες κομμένες σε τέταρτα ντομάτες. Προσθέστε αλάτι, πιπέρι και χυμό λεμονιού, ξύδι και το δαφνόφυλλο. Ρίχνετε και το ζωμό κρέατος και αφήνετε να βράσει. Χαμηλώνετε τη φωτιά και σιγοβράζετε για περίπου 1 ώρα μέχρι να πήξει η σάλτσα.





Ισπανική Κουζίνα

OFAGAT - ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΟ ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ

Τις σάλτσες τους οι Ισπανοί σπάνια τις δένουν με αλεύρι, αφού προτιμούν τα αμύγδαλα, που από την εποχή της κυριαρχίας των Μαυριτανών αποτελούν το βασικό υλικό πολλών φαγητών. Δίνουν στα γεύματα όχι μόνο γεύση αλλά και την υφή τους.

Άτομα: 5

Υλικά:

600 γρ. μοσχαρίσιο κρέας - χωρίς κόκαλα

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινό

1 κουτ. γλυκού γλυκιά πάπρικα

4 πατάτες

150 γρ. καθαρισμένα αμύγδαλα

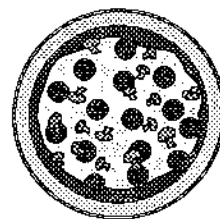
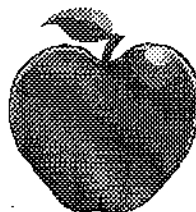
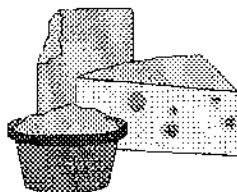
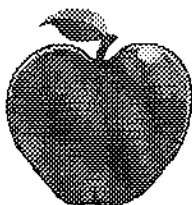
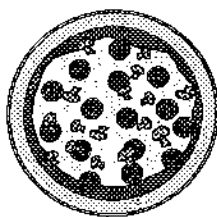
4 πορτοκάλια χυμό

αλάτι, πιπέρι, ελάχιστη μαντζουράνα και θυμάρι.

2 γαρύφαλλα

Εκτέλεση:

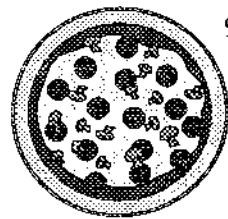
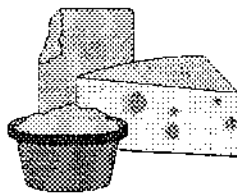
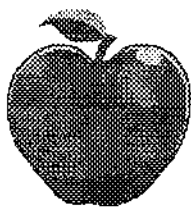
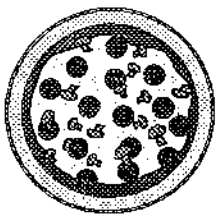
Κόβετε το κρέας σε μεγάλα κομμάτια, καρυκεύετε με αλάτι και πιπέρι. Ζεσταίνετε το λίπος σε ένα μεγάλο σιδερένιο τηγάνι και ψήνετε το κρέας απ' όλες τις πλευρές. Προσθέτετε τα μπαχαρικά και τα κοπανισμένα γαρύφαλλα. Σβήνετε με 2 φλιτζάνια νερό και τα τοποθετείτε όλα σε μια μεγάλη γρεϊκονερα. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 1 ώρα. Κόβετε τις πατάτες σε χοντρά μπαστούνια. Ζεσταίνετε το λίπος στο τηγάνι και τις τηγανίζετε. Αλέθετε τα αμύγδαλα και τα προσθέτετε μαζί με το χυμό πορτοκαλιού μέσα στη σάλτσα ανακατεύοντας. Αφήνετε άλλα 20 λεπτά να ψηθούν μαζί. Η σάλτσα πρέπει να είναι παχύρρευστη.





Ισπανική Κουζίνα

ΚΥΝΗΓΙ ΚΑΙ ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ





Ισπανική Κουζίνα

GALLERES EMBORRATXADES - ΜΕΘΥΣΜΕΝΑ ΟΡΤΥΚΙΑ

Τα αποστακτήρια στην Ισπανία παρασκεύαζαν ένα δυνατό κονιάκ σκούρου καφέ χρώματος, το οποίο «μεθάεν» τα ορτύκια σε αυτή τη συνταγή. Σε περίπτωση που δεν βρεθεί αυτό κονιάκ χρησιμοποιείται απλό ισπανικό κονιάκ.

Ατομα: 4

Υλικά:

4 αυγά

8 ορτύκια

200 γρ. άπαχο χοιρινό κρέας

50 γρ. λιπαρό λαρδί

κλαδάκια φρέσκιας μέντας

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

1 κρεμμύδι

1/4 λίτρου ξηρό κρασί

150 γρ. καρότα

πράσινα φασολάκια

αρακά

λίπος για τηγάνισμα

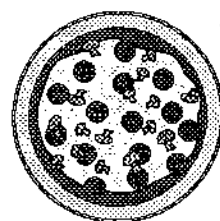
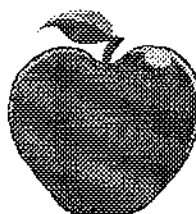
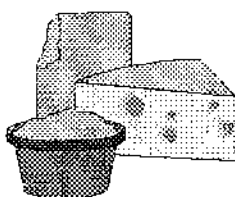
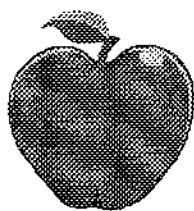
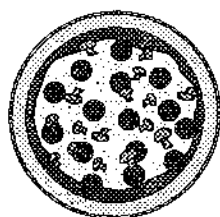
4 πατάτες

1/10 λίτρου γάλα

4 εκ. λίτρου ισπανικό κονιάκ

Εκτέλεση:

Βράζετε τα αυγά σφιχτά. Καθαρίζετε τα ορτύκια και τα καρυκεύετε εσωτερικά και εξωτερικά.





Ισπανική Κουζίνα

Κόβετε το χοιρινό κρέας σε 8 κομμάτια, το λαρδί σε μικρούς κύβους και γεμίζετε με το μίγμα αυτό τα ορτύκια. Προσθέτετε και λίγη ψιλοκομμένη μέντα. Τηγανίζετε τα ορτύκια στο λίπος. Τα τοποθετείτε σε μια μεγάλη γρεϊκοπερα.

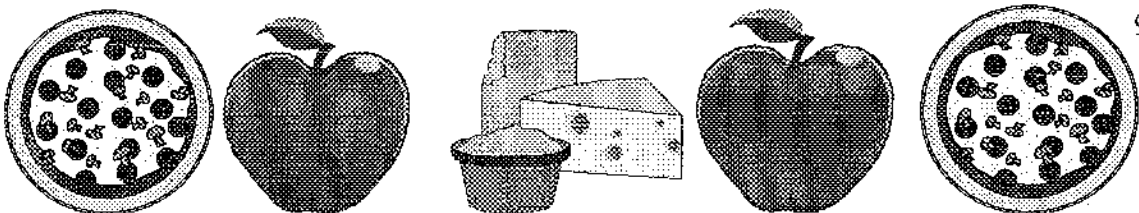
Σοτάρετε το ψιλοκομμένο κρεμμύδι στο υπόλοιπο λίπος, σβήνετε με κρασί και περιχύνετε με αυτό το μίγμα τα ορτύκια. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 30 λεπτά.

Κόβετε τις πατάτες σε κύβους, τα φασολάκια σε κομμάτια μήκους 3 εκατοστών και τα μαγειρεύετε μαζί με τον αρακά σε αλατισμένο νερό μέχρι να μαλακώσουν λίγο.

Ζεσταίνετε το λίπος και τηγανίζετε τις κομμένες σε φαρδιά μαστουνάκια πατάτες μέχρι να πάρουν χρώμα. Τις αφήνετε να στραγγίσουν. Ανακατεύετε τα βρασμένα αυγά με το γάλα και δένετε τη σάλτσα.

Ρίχνετε τα λαχανικά και τις πατάτες στα ορτύκι και αφήνετε το φαγητό ακόμα 10 λεπτά να σιγοβράσει μέσα στη σάλτσα.

Λίγο πριν το σερβίρισμα ρίχνετε κονιάκ πάνω από τα ορτύκια.





Ισπανική Κουζίνα

CAPO A LO REI EN JAUME - ΚΑΠΟΝΙ ΜΕ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΙΑ JAUME

Το capo του βασιλιά κατακτητή δεν επιτρεπόταν να λείπει παλιά από κανένα γιορτινό τραπέζι. Ανήκει στις συνταγές που ποτέ δεν χάνουν την πρωτοτυπία τους.

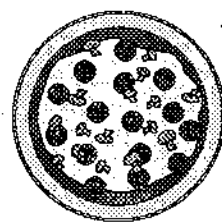
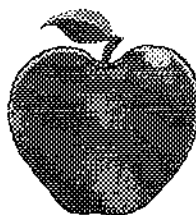
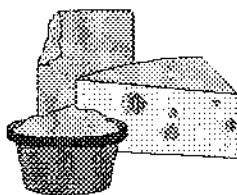
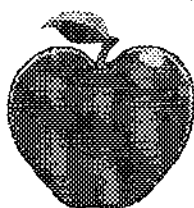
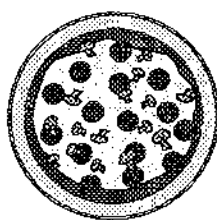
Άτομα: 6

Υλικά:

- 1 καπόνι περίπου 1,8 κιλά
- αλάτι, πιπέρι
- 2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινό
- 1/4 λίτρου ζωμός κρέατος
- 1 κουτ. σούπας λάδι
- 1 μεγάλο κρεμμύδι
- 2 τομάτες
- ίνες από το φυτό κρόκο
- ½ ματσάκι μαϊντανό
- 2 σκελίδες σκόρδου

Γέμιση:

- 50 γρ. λιπαρό λαρδί
- 2 πατάτες
- 2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινό
- 30 γρ. σταφίδες
- 30 γρ. καθαρισμένα αμύγδαλα
- 50 γρ. sobrassada
- 1 αυγό
- 1/4 κουτ. γλυκού μοσχοκάρυδο
- αλάτι, πιπέρι





Ισπανική Κουζίνα

Ετοιμασία γέμισης:

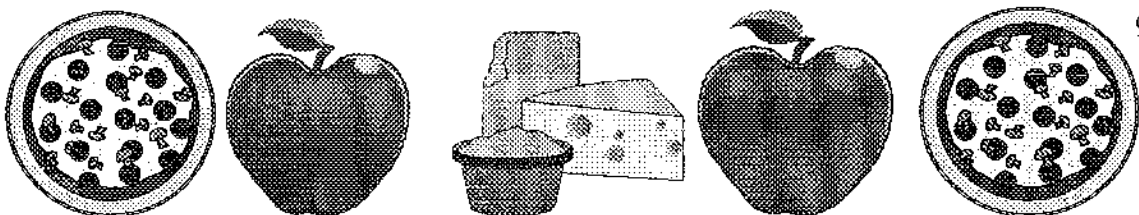
Τηγανίζετε σε ένα τηγάνι τον κύβο από λαρδί και τις πατάτες κομμένες σε μικρούς κύβους στο καυτό λίπος. Σε ένα μπολ ανακατεύετε τις σταφίδες με τα ψιλοκομμένα αμύγδαλα, τη sobrassada κομμένη σε κύβους, το αυγό, το μοσχοκάρυδο, το αλάτι και το πιπέρι.

Εκτέλεση:

Γεμίζετε το έτοιμο καπόνι με αυτή τη γέμιση και το ράβετε. Καρυκεύετε με το αλάτι και το πιπέρι. Ζεσταίνετε το λίπος και σοτάρετε το καπόνι απ' όλες τις πλευρές. Σβήνετε με το ζωμό, τον τοποθετείτε σε μια γρεϊκονερα και το ψήνετε στο φούρνο για 1 ώρα. Αν χρειαστεί αδειάζετε το λίπος.

Ζεσταίνετε το λάδι στο τηγάνι και σοτάρετε κατά σειρά το ψιλοκομμένο κρεμμύδι και τις καθαρισμένες κομμένες σε μικρούς κύβους τομάτες. Διαλύετε σε λίγο νερό τον κρόκο και αφού τον προσθέσετε στα υπόλοιπα υλικά τα ψήνετε όλα μαζί. Αφήνετε μια ώρα ακόμα να σιγοβράσουν

10 λεπτά πριν το τέλος του μαγειρέματος κοπανάτε το μαϊντανό και τις σκελίδες σκόρδου και τα ρίχνετε στη σάλτσα ανακατεύοντας.





Ισπανική Κουζίνα

CONILL ESCABETXAT - ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΟ ΚΟΥΝΕΛΙ

Είναι χαρακτηριστικό για την ισπανική κουζίνα ότι μερικά φαγητά τρώγονται τόσο κρύα όσο και ζεστά. Για κρύο κουνέλι, το αφήνετε στο φούρνο μέχρι να κρυώσει, το τοποθετείτε τη νύχτα μέσα στο ψυγείο σκεπασμένο και πριν καταναλωθεί το γαρνίρετε με φέτες πορτοκαλιού.

Ατομα: 4-6

Υλικά:

1 κουνέλι, 1 ½ κιλά

αλάτι, πιπέρι

αλεύρι για πασπάλισμα

4 κουτ. σούπας λάδι

1 μεγάλο κρεμμύδι

1 κεφάλι σκόρδου

2 τομάτες

2 δαφνόρυλλα

10 κόκκοι πιπέρι

5 κεδρόμηλα

2 γαρύφαλλα

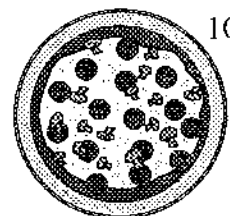
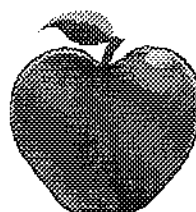
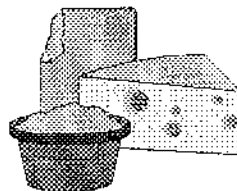
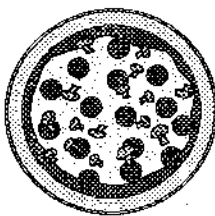
ίνες από φυτό κρόκο

ελάχιστη κανέλλα

½ λίτρου ξηρό λευκό κρασί

1/10 λίτρου ξύδι από κόκκινο κρασί

1 πορτοκάλι





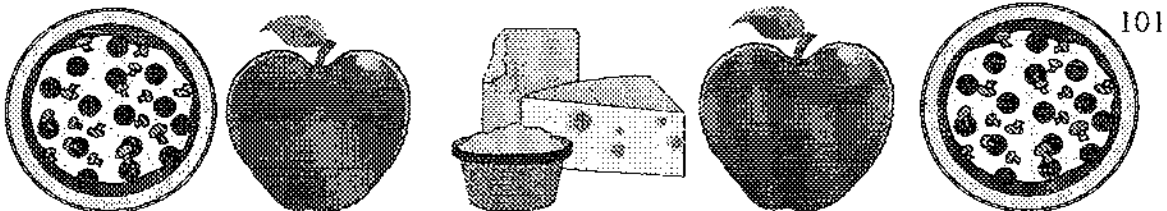
Ισπανική Κουζίνα

Εκτέλεση:

Χωρίζετε σε μερίδες το κουνέλι, το καρυκεύετε με αλάτι και πιπέρι και το πασπαλίζετε με αλεύρι. Ζεσταίνετε λάδι και σοτάρετε τα κομμάτια απ' όλες τις πλευρές μέχρι να πάρουν χρώμα. Αφήνετε να πιει το λίπος σε χαμηλή φωτιά. Το κρατάτε ζεστό σε μια γρεϊχονερα.

Σε ένα δεύτερο τηγάνι ρίχνετε λίγο από το υπόλοιπο λίπος και σοτάρετε κατά σειρά το κρεμμύδι κομμένο σε φέτες, το κεφάλι του σκόρδου και τις καθαρισμένες κομμένες σε μικρούς κύβους τομάτες. Προσθέτετε τα δαφνόφυλλα, τους κόκκους πιπεριού, τα κεδρόμηλα, τα γαρύφαλλα, τον κρόκο και την κανέλλα, ρίχνετε κρασί και ξύδι, αφήνετε να βράσουν και περιχύνετε με αυτή τη σάλτσα το κουνέλι, μέχρι να σκεπαστεί εντελώς από τα υγρά. Το ψήνετε στο φούρνο στους 200°C για μια ώρα.

Βγάζετε το μαλακό πλέον κεφάλι σκόρδου και στο σερβίρισμα το τοποθετείτε πάνω στο κουνέλι. Γαρνίρετε με φέτες πορτοκαλιού.





Ισπανική Κουζίνα

OUS AMB FETGE DE POLLASTRE - ΣΥΚΩΤΙ ΑΠΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΑΥΓΟ

Με πολλή φαντασία η ισπανίδα νοικοκυρά εκμεταλλεύεται τα υπόλοιπα φαγητών, όπως βλέπουμε από αυτή τη συνταγή.

Άτομα: 2

Υλικά:

4 αυγά

250 γρ. συκώτι από κοτόπουλο

2 κουτ. σούπας λίπος χοιρινού

αλάτι, πιπέρι

2 ολόκληρα φρέσκα κρεμμυδάκια

2 σκελίδες σκόρδου

1/4 λίτρου ζωμός κότας

ελάχιστο μοσχοκάρυδο

1 κουτ. γλυκού κορνφλάουρ

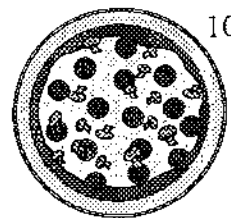
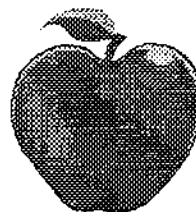
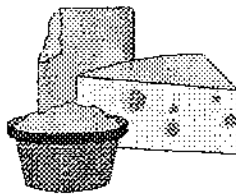
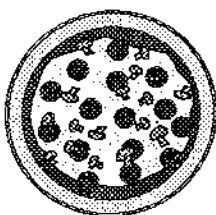
πράσο

Εκτέλεση:

Βράζετε σφιχτά τα αυγά και τα ψιλοκόβετε.

Κόβετε το συκώτι σε μικρά κομμάτια. Ζεσταίνετε 1 κουτ. σούπας λίπος σε ένα σιδερένιο τηγάνι και τηγανίζετε το συκώτι. Τοποθετείτε το γεύμα σε μια γρεϊποχετα μέτριου μεγέθους, ρίχνετε από πάνω τα αυγά, αλατίζετε ελαφρά και κρατάτε το φαγητό ζεστό.

Στο καθαρισμένο τηγάνι τηγανίζετε το υπόλοιπο λίπος και τηγανίζετε και τα ψιλοκομμένα κρεμμύδια και το σκόρδο.



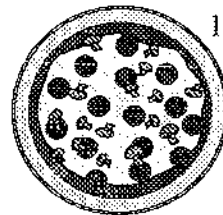
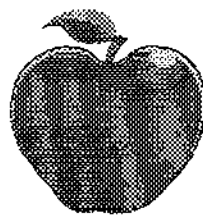
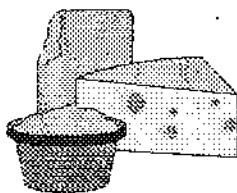
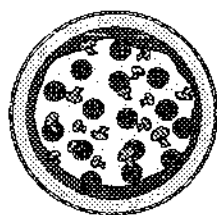


Ισπανική Κουζίνα

Σβήνετε με ζωμό και προσθέτετε αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο. Αφήνετε να βράσει και προσθέτετε ανακατεύοντας το διαλυμένο κορνφλάουρ.

Αφήνετε να πάρει άλλη μια βράση και περιχύνετε με τη σάλτσα το συκώτι και τα αυγά.

Ξεροψήνετε στο φούρνο στους 220οC για περίπου 15 λεπτά. Πριν το σερβίρισμα πασπαλίζετε με πράσο.





Ισπανική Κουζίνα

COLOMINS AMB ESCLATASANGS

Η πικάντικη γεύση των άγριων περιστεριών ταιριάζει εξαιρετικά με τη δυνατή γεύση των μανιταριών πορτοκαλί και πράσινου χρώματος, που μαζεύονται στην Ισπανία μεταξύ του Οκτωβρίου και του Δεκεμβρίου. Αυτό το είδος των μανιταριών είναι πολύτιμο και σπάνιο. Φυτρώνει συνήθως μετά από βροχή, κρυμμένο κάτω από κουκουναριές.

Άτομα: 6

Υλικά:

4 περιστέρια

αλάτι

1 κουτί σούπας λίπος χοιρινού

50 γρ. λαρδί

8 μικρά κρεμμύδια

2 νεαρά καρότα

4 σκελίδες σκόρδου

1/4 λίτρου λευκό ξηρό κρασί

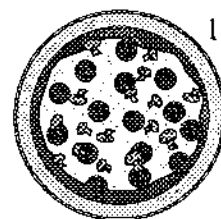
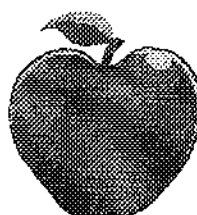
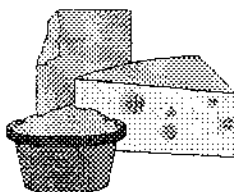
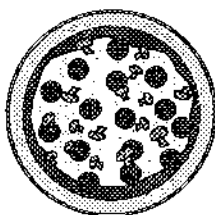
6 κόκκους πιπέρι

λίγη κανέλλα

2 γαρύφαλλα

1 κύβος ζωμού

500 γρ. φρέσκα μανιτάρια του δάσους





Ισπανική Κουζίνα

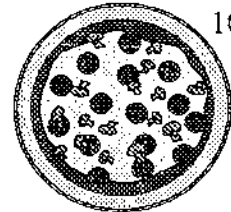
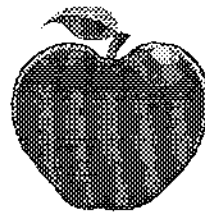
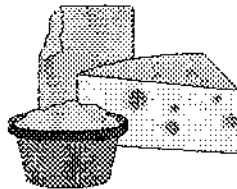
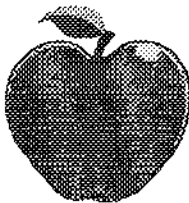
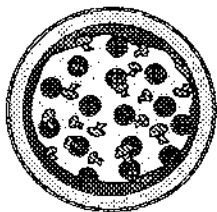
Εκτέλεση:

Χωρίζετε τα περιστέρια σε μερίδες και τα αλατίζετε. Ζεσταίνετε το λίπος και τηγανίζετε από όλες τις πλευρές τα περιστέρια μέχρι να πάρουν και τηγανίζετε απ' όλες τις πλευρές τα περιστέρια μέχρι να πάρουν χρώμα. Τα τοποθετείτε μέσα σε μια μεγάλη γρεϊξονερα.

Τηγανίζετε το κομμένο σε λεπτές φέτες λαρδί και το τοποθετείτε από πάνω. Στο υπόλοιπο λίπος τηγανίζετε κατά σειρά τα κρεμμύδια, τα κομμένα σε μικρούς κύβους καρότα και το κοπανισμένο σκόρδο. Σβήνετε με κρασί, προσθέτετε τα μπαχαρικά και τον κύβο και τα αφήνετε να βράσουν.

Τα τοποθετείτε στη γρεϊξονερα και ψήνετε τα περιστέρια σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για περίπου 30 λεπτά, ενώ αν χρειαστεί προσθέτετε λίγο νερό.

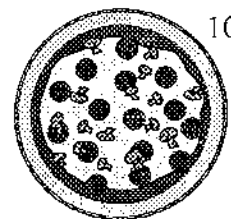
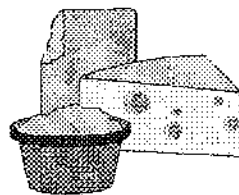
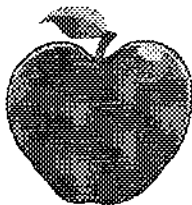
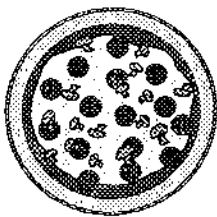
Προσθέτετε και τα καθαρισμένα μανιτάρια και αφήνετε όλο το φαγητό να ψηθεί ακόμα για 20 λεπτά περίπου, μέχρι η σάλτσα να γίνει παχύρρευστη.





Ισπανική Κουζίνα

ΓΕΥΜΑΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ





Ισπανική Κουζίνα

BERENJENAS REBOZADAS - ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΠΑΝΕ

Για ένα δείπνο, οι μελιτζάνες συνοδεύουν ωμό ή ψητό ζαμπόν ή σερβίρονται μόνες τους.

Άτομα: 4

Υλικά:

1 κιλό μελιτζάνες

5 κουτ. σούπας αλεύρι

2 αυγά

1 ποτήρι λάδι

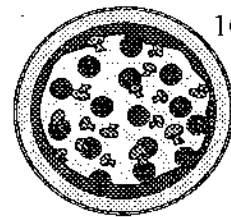
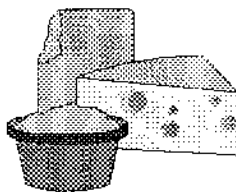
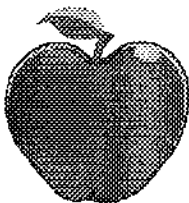
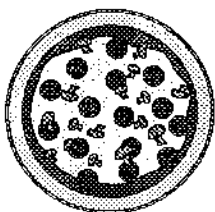
αλάτι

Εκτέλεση:

Διαλέγετε μικρές μελιτζάνες. Τις πλένετε και τις κόβετε σε ροδέλες. Τις βάζετε σε αλατισμένο νερό για 1 ώρα. Έτσι οι μελιτζάνες θα ξεπικρίσουν και θα γίνουν πιο τρυφερές.

Μετά από 1 ώρα τις στραγγίζετε και τις σκουπίζετε, προτού τις τηγανίσετε, με μια πετσέτα.

Βουτάτε τις μελιτζάνες μέσα σε χτυπημένα αυγά και έπειτα τις αλευρώνετε. Τις τηγανίζετε στο τηγάκι με αρκετό λάδι, περίπου 15 λεπτά και τις γυρίζετε από την άλλη πλευρά με μια ξύλινη κουτάλα. Οι μελιτζάνες δεν πρέπει να τηγανιστούν πολύ γιατί θα σκληρύνουν.





Ισπανική Κουζίνα

HABAS A LA KATALANA - ΚΟΥΚΙΑ Α ΛΑ ΚΑΤΑΛΑΝ

Άτομα: 4

Υλικά:

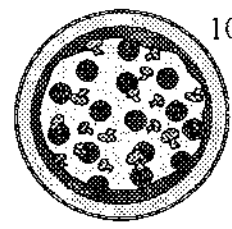
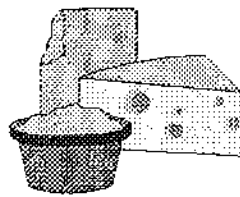
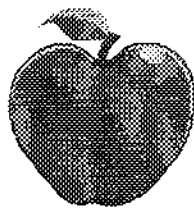
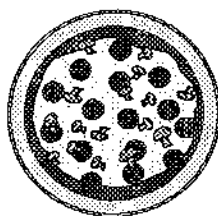
- 1 κιλό φρέσκα κουκιά
- 200 γρ. μπέικον ή καπνιστό χοιρινό
- 300 γρ. λουκάνικα
- 1 κρεμμύδι
- 100 γρ. ελαιόλαδο
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 2 κόκκινες ξερές πιπεριές
- φύλλα δυόσμου
- 1 ποτηράκι άσπρο κρασί
- 1 ποτηράκι ρακί
- χοντρό αλάτι

Εκτέλεση:

Ξεφλουδίζετε τα κουκιά και τα βράζετε σε αλατισμένο νερό. Στα μισά του βρασίματος χύνετε το νερό και αφήνετε τόσο όσο να σκεπάζονται.

Ζεσταίνετε σε ένα τηγάνι το λάδι και σοτάρετε το σκόρδο και το κρεμμύδι φιλοκομμένα, τις πιπεριές και το δυόσμο κομμένο σε κομματάκια. Προσθέτετε το ρακί και το άσπρο κρασί.

Τα ανακατεύετε και τα ρίχνετε στην κατσαρόλα όπου βράζουν τα κουκιά. Προσθέτετε έπειτα το χοιρινό κομμένο σε φέτες και το λουκάνικο σε ροδέλες. Τελειώνετε το μαγείρεμα σε σιγανή φωτιά.





Ισπανική Κουζίνα

COLLES ESPARRAGADAS - ΛΑΧΑΝΑ ΕΣΠΑΡΑΓΚΑΔΑΣ

Αν αυξήσετε την ποσότητα κρέατος, το φαγητό αυτό μπορεί να γίνει ένα πλήρες γεύμα. Το όνομα αυτής της συνταγής είναι παράξενο διότι δεν έχει σχέση με τα σπαράγγια - εσπαραγκάντας.

Άτομα: 4

Υλικά:

1 λάχανο	2 κουτ. σούπας ξύδι
250 γρ. πατάτες	2 κουτ. γλυκού πάπρικα
100 γρ. κιμά βοδινό	100 γρ. ελαιόλαδο
1 κεφάλι σκόρδο	3 κουτ. σούπας φρυγανιά τριμμένη
4 κλωνάρια μαϊντανό	χοντρό αλάτι

Εκτέλεση:

Βγάζετε τα φθαρμένα φύλλα του λάχανου και αφαιρείτε το κοτσάνι του. Βράζετε ολόκληρο το λάχανο σε αλατισμένο νερό μαζί με τις πατάτες καθαρισμένες και κομμένες.

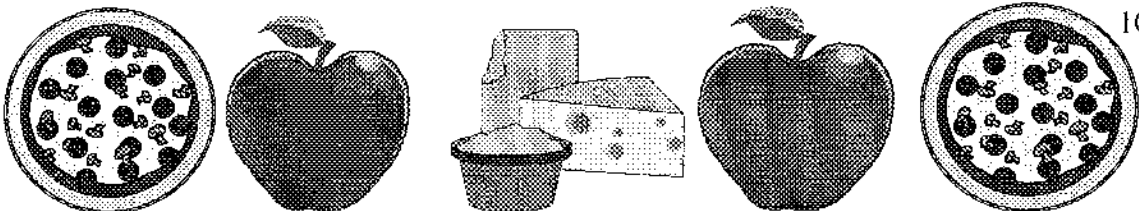
Όσον βράζουν τα λάχανα, καθαρίζετε το σκόρδο και ψιλοκόβετε τον μαϊντανό. Στραγγίζετε το λάχανο και τις πατάτες.

Βάζετε στο μεταξύ λάδι σε ένα τηγάνι. Όταν ζεσταθεί προσθέτετε το σκόρδο και το μαϊντανό και έπειτα τον κιμά.

Σοτάρετε και πασπαλίζετε με την πάπρικα και τη φρυγανιά. Τα ανακατεύετε, προσθέτετε το ξύδι και τα ανακατεύετε πάλι.

Προσθέτετε το λάχανο και τις πατάτες. Τα ανακατεύετε ελαφρά.

Σερβίρονται αμέσως με το τηγάνι χωρίς καθυστέρηση.





Ισπανική Κουζίνα

ΜΙΓΑΣ

Τα μίγας γίνονται μόνο με ψωμί, σκόρδο και λάδι. Παλιότερα ήταν γεύμα των φτωχών που επαναλαμβάνονταν πολλές φορές την εβδομάδα. Σήμερα μαγειρεύονται σπάνια.

Αλάτι: 4

Υλικά:

400 γρ. μπαγιάτικο ψωμί

4 σκελίδες σκόρδο

200 γρ. λάδι

αλάτι

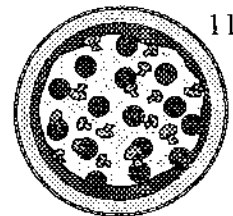
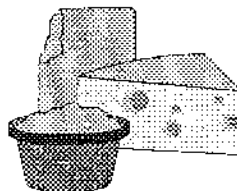
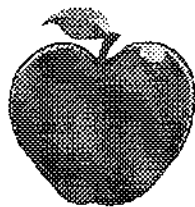
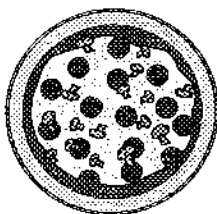
Εκτέλεση:

Κόβετε από την προηγούμενη μέρα το ψωμί σε μικρούς κύβους. Το τυλίγετε σε ένα βρεγμένο πανί, που θα έχετε καλά στουμμένο.

Την επόμενη για να ετοιμάσετε τα μίγας, ζεσταίνετε σε ένα τηγάνι το λάδι και ρίχνετε μέσα το ψωμί. Ανακατεύετε και προσθέτετε τις σκελίδες του σκόρδου λιωμένες και αλάτι.

Αν σας αρέσει το σκόρδο μπορείτε να αυξήσετε την ποσότητα. Το μαγείρεμα γίνεται σε ζωηρή φωτιά 1 τέταρτο της ώρας περίπου μέχρι να ροδίσουν. Μπορείτε επίσης να προσθέσετε μια ντομάτα τριμμένη, ωμό ζαμπόν κομμένο σε κομματάκια, λουκάνικο ψιλοκομμένο, κομματάκια λαρδί.

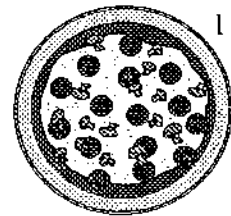
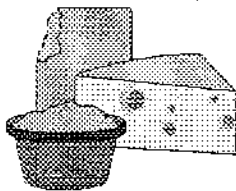
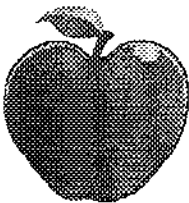
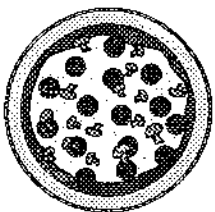
Βάζετε όλα αυτά τα υλικά στο τηγάνι προτού βάλετε το ψωμί.





Ισπανική Κουζίνα

ΓΕΥΜΑΤΑ ΑΥΓΟΥ





Ισπανική Κουζίνα

OUS A LA SOLLERICA - ΑΥΓΑ Α ΛΑ SOLLER

Το γεύμα των αυγών που πήρε το όνομά του από την ομώνυμη πόλη της Μαγιόρκα, είναι δημοφιλέστατο σε όλη την Ισπανία.

Επειδή η sobrassada είναι ένα από τα βασικότερα υλικά του γεύματος δύσκολα θα τη βρείτε εκτός Ισπανίας.

Άτομα: 4

Υλικά:

4 μεγάλα καρότα

4 ράβδοι πράσο

200-γρ. φρέσκος αρακάς

αλάτι

1/10 λίτρου ζωμός κρέατος

χονδρό μαύρο πιπέρι

λίπος για τηγάνισμα

8 φέτες sobrassada

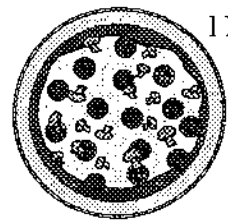
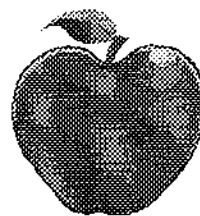
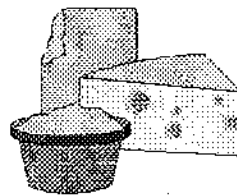
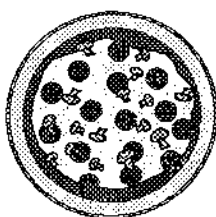
8 αυγά

Εκτέλεση:

Σκουπίζετε τα καρότα και το πράσο, τα κόβετε σε μικρά κομμάτια και τα τοποθετείτε μαζί με τον αρακά σε ένα μεγάλο σκεύος.

Αλατίζετε, τα σκεπάζετε με το ζωμό και τα βγάζετε από ένα σουρωτήρι ή τα πολτοποιείτε στο μίξερ. Ρίχνετε πιπέρι, τα τοποθετείτε σε ένα μεγάλο δίσκο και τα κρατάτε ζεστά.

Ζεσταίνετε λίπος σ' ένα τηγάνι, τηγανίζετε τις φέτες από το λουκάνικο και τα τοποθετείτε με όμορφο τρόπο επάνω στον πουρέ λαχανικών.

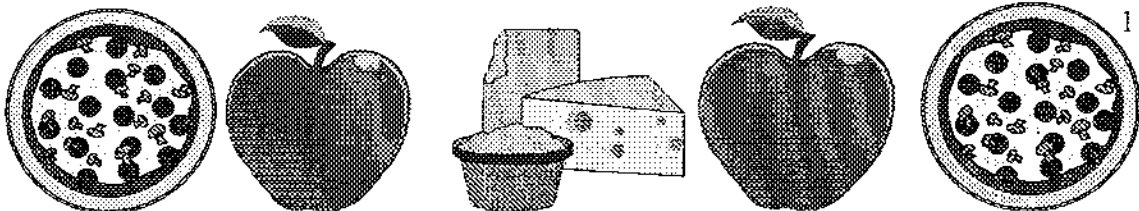




Ισπανική Κουζίνα

Ρίχνετε μαλακά τα αυγά στο λίπος που έχει απομείνει -πρέπει να μπορούν να κολυμπούν- και τα τηγανίζετε. Χρησιμοποιώντας μια ξύλινη κουτάλα σκεπάζετε με το ασπράδι τον κρόκο.

Τα βγάξετε με μια τρυπητή κουτάλα και τα τοποθετείτε πάνω στο δίσκο ανάμεσα στις φέτες από το λουκάνικο.





Ισπανική Κουζίνα

TRUITA DE FAVES - ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΚΟΥΚΙΑ

Η tortilla εμφανίζεται συχνά στο ισπανικό τραπέζι, αφού οι νοικοκυρές έβρισκαν διαρκώς νέες παραλλαγές, όπως εδώ με κουκιά ή φασόλια γίγαντες. Σερβίρεται ζεστή ή κρύα και ανήκει στις ασυνήθιστες συνταγές της ισπανικής κουζίνας.

Άτομα: 4

Υλικά:

300 γρ. φρέσκα κουκιά

1 ματσάκι φρέσκα κρεμμυδάκια

2 τομάτες

1/10 λίτρου λάδι

50 γρ. sobrassada

4 σκελίδες σκόρδου

1 ματσάκι μαϊντανός

φρέσκια μαντζουράνα και θυμάρι

8 αυγά

αλάτι

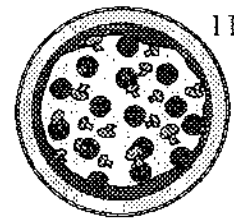
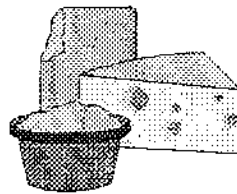
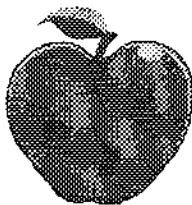
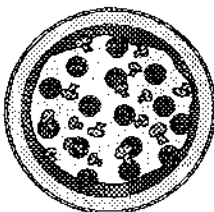
Εκτέλεση:

Κόβετε σε φέτες τα κουκιά και τα φρέσκα κρεμμυδάκια. Καθαρίζετε τις τομάτες και τις κόβετε σε μικρούς κύβους.

Ζεσταίνετε 2 κουτ. σούπας λάδι και σοτάρετε τα λαχανικά κατά σειρά, ενώ προσθέτετε και την κομμένη σε κύβους sobrassada, και τα χορταρικά.

Τα σοτάρετε όλα μέχρι να μαλακώσουν.

Χτυπάτε τα αυγά, ρίχνετε αλάτι και προσθέτετε τα υλικά.



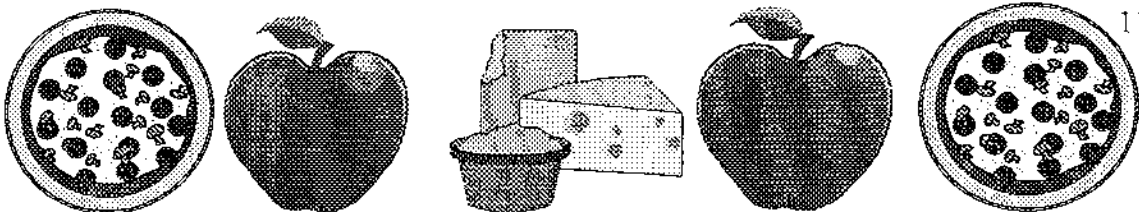


Ισπανική Κουζίνα

Ζεσταίνετε λάδι σε ένα τηγάνι και ρίχνετε μέσα τη μάζα αυγών. Όταν η ομελέτα σφίξει, την ξεκολλάτε προσεκτικά από τα πλαϊνά για να μπορέσει να ψηθεί το αυγό που βρίσκεται ακόμα σε υγρή μορφή μέσα στο τηγάνι. Χαμηλώστε εγκαίρως τη φωτιά.

Όταν το αυγό σφίξει και από την πάνω πλευρά, γυρίζετε την ομελέτα πάνω στο καπάκι του τηγανιού και τη ρίχνετε πάλι στο τηγάνι γυρίζοντας από την άλλη πλευρά.

Είναι έτοιμη όταν τα αυγά είναι εξωτερικά σφιχτά και ελαφρώς καφέ και εσωτερικά έχουν μια ελαφρώς κρεμώδη μορφή.





Ισπανική Κουζίνα

HUEVOS A LA FLAMENCA - ΑΥΓΑ Α ΛΑ ΦΛΑΜΕΓΚΑ

Αυτή η συνταγή της νοτίου Ισπανίας, συγκεκριμένα της Σεβίλλης, ετοιμάζεται σε ένα πήλινο σκεύος και σερβίρεται με αυτό στο τραπέζι.

Άτομα: 4

Υλικά:

8 αυγά

1 πράσινη πιπεριά

1 κρεμμύδι

1 τομάτα

500 γρ. βρασμένος αρακάς

12 λεπτές ροδέλες λουκάνικο

200 γρ. ελαιόλαδο

αλάτι, πιπέρι

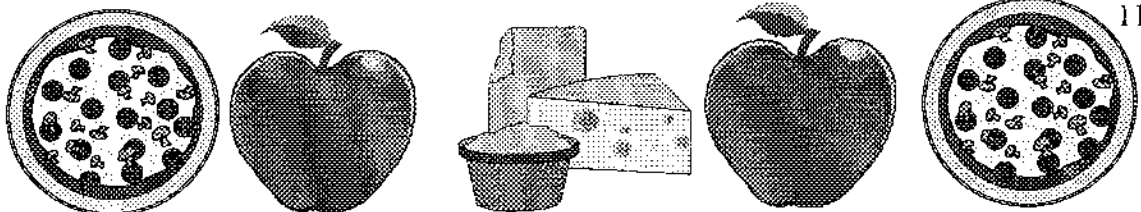
2 φέτες ζαμπόν

Εκτέλεση:

Κόβετε την πιπεριά σε μικρούς κύβους, το κρεμμύδι σε λεπτές φέτες και την τομάτα σε κομματάκια. Ανακατεύετε και προσθέτετε το λουκάνικο και το ζαμπόν κομμένο κομματάκια. Τα ρίχνετε όλα μαζί σε ένα πήλινο σκεύος στο οποίο έχετε ζεστάνει λάδι.

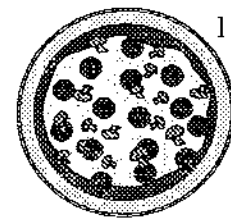
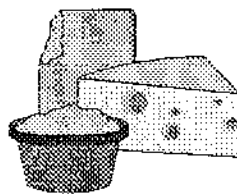
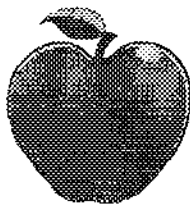
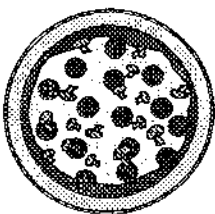
Προσθέτετε τον αρακά και έπειτα τα αυγά ελαφρά χτυπημένα. Τα ανακατεύετε ελαφρά και τα βάζετε 10 λεπτά με το σκεύος σκεπασμένο.

Όταν ετοιμαστούν τα αυγά, τα σερβίρετε αμέσως μέσα στο πήλινο σκεύος.





ΠΙΤΕΣ ΚΑΙ ΣΟΥΦΛΕ





Ισπανική Κουζίνα

TUMBET AMB OUS - ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΣΟΥΦΛΕ ΜΕ ΑΥΓΟ

Το tumbet σερβίρεται είτε ως συνοδευτικό με ψάρι είτε με κρέας, όπως εδώ με το αυγό, ως κύριο γεύμα. Όσο περισσότερο φουσκώνει τόσο πιο νόστιμο γίνεται, και αποτελεί ακόμα και την επόμενη μέρα μια υπέροχη νοστιμιά, ζεστό ή κρύο.

Άτομα: 4

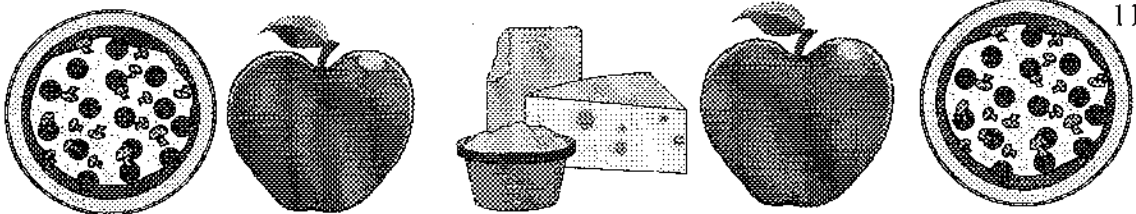
Υλικά:

1 κιλό τομάτες	αλάτι
1 κιλό πατάτες	3 ανοιχτού χρώματος πιπεριές-κέρατα
λάδι για τηγάνισμα	4 σκελίδες σκόρδου
3 μεγάλες αγκινάρες	1-2 αυγά ανά άτομο

Εκτέλεση:

Βράζετε τις τομάτες, τις πολτοποιείτε και αφαιρείτε τις φλούδες. Κόβετε σε φέτες τις πατάτες. Ζεσταίνετε το λάδι σε ένα τηγάνι, προσθέτετε τις πατάτες, έτσι ώστε να σκεπαστούν με λάδι και τις τηγανίζετε μέχρι να ροδίσουν. Όταν μαγειρευτούν τις βγάζετε και τις αφήνετε να στραγγίσουν.

Τηγανίζετε τις πιπεριές που έχετε κόψει σε πλακίδια 2Χ2 εκατοστών μαζί με ολόκληρες σκελίδες σκόρδου, αδειάζετε το λάδι και προσθέτετε τις πολτοποιημένες τομάτες στις πιπεριές. Αφήνετε να σιγοβράζουν και μειώνετε λίγο τη σάλτσα. Αλατίζετε. Τοποθετείτε κατά στρώσεις τις πατάτες και τις μελιτζάνες σε μια γρεϊκοπεγα, ρίχνετε σε κάθε στρώση λίγο λάδι και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 30-40 λεπτά. Πριν το σερβίρισμα τηγανίζετε τα αυγά στο λάδι καλύπτοντας τα ασπράδια απαλά πάνω από τους κρόκους.





Ισπανική Κουζίνα

GREIXONERA DE BROSSAT - ΤΥΡΟΠΙΤΑ ΣΕ ΠΗΛΙΝΟ ΤΑΨΙ

Από τότε που οι Ρωμαίοι έφεραν στην Ισπανία τα πήλινα κουζινικά σκεύη τους, αυτά αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της Ισπανικής κουζίνας.

Στοιβάζονται πάνω σε ράφια σε όλα τα μεγέθη. Κοιλοειδή ollas, ιδανικά για νόστιμες σούπες, ή τα ρηχά greixoneras για ψητά και τηγανητά, αλλά και υπέροχα γλυκά, όπως αυτό το brossat, που πήρε το όνομά του από το ισπανικό χλωροτύρι.

Σε μερικά εστιατόρια σερβίρεται με ιδιαίτερα εντυπωσιακό τρόπο. Σε ατομική μερίδα μέσα σε μια μικρή greixonera.

Ατομα: 6-8

Υλικά:

500 γρ. χλωροτύρι ή μυζήθρα με υψηλά λιπαρά

200 γρ. ζάχαρη

1 λεμόνι

λίγη κανέλα

1/10 λίτρου γάλα

5 αυγά

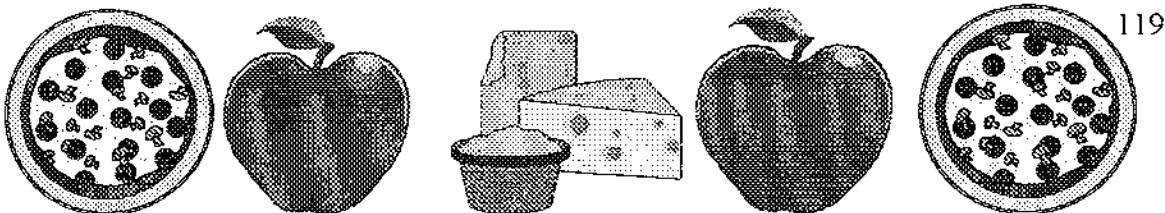
λάδι για τη φόρμα

ζάχαρη άχνη για πασπάλισμα

Εκτέλεση:

Τοποθετείτε το τυρί μέσα σε ένα μαντήλι και το στύβετε ή το αφήνετε μια νύχτα να στραγγίσει.

Ρίχνετε μέσα σε ένα μπολ ζάχαρη, τριμμένη φλούδα λεμονιού, κανέλλα και γάλα και ανακατεύετε τόσο, μέχρι να διαλυθεί τελείως η ζάχαρη.





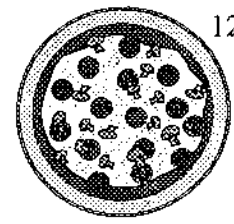
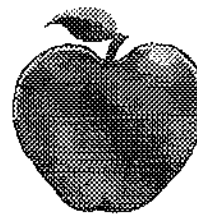
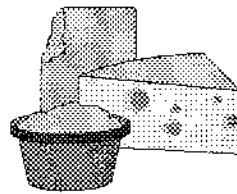
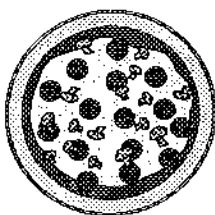
Ισπανική Κουζίνα

Προσθέτετε ανακατεύοντας προσεκτικά το τυρί, μέχρι να λιώσουν όλοι οι σβόλοι.

Χτυπάτε τα αυγά σε ένα άλλο σκεύος και τα ρίχνετε επίσης μέσα στο μίγμα.

Τοποθετείτε το μίγμα σε μια αλειμμένη με λίπος greixonera μεσαίου μεγέθους. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C για 60-90 λεπτά, αφού η ιδιαίτερα νωπή ζύμη χρειάζεται μεγάλο χρόνο ψησίματος. Κάντε μια δοκιμή με μια βελόνα.

Πασπαλίσετε το brossat αφού κρυώσει με ζάχαρη άχνη και σερβίρεται από την greixonera.





Ισπανική Κουζίνα

PANADES DE CARN D' ANYELL DOLCES - ΓΛΥΚΑ ΚΡΕΑΤΟΠΙΤΑΚΙΑ ΑΠΟ ΑΡΝΙ

Η ζύμη από αυτά τα πιτάκια είναι γλυκιά και τραγανή, απόδειξη της αρμονίας του γλυκού και του αλμυρού, που πρέσβευαν ήδη οι Μαυριτανοί. Η συνταγή δίνει περίπου 10 κομμάτια. Τα πιτάκια μπορούν να καταναλωθούν τόσο κρύα όσο και ζεστά.

Υλικά:

Γέμιση:

1 κιλό άπαχο αρνίσιο κρέας

50 γρ. λιπαρό λαρδί

50 γρ. sobrassada

αλάτι, πιπέρι

Ζύμη:

1 κιλό αλεύρι

200 γρ. ζάχαρη άχνη

2/10 λίτρου χυμός πορτοκαλιού

3 κροκάδια

300 γρ. λίπος χοιρινού

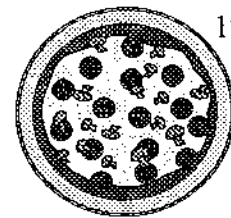
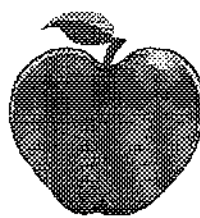
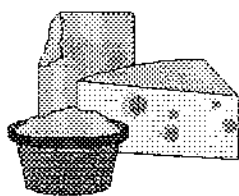
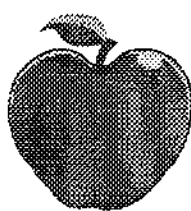
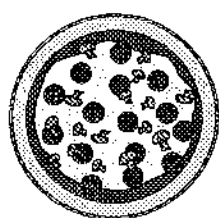
1/10 λίτρου λάδι

χαρτί περγαμηνής

Εκτέλεση:

Γέμιση:

Ψιλοκόβετε το αρνίσιο κρέας, το λαρδί και την sobrassada και καρυκεύετε με αλάτι και πιπέρι το κρέας.





Ισπανική Κουζίνα

Ζύμη:

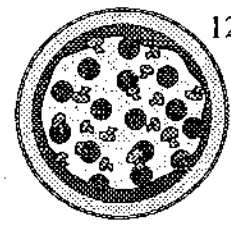
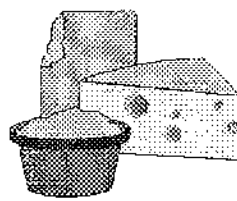
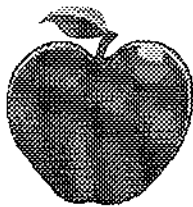
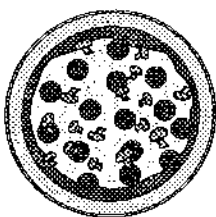
Προσθέτετε στα δύο τρίτα από το αλεύρι τα χτυπημένα με ζάχαρη άχνη και χυμό πορτοκαλιού κροκάδια και ρίχνετε το λιωμένο λίπος ζεστό.

Δουλεύετε καλά, προσθέτοντας σιγά σιγά νερό και το υπόλοιπο αλεύρι μέχρι η ζύμη να γίνει σφιχτή, αλλά να πλάθεται ακόμα, ενώ βουτάτε τα δάχτυλά σας στο λάδι.

Πλάθετε ανά 150 γρ. περίπου μια μπάλα, κάνετε μια λακκούβα και πιέζετε τη ζύμη ανάμεσα στον αντίχειρα και στο δείκτη από μέσα προς τα επάνω, έτσι ώστε να σχηματιστεί μια στρογγυλή φωλιά με τοιχώματα πάχους 3-4 χιλιοστά. Καλύψτε με ζύμη τα αδύναμα σημεία.

Γεμίστε το πιτάκι με κρέας και από 3 κύβους λαρδί και λουκάνικο. Ανοίγεται φύλλο περίπου 50 γρ., το τοποθετείτε πάνω στο κρέας και πιέζετε να κλείσουν οι άκρες.

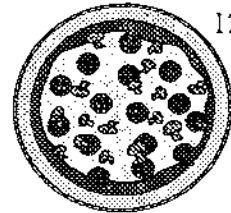
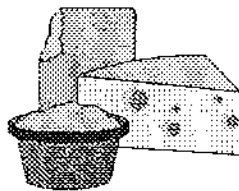
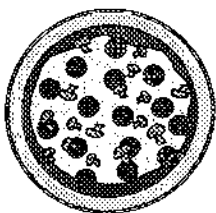
Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 100°C περίπου για 2 ώρες. Μετά από 1 ώρα κάνετε με ένα πιρούνι τρύπες στο καπάκι του ζυμαριού.





Ισπανική Κουζίνα

MENΟΥ





Ισπανική Κουζίνα

MENΟΥ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΑ

- Γκασπάτσο
- Ψάρι στο φούρνο
- Ροδάκινα

- Ωμό ζαμπόν με πράσινες ελιές
- Κοτόπουλο α λα τσίλιντρον - πατάτες τηγανητές
- Φρούτα εποχής

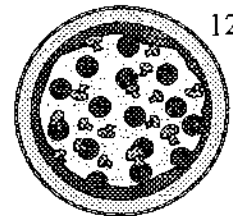
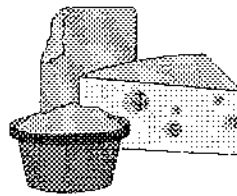
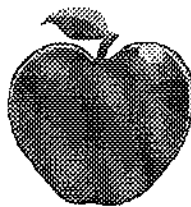
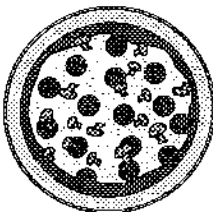
- Λάχανο «Εσπαραγκάδας»
- Αλατισμένα αγγούρια, κομμένα στα 4 και πασπαλισμένα με αλάτι
- Κρέμα-καραμελέ

- Ωμά λαχανικά σερβιρισμένα με μεγάλες γαρίδες και λουκάνικο σε ροδέλες
- Πολέα

- Κρέας βραστό
- Ντοματοσαλάτα
- Φρούτα εποχής

- Σούπα με σκόρδο
- Ρυζόγαλο

- Κοτολέτες χοιρινού ψητές με πράσινα φασολάκια
- Αυγά α λα φλαμέγκα
- Φρούτα εποχής

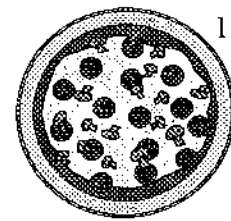
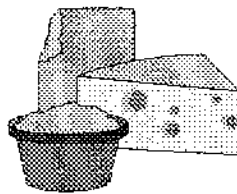
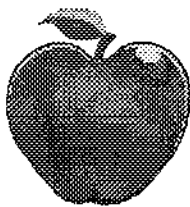
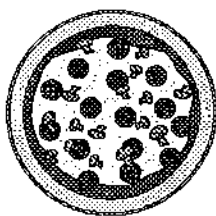




Ισπανική Κουζίνα

- Ρώσικη σαλάτα
- Καλαμάρια στο μελάνι τους με άσπρο ρύζι
- Παγωτό

- Τόνος με φρέσκιες ντομάτες
- Πατάτες στο φούρνο
- Φρούτα





Ισπανική Κουζίνα

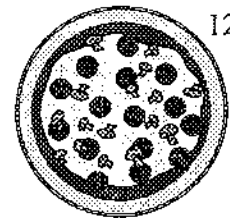
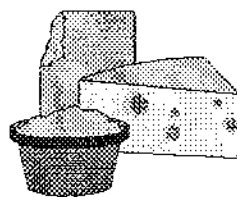
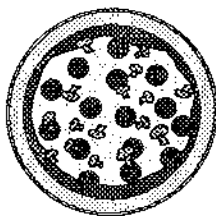
ΜΕΝΟΥ ΓΙΟΡΤΙΝΑ - ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΓΙΟΡΤΗ

- Τάπας σερβιρισμένα με λικέρ γλυκάνισου ή με μύρα ή με κούμπα λίμπρε ή με λεμονάδα
- Ελιές γεμιστές με αντσούγιες
- Μύδια μαρινάτα
- Κροκέτες ψαριού
- Ροδέλες λουκάνικου
- Γαρίδες με σκόρδο

- Ψητό αρνί ή παιδάκια, λουκάνικα, φιλετάκια στα κάρβουνα και μικτή σαλάτα
- Χουρμάδες και ρόδια με ζάχαρη και κόκκινο κρασί
- Καφές και γλυκό με αμύγδαλα

Για τα Χριστούγεννα

- Ωμό ζαμπόν και ποικιλία αλλαντικών
- Οστρακοειδή
- Γεμιστή γαλοπούλα με πατάτες
- Χριστουγεννιάτικα μπισκότα σερβιρισμένα με κρασί ή λικέρ.



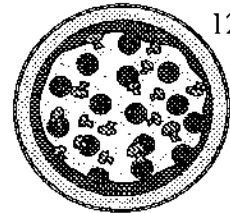
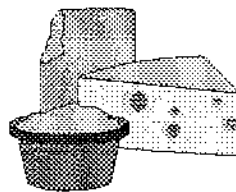
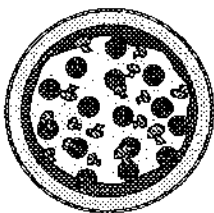


Ισπανική Κουζίνα

MENΟΥ ΚΛΑΣΙΚΑ

Για ένα φιλικό καλοκαιρινό γεύμα.

- Τάπας
- Πράσινες ελιές
- Σαρδέλες μαρινάτες
- Λουκάνικο σε ροδέλες
- Κύβοι τυριού - μαντσέγο
- Παέγια
- Πανέρι με φρούτα
- Σαγκρία





Ισπανική Κουζίνα

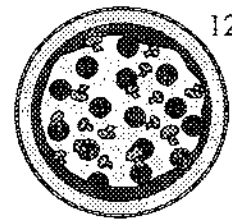
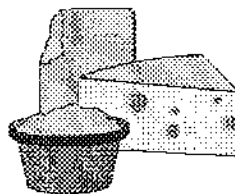
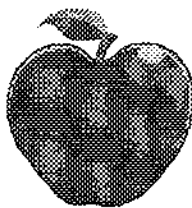
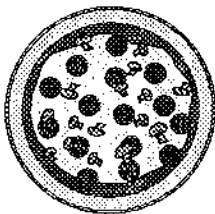
MENΟΥ 1°

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Μελιτζάνες σουφλέ με αυγό
Μοσχαρίσιο κρέας με σάλτσα αμυγδάλου
Ζαρτινιέρ βραστές πατάτες και κολοκυθάκια
Σαλάτα εποχής
Επιδόρπιο γλυκιά τυρόπιτα σε πήλινο ταψί

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Ισπανική φαρόσουπα
Οξύρυγχος με σάλτσα αμυγδάλου
Ζαρτινιέρ χορταρικά
Σαλάτα ανάμικτων λαχανικών
Επιδόρπιο φρούτο





Ισπανική Κουζίνα

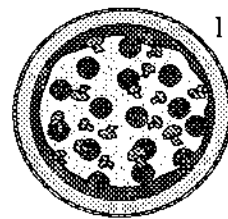
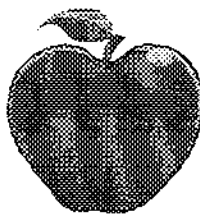
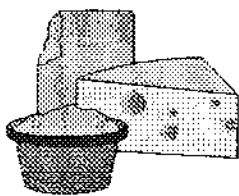
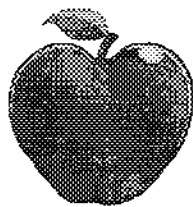
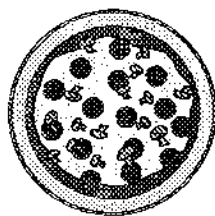
MENΟΥ 2°

Μενού γεύμα της.....

Κουβέρ
Χωριάτικο ψωμί με ελαιόλαδο
Σαλιγκάρια με sobrassada
Ζαρτινιέρ μαγιονέζα σκόρδου
Σαλάτα ανάμικτων λαχανικών
Επιδόρπιο πουτίγκας καρύδας

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Ομελέτα με κουκιά
Νεφραμιά χοιρινού με καρμπολάγανο
Σαλάτα βραστές πατάτες, καλαμπόκι και φασολάκια
Επιδόρπιο παγωτού





Ισπανική Κουζίνα

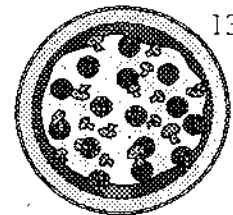
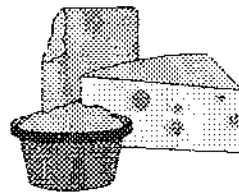
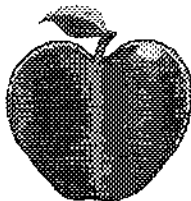
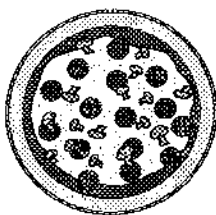
MENΟΥ 3^ο

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Τηγανητό σέσκουλο
Μοσχαρίσιο κρέας με φρούτα και ρεβίθια
Ζαρτινιέρ πατάτες τηγανητές
Σαλάτα ανάμικτη
Επιδόρπιο φράουλες με σαντιγί

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Σούπα λαχανικών
Ψητό αρνί
Ζαρτινιέρ πουρέ πατάτας και καρότου
Σαλάτα νισουάζ
Επιδόρπιο λουκουμάδες πατάτες





Ισπανική Κουζίνα

MENΟΥ 4°

Μενού γεύμα της

Κουβέρ

Γκασπάτσο

Καρόνι με τον τρόπο του βασιλιά Jaume

Ζαρτινιέρ καλαμπόκι και μανιτάρια βουτύρου

Σαλάτα πράσινη

Επιδόρπιο μπισκότα από την Inca

Μενού δείπνο της

Κουβέρ

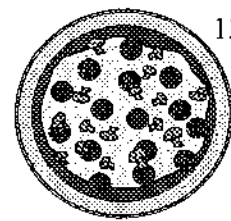
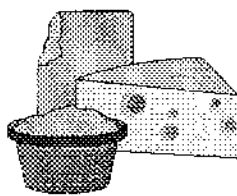
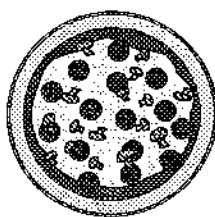
Παέγια

Βραστό ξινό κρέας

Ζαρτινιέρ χορταρικών

Σαλάτα ανάμικτη

Επιδόρπιο παγωτού





Ισπανική Κουζίνα

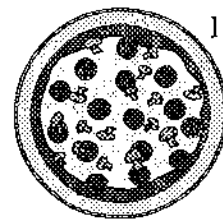
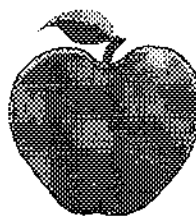
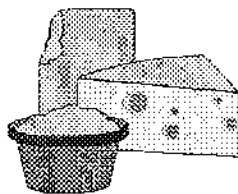
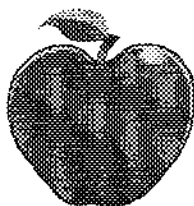
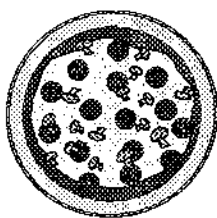
MENΟΥ 5°

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Αντσούγιες μαρινάτες
Τόνος με φρέσκιες τομάτες
Ζαρτινιέρ πατάτα φούρνου
Αγγουροσαλάτα
Επιδόρπιο αμυγδαλόπιτα

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Μιγάς
Συκώτι κοτόπουλου με αυγό
Ζαρτινιέρ χορταρικών
Επιδόρπιο Ensaimades





Ισπανική Κουζίνα

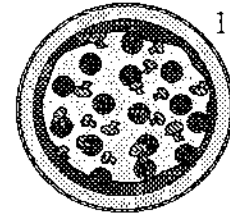
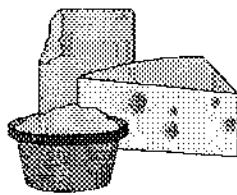
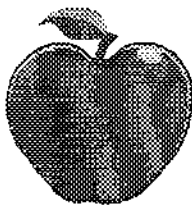
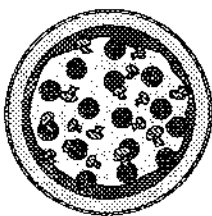
MENΟΥ 6ο

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Σφολιάτες γεμιστές με σέσκουλο
Entrecote με πουρέ βερίκοκο
Σαλάτα ανάμικτη
Επιδόρπιο φρούτο

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Σούπα με ψομί και λαχανικά
Καλαμάρια στο μελάνι τους
Ζαρτινιέρ χορταρικών
Σαλάτα καρότου
Επιδόρπιο φρούτο





Ισπανική Κουζίνα

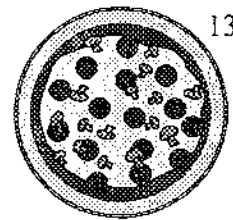
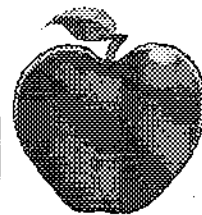
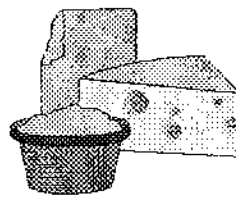
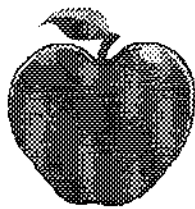
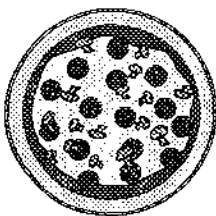
MENΟΥ 7'

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Αυγά α λα φλαμέγκα
Ψητό γουρουνόπουλο γάλακτος
Ζαρτινιέρ πατάτες φούρνου
Σαλάτα εποχής
Επιδόρπιο ζεστή σοκολάτα

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Κουκιά α λα καταλάν
Περιστέρια με μανιτάρια
Ζαρτινιέρ ρύζι
Σαλάτα τομάτα αγγούρι
Επιδόρπιο πουτίγκα καρύδας





Ισπανική Κουζίνα

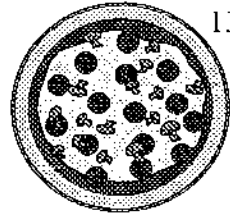
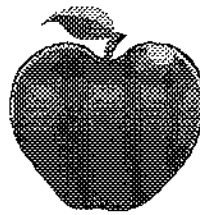
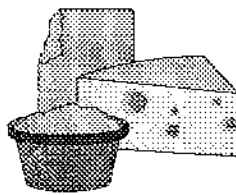
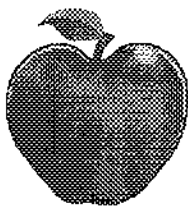
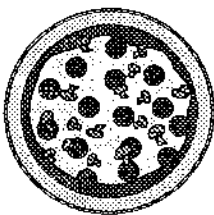
MENΟΥ 8^ο

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Ρύζι φούρνου
Κεφτεδάκια
Ζαρτινιέρ πουρέ πατάτας
Σαλάτα αγγούρι
Επιδόρπιο πουτίγκα καρύδας

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Αυγά α λα Soller
Μαριναρισμένο κουνέλι
Ζαρτινιέρ χορταρικών
Επιδόρπιο φρούτου





Ισπανική Κουζίνα

MENΟΥ 9°

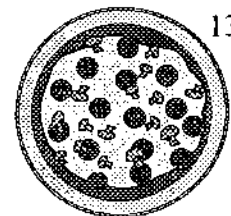
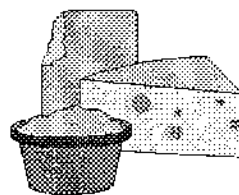
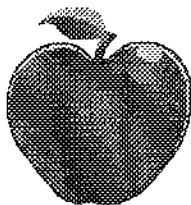
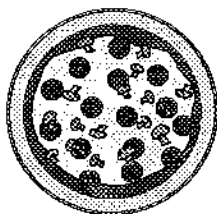
Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Μελιτζάνες πανέ
Μεθυσμένα ορτύκια
Ζαρτινιέρ ρύζι ανάμικτο
Σαλάτα εποχής
Επιδόρπιο πουτίγκα σοκολάτας

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Σκορδόσουπα

Μοσχαρίσια γλώσσα με σάλτσα κάπαρη
Ζαρτινιέρ παστά
Σαλάτα ανάμικτων λαχανικών
Επιδόρπιο μπισκότα αμυγδάλου με κουκουνάρι





Ισπανική Κουζίνα

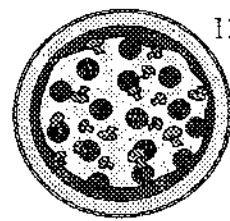
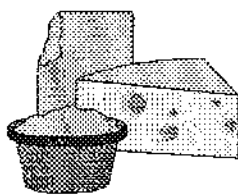
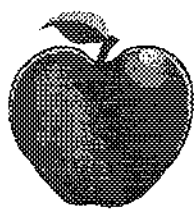
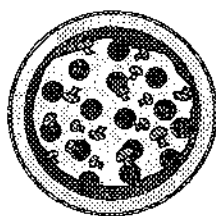
MENΟΥ 100

Μενού γεύμα της

Κουβέρ
Λάχανα Εσπαραγκάδας
Γαρίδες με σκόρδο
Ζαρτινιέρ πουρέ πατάτας
Σαλάτα λάχανο καρότο
Επιδόρπιο παγωτό

Μενού δείπνο της

Κουβέρ
Σούπα με ρύζι ψάρι και θαλασσινά
Καλαμάρια στο μελάι τους
Ζαρτινιέρ χορταρικών
Αγγουροσαλάτα
Επιδόρπιο αμυγδαλόπιτα





Ισπανική Κουζίνα

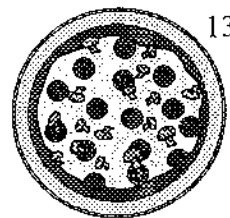
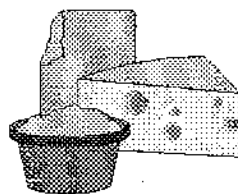
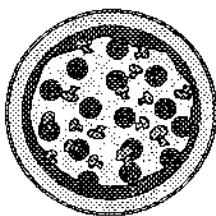
«ΟΙΝΟΣ ΕΥΦΡΑΙΝΕΙ ΚΑΡΔΙΑΝ ΑΝΘΡΩΠΟΥ»

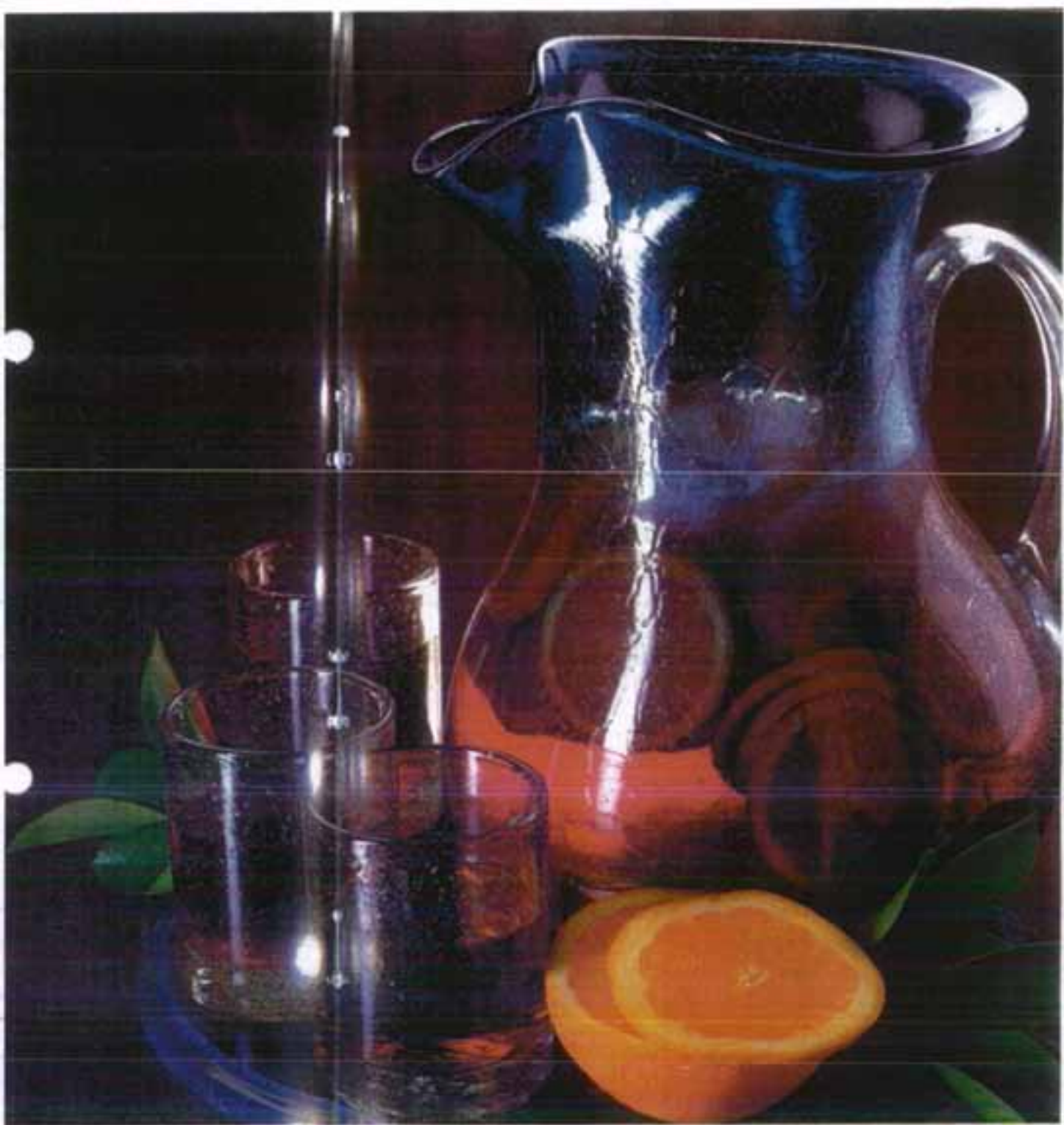
Το νέκταρ των θεών σε cellers

Ενώ τα βαρέλια της ΕΟΚ υπερχειλίζουν και τα κρασιά συναγωνίζονται σε διεθνές επίπεδο, τα προϊόντα της Ισπανίας παραμένουν διακριτικά πίσω. Μάταια τα αναζητεί κανείς στους περισσότερους καταλόγους ποτών της ισπανικής γαστρονομίας. Αυτό που φαίνεται με το πρώτο βλέμμα ως σοφός αυτοπεριορισμός, στην πραγματικότητα έχει μια εντελώς απλή αιτία. Τα προϊόντα δεν επαρκούν καλά καλά για τις ανάγκες των ιδίων των κατοίκων. Αυτό όμως δεν ήταν πάντα έτσι. Όμως οι εποχές των διάσημων εκείνων κρασιών έχουν περάσει.

Οι Ρωμαίοι ήταν εκείνοι που έδειξαν στους Ισπανούς την αμπελουργία. Οι στρατιώτες και οι βετεράνοι που τους ακολούθησαν, οι οποίοι εγκαταστάθηκαν ευχαρίστως στην Ισπανία και στις άλλες χώρες που είχαν κυριεύσει, έφεραν τις πρώτες κληματαριές και έδειξαν στους κατοίκους πώς έπρεπε να φτιάξουν το κρασί. Οι μαθητές τους ήταν τόσο ευμαθείς που ο Πιλίνιος ο μεγαλύτερος έγραψε στην *Naturalis Historia* τους επαίνους ότι τα ισπανικά κρασιά μπορούσαν να συγκριθούν με τα καλύτερα της Ιταλίας. Παρά την απαγόρευση του οινοπνεύματος που επέβαλε το Κοράνι, οι Μαυριτανοί συνέχισαν να φροντίζουν τις κληματαριές και πλούτισαν τις ντόπιες συνταγές με ένα άλλο προϊόν των κλημάτων, τις σταφίδες, που σήμερα ανήκουν σε όλα σχεδόν τα δημοφιλή γεύματα.

Στο τέλος του 19^{ου} αιώνα, ξαφνικά ήρθε το τέλος της αμπελουργίας. Όπως σε όλη σχεδόν την Ευρώπη η φυλλοξήρα αφάνισε όλα σχεδόν τα αμπέλια. Και ενώ στις άλλες χώρες άρχισαν πάλι να ασχολούνται με την αμπελουργία και να εφευρίσκουν νέα είδη κλημάτων, οι Ισπανοί ασχολήθηκαν με άλλες γεωργικές καλλιέργειες. Από τα κάποτε 30.000 εκτάρια αμπελιών έχουν μείνει σήμερα μόνο 4.000. Οι σύγχρονοι αμπελουργοί έχουν τη φιλοδοξία να παράγουν πάλι κρασιά εξαιρετικής ποιότητας. Σε αυτόν τον τομέα διακρίθηκαν ιδιαίτερα τα αμπέλια του Jose Ferrer. Από το 1931 ελέγχει ο οινολόγος Ferrer την ποιότητα των κρασιών στην Ισπανία. Τα δικά του





152 A



Ισπανική Κουζίνα

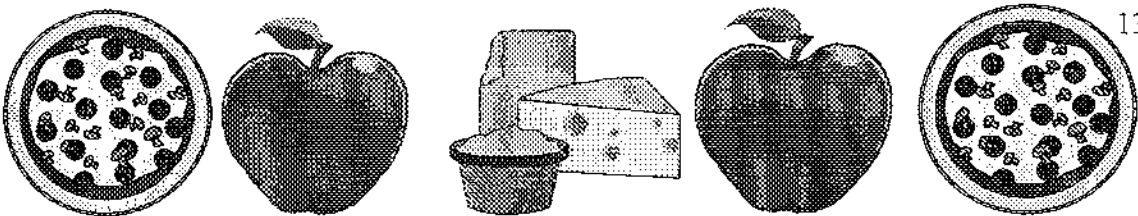
κρασιά είναι προϊόντα πρώτης τάξεως, ακόμα κι αν κρύβουν πάνω στις ετικέτες τους το χαρακτηρισμό vi de taula -επιτραπέζιος οίνος. Και αν ένα φημισμένο βιβλίο οίνων, σε κάποιο εστιατόριο της Πάλμας, χαρακτηρίζει τα προϊόντα αυτά «καλύτερα από το Ρίοχα», τότε μπορείτε άφοβα να εμπιστευτείτε αυτό το κριτήριο.

Οι αποθήκες οίνων περιλαμβάνουν σταφύλια που παράγονται μέσα σε 150 εκτάρια αμπελιών. Αγοράζονται και σταφύλια από άλλους αμπελουργούς, οι οποίοι διευθύνουν κυρίως καλά αμπέλια στα μέρη Conseil, Sencelles, Santa Eugenia και Santa Maria. Στο Ferrer ορκίζονται στην παραδοσιακή Παρασκευή του κρασιού, σε μεγάλα δρύινα βαρέλια. Παρασκευάζονται με το Blanc de blanc κυρίως κόκκινα και ροζέ κρασιά, τα οποία πίνονται σχετικά νέα σε ηλικία, κάτω από το χαρακτηρισμό autentico. Είναι φρέσκα και χυμώδη, γι' αυτό αποτελούν και καλά συνοδευτικά στα ισπανικά γεύματα.

Προϊόντα πρώτης τάξεως είναι τα κρασιά με τον ποιοτικό χαρακτηρισμό reserva ή gran reserva. Αν το reserva πρέπει να μείνει τουλάχιστον ένα χρόνο στο βαρέλι και άλλα δύο στο μπουκάλι, για τον εκλεκτό αδερφό ισχύουν αυστηρότερα κριτήρια. Τουλάχιστον δύο χρόνια στο βαρέλι και τρία χρόνια στο μπουκάλι αποτελούν γι' αυτόν υποχρέωση. Κανονικά αυτοί οι χρόνοι υπερβαίνονται πάντοτε, μέχρι να επιτευχθεί ο επιθυμητός βαθμός ωρίμανσης.

Η μεγαλύτερη περιοχή αμπελιών στο νησί είναι τα νοτιοανατολικά στο Felanitx, όπου ακόμα καλλιεργείται έκταση 2.552 εκταρίων με αμπέλια. Οι περισσότεροι από τους περίπου τετρακόσιους αμπελουργούς έχουν συγκροτήσει ένα συνεταιρισμό από το 1921, που μαζί με το λευκό κρασί προσφέρει και ένα φρέσκο rosado. Στο συνεταιρισμό αυτό μπορούν οι επισκέπτες να δοκιμάσουν τα προσφερόμενα κρασιά και να εφοδιαστούν με τις ανάλογες επιθυμητές ποσότητες μπουκαλιών.

Οι μικρότεροι αμπελώνες βρίσκονται στην Petra και στη Santa Maria. Εδώ κυριαρχούν οι οικογενειακές επιχειρήσεις των οποίων η παραγωγή δεν είναι ιδιαίτερα μεγάλη, όμως είναι καλή για εκπλήξεις. Πού μπορεί ο ταξιδιώτης να αγοράσει κρασί, του το δείχνει στη Santa Maria ένα κλαδί πεύκου με κουκουνάρια στις προσόψεις των





Ισπανική Κουζίνα

σπιτών. Τα ξηρά κλαδιά δείχνουν ότι εδώ προσφέρονται και κρασιά παλαιότερων ετών.

Είτε σε αυτά τα μικρά μέρη όπως το Felonitx είτε στο Ferrer στο Binissalem, σε όποιον άρεσαν αυτά τα κρασιά, πρέπει να κοιπάσει για να μπορέσει να τα αγοράσει, είτε στον τόπο των αμπελουργών είτε στα μαγαζιά. Όταν η παραγωγή κρασιών ήταν άφθονη, σε εκθέσεις κρασιών η Ισπανία είχε κερδίσει και μετάλλια και εξήγαγε μάλιστα κρασιά στη Γαλλία. Δημιουργήθηκαν έτσι τα cellers, οι αποθήκες για τα τεράστια βαρέλια. Μετά την ατυχία με τη φυλλοξήρα δεν λειτούργησαν για αρκετά χρόνια. Όμως με την άνθιση του τουρισμού αποδείχτηκε ότι στον αέρα πλανιόταν μια ιδιαίτερη ατμόσφαιρα για κοινωνικότητα. Με την παρέα του κρασιού η ζωή, έτσι έλεγαν, ήταν πιο ωραία. Και επειδή όρθιος δεν μπορεί να πει κανείς άνετα και επειδή απαιτούνταν μικρές μπουκιές κατά διαστήματα, σύντομα έβαλαν ανάμεσα στα βαρέλια καρέκλες και τραπέζια. Έτσι έγιναν προσφιλείς τόποι συνάντησης μέχρι σήμερα, ακόμη και αν τα βαρέλια σήμερα είναι απλώς διακοσμητικά και δεν χρησιμοποιούνται για την αποθήκευση κρασιού.

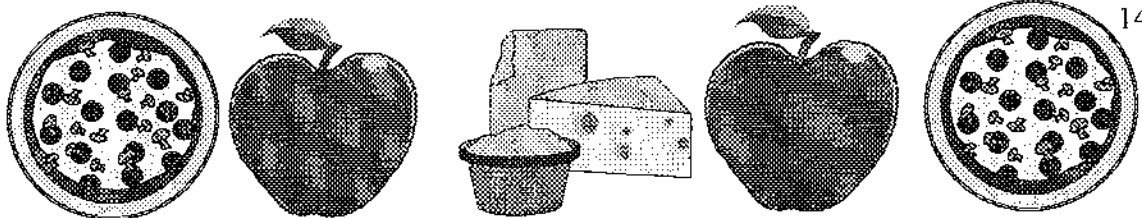
Σε αυτή την ατμόσφαιρα δεν έχει και ιδιαίτερη σημασία αν το κρασί δεν είναι ντόπιο και είναι από αλλού. Τα cellers αυτά προσφέρουν νόστιμα γεύματα της εγχώριας κουζίνας, όπου το φαγητό ετοιμάζεται ακόμη συχνά στην ανοιχτή φωτιά.

Υπάρχουν ακόμα και τα tapes, πικάντικες μικρές μπουκιές, τις οποίες προσφέρουν οι Ισπανοί μαζί με το κρασί.

Η Ευρώπη, τα κρασιά της και η θέση που κατέχουν στη διεθνή αγορά κρασιού

Η Ευρώπη, ευνοημένη όπως είδαμε από τη γεωγραφική της θέση, είναι ο μεγαλύτερος παραγωγός αλλά και καταναλωτής στον κόσμο.

Αν και ως χώρος είναι πολιτιστικά σχετικά ομοιογενής, δεν μπορούμε να πούμε ότι αποτελεί μια ενότητα και στον τομέα της ποιότητας και της τεχνολογίας του κρασιού. Ο διαφορετικός βαθμός ανάπτυξης της οικονομίας των χωρών που την αποτελούν καθρεφτίζεται και στα κρασιά της. Χώρες με οινολογική παράδοση αλλά





Ισπανική Κουζίνα

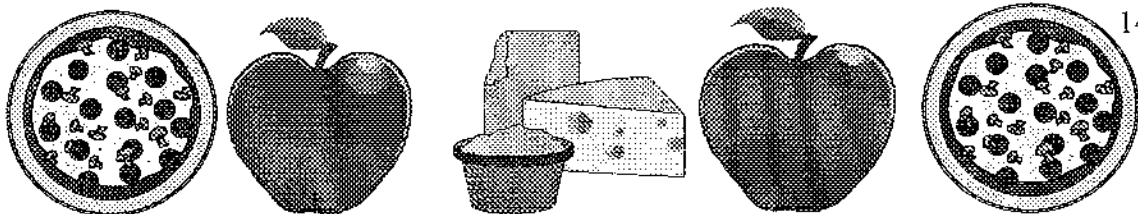
και ανεπτυγμένη τεχνολογία -Γαλλία, Ιταλία, Γερμανία- έχουν προηγηθεί άλλων επίσης παραδοσιακά αμπελοουργικών χωρών, οι οποίες υστερούν τεχνολογικά και οικονομικά -Ισπανία, Πορτογαλία, Ελλάδα-. Είναι όμως σημαντικό και παρήγορο ότι τα τελευταία χρόνια γίνονται άλματα από τις τελευταίες αυτές χώρες και οι ποιοτικές αποστάσεις ελαττώνονται. Παράγοντες που συμβάλουν είναι η εύκολη επικοινωνία -ΕΟΚ-, η μετάδοση των γνώσεων και η βελτίωση του εξοπλισμού. Παράλληλα, ο οξύς ανταγωνισμός που υπάρχει στην αγορά έδειξε ότι μόνον η ποιότητα μπορεί να αποτελεί όπλο στα χέρια των παραγωγών.

Σίγουρα όλοι έχουμε ακούσει τα καλύτερα λόγια για τα γαλλικά ή τα γερμανικά κρασιά. Δεν είναι τυχαίο ότι στην παγκόσμια αγορά χαίρουν ιδιαίτερης εκτίμησης και ότι οι τιμές στις οποίες πωλούνται είναι συχνά πολύ υψηλές.

Η καλή χρήση του marketing από τις χώρες αυτές είναι ένας από τους λόγους που κάνουν τα προϊόντα τους να κατέχουν ξεχωριστή θέση στην εκτίμηση των καταναλωτών. Αυτό όμως που δεν αναιρεί την πραγματικότητα είναι η παραγωγή κρασιών υψηλής ποιότητας.

Φυσικά οι τεράστιες ποσότητες κρασιού που παράγουν οι ευρωπαϊκές χώρες δεν μπορούν να είναι στο σύνολό τους υψηλών ποιοτικών προδιαγραφών. Ο μεγάλος όγκος του ευρωπαϊκού κρασιού είναι απλά κρασιά καθημερινής κατανάλωσης, τα οποία αντιμετωπίζουν σημαντικά προβλήματα διάθεσης.

Η ετήσια κατανάλωση κρασιού ανά κάτοικο στις κυριότερες καταναλώτριες χώρες είναι:



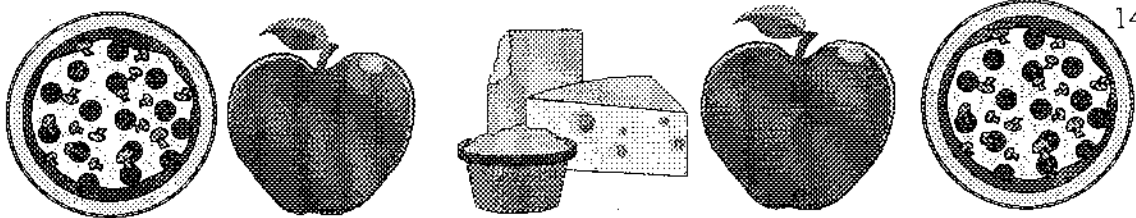


Ισπανική Κουζίνα

Χώρα	Λίτρα/κάτοικο
Γαλλία	75
Ιταλία	72
Ιρλανδία	19
Γερμανία	27
Ολλανδία	14
Δανία	19
Η. Βασίλειο	10
Ισπανία	86
Πορτογαλία	60
Ελλάδα	34
Λουξεμβούργο	60
Βέλγιο	18
Η.Π.Α.	10
Αργεντινή	58
Ελβετία	50
Χιλή	35
Αυστρία	32

Τα τελευταία χρόνια, και παρά το γεγονός ότι η άνοδος του βιοτικού επιπέδου έχει δημιουργήσει νέους καταναλωτές, παρουσιάζεται πτώση της κατανάλωσης κρασιού σε παγκόσμιο επίπεδο.

Η πτώση αυτή εντοπίζεται κυρίως στα επιτραπέζια κρασιά. Αντίθετα, οι V.Q.P.R.D. (Οίνοι Ποιότητας Παραγόμενοι σε Καθορισμένη Περιοχή) παρουσιάζουν αύξηση στην κατανάλωση, πράγμα που οι παραγωγοί έχουν αντιληφθεί και έχουν στρέψει προς τα εκεί τις προσπάθειές τους.





Ισπανική Κουζίνα

Η διαπίστωση αυτή είναι ευνοϊκή για το ευρωπαϊκό κρασί, μια και σε μεγάλο ποσοστό είναι V.Q.P.R.D. Τα κρασιά που παράγονται στην Ευρώπη -πλην των Ανατολικών Χωρών- κατά κατηγορία είναι:

Επιτραπέζια 65%, λευκά 33,8%, κόκκινα-ροζέ 66,2%.

V.Q.P.R.D. 24%, λευκά 45,5%, κόκκινα-ροζέ 21,6%.

Για την Ελλάδα, τα ποσοστά είναι V.Q.P.R.D. 8% και 92% επιτραπέζια κρασιά. Το 40% είναι κόκκινα και το 60% λευκά.

Τύποι κρασιών και οι κυριότερες οινοπαραγωγικές περιοχές

Η Ισπανία κατέχει την τρίτη θέση στην παγκόσμια παραγωγή κρασιού μετά τη Γαλλία και την Ιταλία, με όγκο παραγωγής τα τελευταία χρόνια στα 2.900.000 λίτρα, που καλλιεργούνται σε 15.000.000 στρέμματα γης. Είναι δηλαδή η πρώτη χώρα στον κόσμο σε καλλιεργήσιμες εκτάσεις.

Το μεγαλύτερο μέρος παραγωγής των ισπανικών κρασιών καταναλώνεται στην ίδια την Ισπανία.

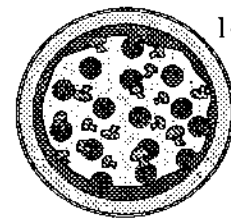
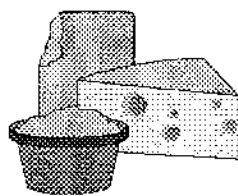
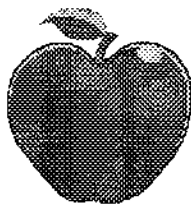
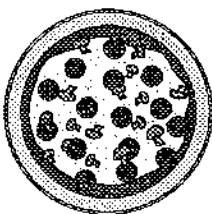
Οινοπαραγωγικές περιοχές

α. Rioja - Navarra

Η ευρύτερη περιοχή της Ριόχα βρίσκεται στη Βόρεια Ισπανία, κοντά στα Πυρηναία Όρη και παράγει κυρίως κόκκινα κρασιά που μοιάζουν με τα αντίστοιχα του Bordeaux.

Γνωστοί τύποι αυτών των κρασιών είναι:

- CLARETE. Η διάθεσή τους στο εμπόριο γίνεται από το δεύτερο χρόνο.
- VIEZAS RESERVAS. Παλαιωμένα για ένα ή δύο χρόνια μέσα σε μικρά δρύινα βαρέλια.





Ισπανική Κουζίνα

- IMPERIAL. Παλαιωμένα τουλάχιστον για τρία χρόνια.

Άλλα γνωστά κρασιά της περιοχής και των τριών προαναφερθέντων τύπων είναι τα εξής: BANDA AZUL, BANDA ROSA, MARQUES RISCAL, MARQUES DE MURRIETA και BODEGAS FRANCO-ESPAÑOLAS.

β. Mancha - Valdepenas

Βρίσκεται νότια της Μαδρίτης στην επαρχία Mavs. Παράγει κυρίως κόκκινα κρασιά 12% vol., προερχόμενα από τις ποικιλίες Garnacho, Cencibel, Monstrel και Tintorea.

γ. Priorato

Η περιοχή αυτή βρίσκεται στην ευρύτερη περιοχή της Καταλονίας, νότια της Βαρκελώνης. Παράγει κόκκινα κρασιά προερχόμενα από ποικιλίες Carinena, Garnacho, Macabeo και Pedro Ximenez.

Συναντάμε κυρίως δύο γνωστούς τύπους κρασιών:

- Sangria. Κρασί που δε σηκώνει παλαίωση.
- Rancio. Κρασί παλαιωμένο για τρία χρόνια περίπου.

Γνωστά ξηρά κρασιά της περιοχής:

- Falset Garnacho Priorato
- High Priorato

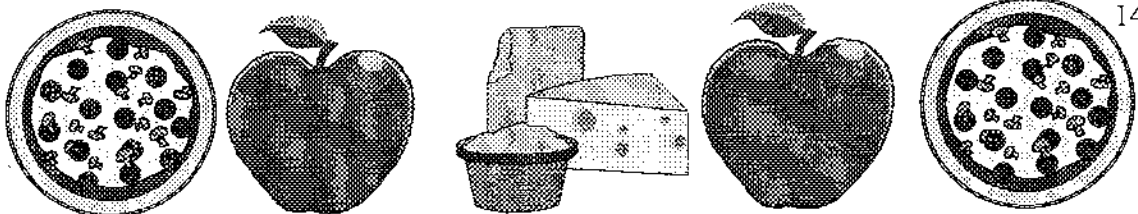
Γνωστά γλυκά κρασιά:

- Vicoso Generoso Priorato
- Priorato Extra Rancio

δ. Jerez

Βρίσκεται στη νοτιοδυτική Ισπανία προς τον Ατλαντικό και παράγει περιφημους τύπους λευκών κρασιών, όπως:

- Jerez Finos. Λευκό ξηρό κρασί.





Ισπανική Κουζίνα

- Jerez Olorosos. Λιγότερο ξηρό από το προηγούμενο
- Jerez Dulces. Πρόκειται για γλυκά κρασιά, γνωστότερα των οποίων είναι τα Pedro Ximenez και Moscatel.
- Dulce. Γλυκό κρασί που φέρει το όνομα Lacrima Christi.
- Dulce Anejo. Πολύ παλαιό γλυκό κρασί.

Τα πιο φημισμένα κρασιά της Ισπανίας

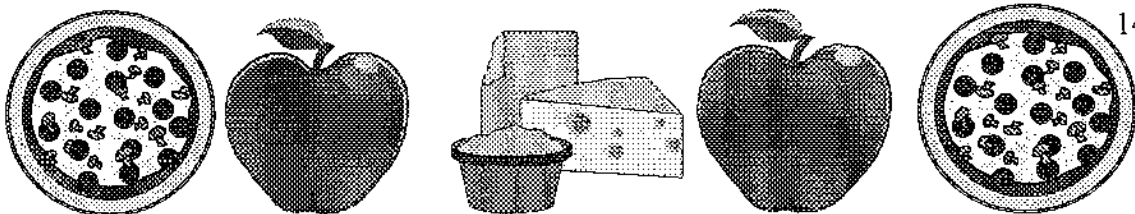
Jerez

Λευκό κρασί αναμφισβήτητα το πιο γνωστό της Ισπανίας. Είναι το xera των Φοινίκων, το Scherizel των Αράβων, το Σέρυ των Άγγλων, που το πίνουν μετά το γεύμα και το Xeres των Γάλλων.

Το κρασί αυτό δημιουργείται από ανάμιξη. Γερνάει σε τεράστια δρύινα βαρέλια και παρουσιάζει διαφορετικά χαρακτηριστικά, χρώμα άχυρου, κεχριμπαριού, χρυσό, παλ, περιεκτικότητα σε αλκοόλ κυμαινόμενη 15° και 20° και μπορεί να είναι πολύ δυνατό, ξηρό κ.λπ.

Για να μπορέσει κανείς να διαλέξει το Jerez που προτιμά, πρέπει να έχει υπομονή και να δοκιμάσει πολλές ποιότητες.

- Παράγεται στην Ανδαλουσία, όπως επίσης και στη Μάλαγκα, όπου ονομάζεται Mosactel. Αυτά τα κρασιά έχουν μια γεύση «ζεστή». Είναι γλυκά και γενικών σερβίρονται στα επιδόρπια.
- Στην Αραγόνα, παράγονται κόκκινα κρασιά με μεγάλη περιεκτικότητα σε αλκοόλ. Συνοδεύουν συνήθως πιάτα με κρέας. Μπορούμε να αναφέρουμε το Carinena.
- Η Μάντσα, είναι μια μεγάλη ζώνη παραγωγής κρασιών. Τα κρασιά της είναι ποιότητας, είναι πολύ διαδεδομένα και η εμπορικότητά τους πολύ μεγάλη. Μπορούμε ν' αναφέρουμε τα Voldepenas, κόκκινα και ροζέ.
- Μερικά κρασιά της Καστίλης είναι εξαιρετικά, όπως το Quivanilla de Aniba ή το Valbuena.





Ισπανική Κουζίνα

- Η περιοχή του Levant, είναι μια περιοχή με μεγάλη ποικιλία παραγωγής. Βρίσκουμε κόκκινα-ροζέ στην Αλικάντη, άσπρα-ξηρά στη Βαλέντσια, κόκκινα -για την ακρίβεια γκρενά σκούρο- στη Μούρτσα και με υψηλή περιεκτικότητα αλκοόλ - τουλάχιστον 13°.
- Απ' τα κρασιά της Καταλάνης, τα πιο εκτιμημένα είναι της περιοχής Πενέτες -άσπρα κρασιά, γλυκά- και του Πριοράτο -κρασιά κόκκινα σκούρα με σύνθετο άρωμα.
- Τα κρασιά της Ναβάρας είναι κόκκινα και με υψηλή περιεκτικότητα σε αλκοόλ -15°.
- Η Ριόχα είναι η πιο πλούσια οινοποιητική περιοχή της χώρας. Τα κρασιά αυτής της περιοχής είναι τα πιο γνωστά στο εξωτερικό. Αποτελείται από τρεις περιοχές. Την κάτω Ριόχα, που παράγει φρουτώδη κρασιά, την άνω Ριόχα, που παράγει κόκκινα κρασιά πολύ αρωματικά και άσπρα κρασιά και την Ριόχα Αλαβέζα με κόκκινα κρασιά που καταναλώνονται προτού παλιώσουν.
- Τα κρασιά της Galice, άσπρα και κόκκινα, είναι πολύ ελαφριά.

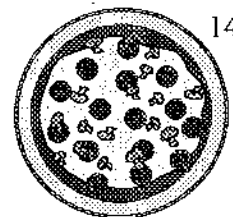
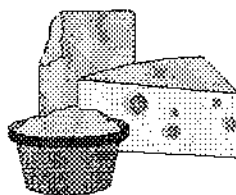
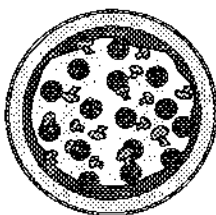
Ο Μηλίτης

Είναι το τυπικό ποτό της Αστουρίας. Χρειάζεται μια ειδική διαδικασία στο σερβίρισμα γιατί αποτελεί παράδοση να σηκώνεται ψηλά το μπουκάλι και να σερβίρεται, έτσι, πολύ σιγά ο μηλίτης στο ποτήρι.

Το κρασί στο τραπέζι

Όπως ήδη έχουμε διαπιστώσει το κρασί ακολουθεί ένα μακρύ δρόμο από το αμπέλι μέχρι τη στιγμή που φτάνει στο τραπέζι του καταναλωτή.

Ο δρόμος αυτός είναι γεμάτος με φροντίδες και ανησυχίες που έχουν να κάνουν με την επιλογή του χώρου που θα εγκατασταθεί ο αμπελώνας, με την ανησυχία και τη φροντίδα του οινολόγου μέσα στο οινοποιείο, με τη λεπτομερή εξέταση του δοκιμαστή και με πολλά άλλα πράγματα που τελικά έχουν ένα και μοναδικό στόχο. Τη δημιουργία ενός μοναδικού προϊόντος που σκοπός του είναι να τέρψει αυτόν που θα το βάλει στο τραπέζι του, να του καλλιεργήσει τις αισθήσεις και να αποτελέσει ένα αρμονικό





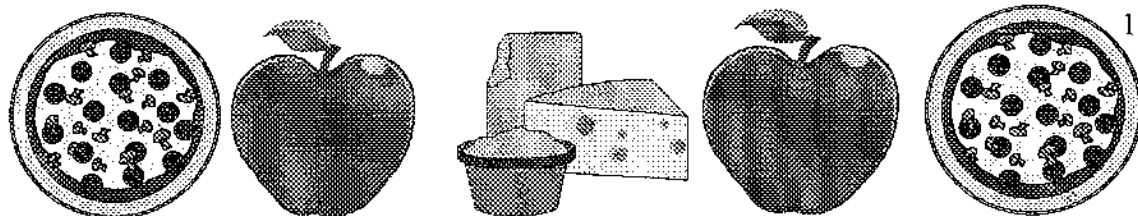
Ισπανική Κουζίνα

συμπλήρωμα σε μια συνολική ποιότητα ζωής. Η παραγωγή ενός καλού κρασιού δεν αποτελεί αυτοσκοπό. Βρίσκει την τελειώσή της μέσα από την αισθητική και γευστική απόλαυση που μπορεί να προσφέρει. Όπως όμως η απόλαυση ενός έργου τέχνης δεν εξαρτάται μόνο από το δημιουργό του, έτσι και το κρασί χρειάζεται κάποιες πρόσθετες φροντίδες που θα του επιτρέψουν να δώσει την κατάλληλη στιγμή το μάξιμουμ της ποιότητας που κρύβει μέσα του. Ένα μπουκάλι κρασί, από τη στιγμή που εγκαταλείπει την κάβα του οινοπαραγωγού, πρέπει να συντηρηθεί σωστά, τη στιγμή που θα φτάσει στο τραπέζι να έχει τη σωστή θερμοκρασία και τα αξεσουάρ που θα χρησιμοποιηθούν για το σερβίρισμά του να είναι κατάλληλα. Ακόμα και το γευστικό περιβάλλον μέσα στο οποίο θα ενταχθεί, δηλαδή το φαγητό που θα συνοδεύσει, να είναι τέτοιο ώστε κρασί και φαγητό να αλληλοσυμπληρώνουν το ένα το άλλο, να τείνουν προς την ενίσχυση των γευστικών αρετών και να κολακεύουν με τον καλύτερο τρόπο τις αισθήσεις που συμμετέχουν στη γιορτή της γεύσης.

Αρμονία στη γεύση

Οι διαιτητικές και γευστικές συνήθειες κάθε λαού, σε συνδυασμό με τις κοινωνικές του συνήθειες, έχουν καθορίσει το είδος της κουζίνας αλλά και τον τρόπο συμπεριφοράς απέναντι σ' αυτή. Είναι φυσικό ότι τα στοιχεία αυτά επηρεάζουν και τη συμπεριφορά των ανθρώπων απέναντι στο κρασί, είτε στον τύπο του κρασιού, είτε αυτό αφορά στον αριθμό τους και στη σειρά με την οποία θα παρουσιαστούν. Οι σύγχρονες διαιτητικές συνήθειες στο δυτικό κόσμο και η εργασιακή ένταση επιβάλλουν απλές λύσεις για το καθημερινό τραπέζι που επιτρέπουν, να μην πούμε επιβάλλουν, τη χρησιμοποίηση ενός μοναδικού κρασιού.

Αντίθετα ένα καλό γιορταστικό τραπέζι, ένα επίσημο γεύμα ή μια έξοδος σε ένα καλό εστιατόριο αξίζουν συχνά περισσότερο από ένα κρασιά, συνήθως τρία ή τέσσερα. Και στις δύο περιπτώσεις αυτό που έχει σημασία είναι το κρασί που συνοδεύει ένα καλό ή ένα πολύπλοκο τραπέζι να αναδεικνύει γευστικά και να συνοδεύεται από αυτό.





Ισπανική Κουζίνα

Όπως είναι φυσικό, στη διάρκεια ενός γεύματος αναζητάμε την αρμονική σχέση ανάμεσα σ' αυτό που τρώμε και σ' αυτό που πίνουμε.

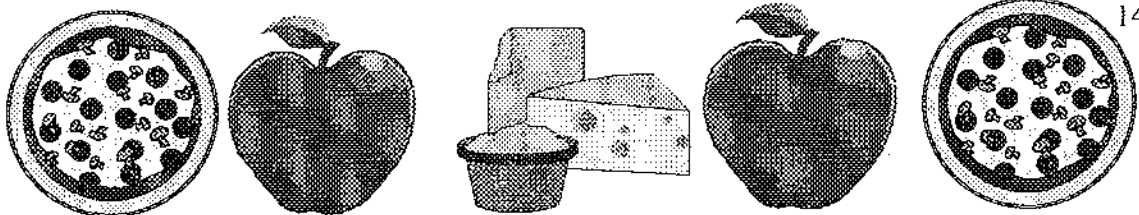
Η αρμονική συμφωνία ανάμεσα στο κρασί και στο φαγητό πρέπει να πραγματοποιείται ταυτόχρονα στο επίπεδο έντασης και εντύπωσης, στη φύση και στην ποιότητα γεύσεων.

Ένα κρασί πλούσιο σε άρωμα ταιριάζει άσχημα με ένα πιάτο γευστικά ουδέτερο. Αντίθετα, ένα κρασί χωρίς γευστικό πλούτο αδικεί ένα γευστικό πιάτο. Στο σημείο αυτό μόνο μια εξαίρεση μπορεί να υπάρχει. Ένα έδεσμα δυνατό με πολλά μπαχαρικά μπορεί να δέσει καλύτερα με ένα απλό και δροσιστικό κρασί που σβήνει τη δίψα και το κάψιμο που προκαλούν τα μπαχαρικά. Ο πλούτος των γεύσεων στο χώρο του κρασιού είναι τόσο μεγάλος, που είναι απολύτως αδύνατο -με κάποιες εξαιρέσεις βέβαια- να μη βρούμε το κατάλληλο κρασί που θα συνοδεύσει το πιάτο που επιλέξαμε.

Ας κάνουμε όμως μια πρώτη προσέγγιση αρμονίας στη γεύση με βάση το χρώμα του κρασιού. Η αντιστοίχιση και το αρμονικό δέσιμο των χρωμάτων προετοιμάζει για την αντιστοίχιση και το αρμονικό δέσιμο των γεύσεων. Τόσο η ψυχολογία όσο και η φυσιολογία μας δίνουν αρκετά επιχειρήματα που το επιβεβαιώνουν.

Τα λευκά κρασιά με το απαλό ανοιχτό χρώμα τους ταιριάζουν καλύτερα με τις τροφές που είναι ανάλογες χρωματικές αποχρώσεις, όπως τα λευκά κρέατα, ψάρι, κοτόπουλο, μοσχάρι γάλακτος κ.λπ., και τις λευκές ζανθές και ανοιχτόχρωμες σάλτσες.

Το έντονο χρώμα ενός κόκκινου κρασιού μας προδιαθέτει ευθύς εξαρχής ευμενώς για ένα «πάντρεμα» με ένα κόκκινο κρεατικό, με τις σκουρόχρωμες σάλτσες και με σάλτσες που είναι φτιαγμένες με βάση το κρασί. Φυσικά το χρώμα του κρασιού από μόνο του δεν δημιουργεί κανόνες αντιστοίχισης και αφήνει το δρόμο ανοιχτό και σε εξαιρέσεις. Ένα δεύτερο στοιχείο που καθορίζει ένα επιτυχημένο συνδυασμό είναι η σύνθεση αυτή καθαυτή του κρασιού. Οι πρωτεΐνες της σάρκας ενός ψαριού πολύ δύσκολα συμβιβάζονται με τις τανίνες που περιέχει ένα δυνατό κόκκινο κρασί. Συνήθως ο συνδυασμός τους αφήνει στο στόμα μια μεταλλική γεύση. Ακόμα το άρωμα





Ισπανική Κουζίνα

των θαλασσινών -αμινούχες οσμές- δύσκολα παντρεύεται με το άρωμα ενός κόκκινου δυνατού κρασιού.

Στον κανόνα αυτό πάντως υπάρχει μια εξαίρεση. Ένα πιάτο με ψάρι μαγειρεμένο με σάλτσα, που στη σύνθεσή της παρεμβαίνει ένα κόκκινο κρασί, μπορεί να συνοδευτεί από το ίδιο κρασί που χρησιμοποιήθηκε για την παρασκευή της σάλτσας.

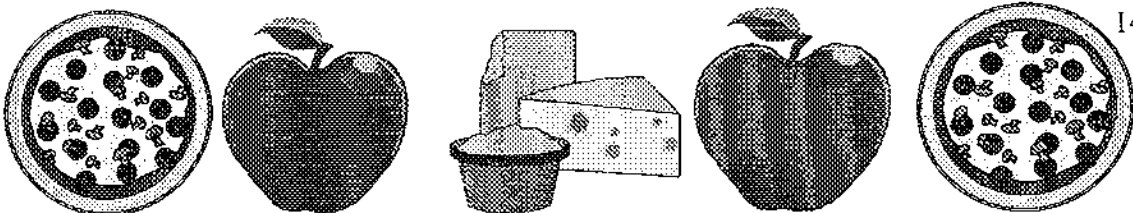
Μια δεύτερη εξαίρεση μπορεί να είναι ένα έντονα λιπαρό ψάρι που ταιριάζει πολύ με ένα ελαφρύ φρέσκο απαλλαγμένο από τανίνες κόκκινο κρασί, που σερβίρεται σε θερμοκρασία 12-13°C.

Εδώ όμως χρειάζεται μεγάλη προσοχή. Δεν είναι τυχαίο, λοιπόν, ότι τα λευκά κρασιά έχουν πάρει τη θέση που τους αξίζει σαν γευστική συντροφιά των περισσότερων προϊόντων που μας προσφέρει η θάλασσα.

Η γεύση του λευκού κρασιού μειώνει την αίσθηση της αλμύρας που χαρακτηρίζει τα θαλασσινά ή το ψάρι, περιορίζοντάς τη στις σωστές της διαστάσεις ενώ ταυτόχρονα αναδεικνύεται από αυτήν. Αναφερόμαστε συχνά σε κρασιά κατάλληλα για θαλασσινά, σε κρασιά κατάλληλα για οστρακόδερμα, σε κρασιά κατάλληλα για ψάρια. Εννοούμε πάντα λευκά κρασιά που με την ίδια ακριβώς αντιστοιχία ξεκινάνε από τα πιο νευρώδη για να καταλήξουν σε αυτά με το περισσότερο άρωμα. Πιο νέα σε ηλικία όταν μιλάμε για οστρακοειδή, και περισσότερο ώριμα όταν μιλάμε για ψάρι. Χρησιμοποιώντας σαν λογικό εργαλείο όλα όσα προαναφέραμε μπορούμε εύκολα να πούμε ότι τα λευκά κρασιά εκτός από το ψάρι συνοδεύουν το ζαμπόν, το κοτόπουλο και το μοσχάρι, είτε ψητά είτε μαγειρεμένα με λευκές σάλτσες.

Ακόμα ένα λευκό κρασί με σχετικά μεγάλη οξύτητα μπορεί να συνοδεύσει άνετα ένα πιάτο αλλαντικών, ένα πιάτο με μακαρόνια, εξουδετερώνοντας την αμυλώδη σύνθεσή τους, το κατσικίσιο κρέας και το αρνάκι γάλακτος.

Τέλος, ένα λευκό κρασί μπορεί να αποτελέσει το μοναδικό σύντροφο ενός πλήρους γεύματος, υπό την προϋπόθεση ότι το κυρίως πιάτο δεν περιλαμβάνει στη σύνθεσή του κόκκινο κρέας με πολύ δυνατές σάλτσες.





Ισπανική Κουζίνα

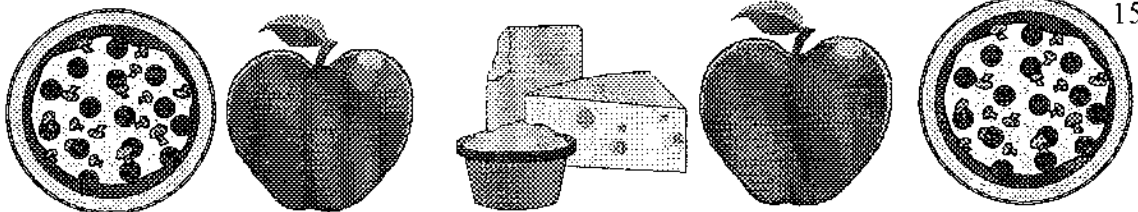
Η πλούσια σύνθεση των κόκκινων κρασιών και η γευστική τους πολυπλοκότητα, τα κάνουν πιο κατάλληλα για να συνοδεύουν πιο βαριά πιάτα με έντονες γεύσεις. Εδώ καθοριστικό ρόλο παίζει η περιεκτικότητά τους σε τανίνες και η στυφάδα και η πικρίλα που οφείλεται σ' αυτές.

Θα μπορούσαμε να χωρίσουμε τα κόκκινα κρασιά σε δυο κατηγορίες. Σε ελαφρά κόκκινα με λίγες τανίνες και σε δυνατά κόκκινα κρασιά με πολλές τανίνες. Στα κρασιά της δεύτερης περίπτωσης οι τανίνες αντιδρούν με τις πρωτεΐνες του κρέατος και ελαττώνουν τον τανικό χαρακτήρα των κρασιών. Έτσι το κρασί βγαίνει κερδισμένο από το συνδυασμό του με ένα τέτοιο πιάτο. Τα μεγάλα τανικά κρασιά συνδυάζονται πάρα πολύ καλά με το κόκκινο κρέας και το κυνήγι τριχωτό ή φτερωτό. Οι βαριές πρωτεΐνες, που υπάρχουν σ' αυτά τα κρέατα, λειτουργούν ενισχυτικά για τη γευστική ανάδειξη του κρασιού. Από την άλλη μεριά το πολύπλοκο μπουκέτο αυτών των κρασιών γεμάτο αρώματα ξηρών φρούτων, μπαχαρικών και τρούφας, δένει απόλυτα με αυτή την κατηγορία εδεσμάτων. Παρόλα αυτά ακόμα και τα δυνατά κρέατα όταν είναι μαγειρεμένα με λαχανικά που γλυκίζουν, όπως ο αρακάς, τα καρότα κ.λπ., δεν ταιριάζουν με ένα δυνατό και έντονο τανικό κρασί. Στην περίπτωση αυτή είναι προτιμότερος ο συνδυασμός με ένα ελαφρύ και λιγότερο τανικό κρασί.

Εξαιρεση στον κανόνα αυτό γίνεται όταν τα λαχανικά έχουν μουλιάσει αρκετά στη σάλτσα του κρέατος, π.χ. στιφάδο.

Τα λιγότερο πλούσια σε τανίνες κόκκινα κρασιά ταιριάζουν σε άπαχα κρέατα, όπως το μοσχάρι, το κοτόπουλο ή γαλοπούλα. Τα πιάτα με έντονη ίσως αλλά γλυκίζουσα γεύση, και εδώ ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα η κινέζικη κουζίνα, δεν υποφέρουν την παρουσία ενός κόκκινου τανικού και με σώμα κρασιού.

Η ιδανική λύση στην περίπτωση αυτή είναι ένα γλυκό ημίξηρο και αρωματικό κρασί ή στην περίπτωση έλλειψης αυτού ένα προσεκτικά οينوποιημένο φρέσκο κόκκινο κρασί, με ελάχιστες τανίνες και φρουτώδη χαρακτήρα. Ακόμα, κατάλληλο μπορεί να θεωρηθεί και ένα ροζέ κρασί. Σαν ένα γενικό κανόνα μπορούμε να





Ισπανική Κουζίνα

θεωρήσουμε και τον εξής: τα μεγάλα κρασιά απαιτούν, εκτός από όλα όσα αναφέραμε πιο πάνω, μαγειρικές συνθέσεις, λεπτεπίλεπτες και με μεγάλες δυνατότητες.

Αντίθετα, κουζίνα η οποία βασίζεται στην έντονη γεύση, που δίνουν τα πολλά καρυκεύματα, έχει ανάγκη από πιο εύκολα κρασιά, κόκκινα ή λευκά, που ο δροσιστικός τους χαρακτήρας είναι το κύριο χαρακτηριστικό τους.

Τα περισσότερα πιάτα της ελληνικής κουζίνας ανήκουν σ' αυτή την κατηγορία και έτσι εξηγείται η τάση που έχει η Ελλάδα για κατανάλωση λευκών και ελαφρών κόκκινων κρασιών.

Αφήσαμε για το τέλος μια μεγάλη όσο και παρεξηγημένη κατηγορία κρασιών, τα ροζέ. Στο χώρο αυτό σπάνια συναντάμε ένα μεγάλο κρασί. Και όπως πάντα για το απλό υπάρχει και μια λύση. Ένα ροζέ μπορεί να συνοδεύσει άνετα ένα ψάρι, ένα λευκό κρέας, ένα κρέας μαγειρεμένο με πολλά καρυκεύματα και γενικά να αποτελέσει εύκολη και συνοπτική λύση στο χώρο της αρμονίας των γεύσεων. Φυσικά αυτό δεν ισχύει όταν αναφερόμαστε σε μια γευστική δημιουργία υψηλού επιπέδου.

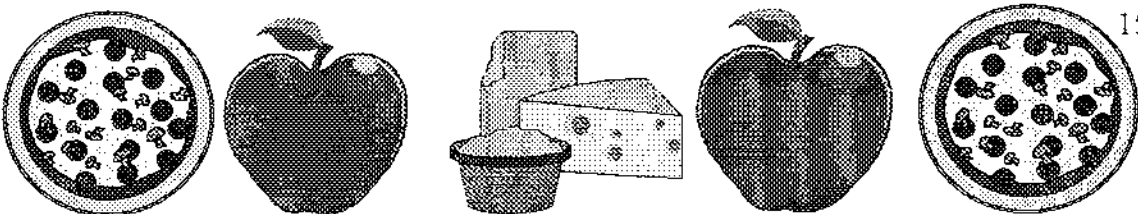
Στην περίπτωση του καθημερινού εύκολου γεύματος το ροζέ κρασί μπορεί να είναι σαν μοναδική παρουσία στο τραπέζι μια καλή και ευχάριστη λύση.

Τα αφρώδη κρασιά ταιριάζουν συνήθως με γλυκά επιδόρπια ή με φρούτα. Στην περίπτωση του γλυκού επιδορπίου ταιριάζει επίσης και ένα γλυκό κρασί.

Έχοντας αναφέρει όλα τα παραπάνω, μπορούμε να προχωρήσουμε στην κωδικοποίηση που ακολουθεί.

Θαλασσινά:

Με τα θαλασσινά -στρείδια κ.λπ.- ταιριάζουν περισσότερο τα λευκά κρασιά με μεγάλη οξύτητα. Το κρασί θα πρέπει επίσης να είναι φρουτώδες αρωματικό, για να αντισταθμίζονται οι έντονες οσμές που περιέχουν τα θαλασσινά.





Ισπανική Κουζίνα

Οστρακόδερμα:

Λευκά κρασιά με σώμα, όχι υπερβολικά ξηρά, για να δένουν με τη γλυκύτητα της σάρκας ενός καλά προετοιμασμένου, π.χ., αστακού.

Ψάρια:

Ένα καλό ψάρι δίνει πολύ καλά με ένα λευκό κρασί χωρίς μεγάλη οξύτητα, μαλακό και αρωματικό. Ένα λιπαρό ψάρι συνδυάζεται ακόμα και με ένα πολύ ελαφρύ κόκκινο και φρουτώδες μη τανικό κρασί, τύπου pouveaux.

Αλλαντικά:

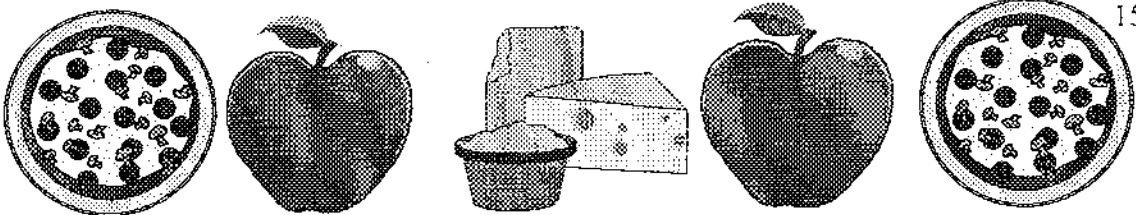
Τα ιδιαίτερα λιπαρά αλλαντικά δένουν καλύτερα με λευκά κρασιά μεγάλης οξύτητας που αντιστέκονται επιτυχώς στο λιπαρό χαρακτήρα του εδέσματος. Ιδανική «συντροφιά» στα αλλαντικά μπορεί να κρατήσει ένα ροζέ κρασί ή ένα ελαφρύ και νευρώδες κόκκινο.

Ζυμαρικά:

Τα ζυμαρικά, παρόλα όσα πιστεύουν μερικοί, δεν παντρεύονται πάντα ιδανικά με ένα κόκκινο κρασί. Συχνά ένα λευκό με έντονη οξύτητα αποτελεί την καλύτερη λύση. Αλλά αν η σάλτσα που συνοδεύει το ζυμαρικό σας δίνει το προβάδισμα στο κόκκινο κρασί, φροντίστε να είναι φρέσκο ζωηρό και νευρώδες.

Λευκά κρέατα:

Τα λευκά κρέατα -κοτόπουλο, γαλοπούλα, μοσχάρακι κ.λπ.- συνοδεύονται συνήθως από λευκά κρασιά ή από ελαφρά κόκκινα, ανάλογα με το είδος της σάλτσας με την οποία είναι μαγειρεμένα.





Ισπανική Κουζίνα

Κόκκινα κρέατα και κυνήγι:

Ο κανόνας εδώ είναι τα δυνατά κόκκινα κρασιά με έντονο σώμα και παρουσία τανινών. Ένας γενικός κανόνας είναι επίσης ότι η κάθε τοπική κουζίνα δένει συνήθως καλύτερα με τα κρασιά που παράγονται στην περιοχή αυτή.

Τελειώνοντας το τεράστιο και ανεξάντλητο κεφάλαιο της αρμονίας των γεύσεων θα θέλαμε να τονίσουμε τα εξής. Κατά τη διάρκεια ενός γεύματος η ευαισθησία αντίληψης των γεύσεων ελαττώνεται προοδευτικά. Εξαιτίας αυτού του γεγονότος όταν σερβίρονται περισσότερα από ένα κρασιά η σειρά παρουσίασης γίνεται στο πλαίσιο μιας γευστικής κλιμάκωσης. Ο κανόνας είναι να ξεκινάμε με το πιο ελαφρύ και πιο νέο κρασί και να καταλήγουμε στο κρασί που έχει το περισσότερο σώμα, περισσότερο άρωμα και μεγαλύτερο οινοπνευματικό βαθμό. Έτσι εξηγείται το γεγονός ότι ξεκινάμε με λευκά κρασιά για να κλείσουμε ένα δείπνο με δυνατό κόκκινο κρασί. Ακόμα όσο τα κρασιά είναι καλύτερα τόσο η παρουσίαση των εδεσμάτων και το τελετουργικό του γεύματος πρέπει να είναι προσεγμένο.

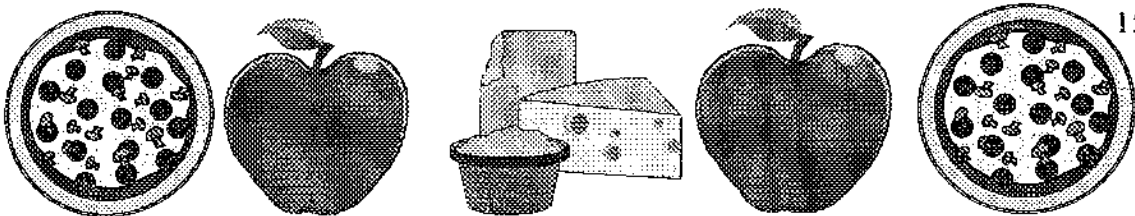
Στον αντίποδα της αρμονίας των γεύσεων βρίσκονται ορισμένα πιάτα τα οποία μπορεί να θεωρηθούν ορκισμένοι εχθροί του κάθε κρασιού.

Οι σούπες

Όπως είναι λογικό, δεν είναι δυνατό να σερβίρουμε το οποιοδήποτε κρασί με ένα κονσομέ ή σούπα. Εκτός από τη διαφορά γεύσεων, που είναι δύσκολο να συνδυαστούν, η ταυτόχρονη παρουσία δύο υγρών είναι ελάχιστα κολακευτική για τον ουρανίσκο.

Πιάτα με έντονη παρουσία ξυδιού

Η έντονη παρουσία του οξικού οξέως σε μια σαλάτα με λαδόξιδο ή με τουρσί κάνει τα πιάτα αυτά ακατάλληλα για οποιαδήποτε κρασιά.





Ισπανική Κουζίνα

	Λευκά	Λευκά παλαιώσης	Ροζέ	Ερυθρά	Ερυθρά παλαιώσης	Γλυκά	Αφρώδη
ορεκτικά	X	X	X			X	X
σαλάτες	X	X	X	X			
οστρακοειδή - θαλασσινά	X	X	X				
ψάρι	X	X	X				
πουλερικά	X	X	X	X			
κόκκινα κρέατα			X	X	X		
κονήγι					X		
τυριά		X	X	X	X	X	
γλυκά	X		X			X	X
φρούτα	X		X		X	X	X

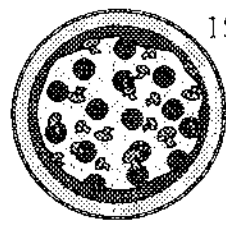
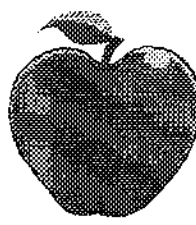
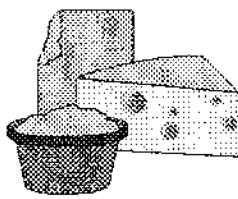
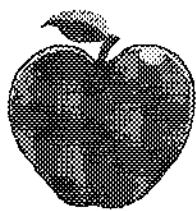
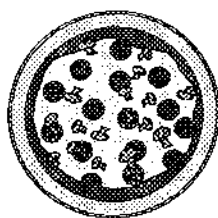
Τυρί και κρασί

Το τυρί αποτελεί ένα από τα βασικά στοιχεία κάθε γεύματος. Είναι λοιπόν φυσικό ότι τόσο η τεράστια βιβλιογραφία που έχει αναπτυχθεί γύρω από το θέμα όσο και ο μεγάλος αριθμός των δυνατών συνδυασμών επιβάλλει μια πιο αναλυτική αντιμετώπιση.

Το κρασί και το τυρί έχουν πολλά κοινά σημεία. Είναι προϊόντα ζυμώσεων, ωριμάζουν και έχουν άρωμα που οφείλεται στην πρώτη ύλη, στη ζύμωση και στην ωρίμανση.

Οι πρωτεΐνες του τυριού ενώνονται στο στόμα με τις τανίνες των ερυθρών κρασιών μειώνοντας τη στυφή αίσθηση και κυρίως πικρή γεύση. Αυτό όμως δεν δημιουργεί κανόνα ότι ένα ερυθρό κρασί συνοδεύει οποιοδήποτε τυρί.

Ένα απαλό κρασί δεν ταιριάζει γευστικά με ένα πολύ δυνατό τυρί και το αντίθετο. Γι' αυτούς τους λόγους ένα καπνιστό τυρί δύσκολα συνδυάζεται με ένα λευκό αρωματικό κρασί ή με ένα κόκκινο παλαιωμένο. Τα γλυκά τυριά όπως η





Ισπανική Κουζίνα

γκούντα και οι γλυκές γραβιέρες με πολλά λιπαρά και έλλειψη οξύτητας ταιριάζουν με ελαφρά ερυθρά κρασιά χωρίς πολλές τανίνες ή λευκά αρωματικά κρασιά. Τα μαλακά τυριά όπως το μπρι, το καμαμπέρ κ.ά. ταιριάζουν καλύτερα με ένα κόκκινο, δυνατό και ζεστό κρασί. Τα τυριά τύπου ροκφόρ δεν δένουν εύκολα μ' ένα κόκκινο κρασί και εξαφανίζουν τελείως τους αρωματικούς και γευστικούς χαρακτήρες ενός κρασιού. Ο καταλληλότερος σύντροφός τους είναι ένα γλυκό, αρωματικό λευκό κρασί, που στην ιδανική περίπτωση μπορεί να είναι ένα Σοτερν, αλλά μπορεί να είναι και ένα φυσικό γλυκό κρασί της Σάμου. Τα τυριά από κατσικίσιο γάλα με έντονα συχνά αρώματα, ειδικά όταν έχουν υποστεί τη διαδικασία της ωρίμανσης, ταιριάζουν περισσότερο με λευκά έντονα αρωματικά κρασιά.

Κατά ένα γενικό τρόπο η ένταση των γεύσεων και ο αρωματικός χαρακτήρας που διακρίνει συνήθως τα περισσότερα τυριά, δεν συνιστούν το συνδυασμό τους με ένα εξαιρετικής ποιότητας κόκκινο παλαιωμένο κρασί.

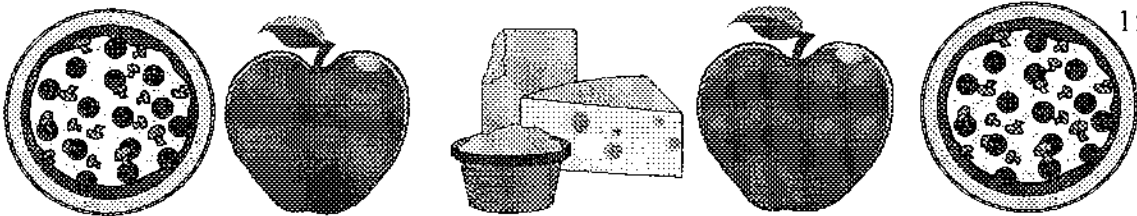
Συνήθως ένα κόκκινο, πιο νέο και σταθερό κρασί, προσφέρεται καλύτερα για τη δημιουργία ενός αρμονικού, γευστικού συνδυασμού.

Τα αξεσουάρ του κρασιού

Η απόλαυση του κρασιού εκτός των άλλων απαιτεί τη χρήση ορισμένων εξαρτημάτων τα οποία συχνά συμβάλλουν με καθοριστικό τρόπο στην ανάδειξη των ποιοτικών του χαρακτηριστικών.

Θερμόμετρο

Η θερμοκρασία είναι ένας παράγοντας που παρεμβαίνει σ' όλα τα στάδια της ζωής του κρασιού. Όσο η παλαίωση και η συντήρηση απαιτούν κάποια σταθερή θερμοκρασία άλλο τόσο και η κατανάλωση του κρασιού πρέπει να γίνεται όταν αυτό έχει τη σωστή θερμοκρασία. Μικρά καλαισθητά θερμόμετρα, που μπορούν να μεταφερθούν εύκολα, είναι στη διάθεσή μας και θα βοηθήσουν μια οινοποσία να μετατραπεί σε γευστική δοκιμή.





Ισπανική Κουζίνα

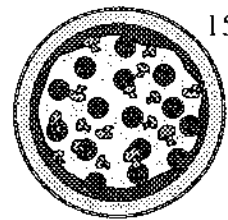
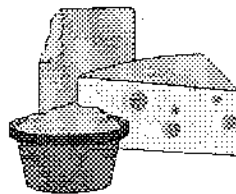
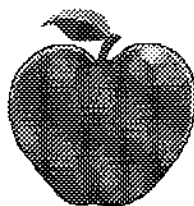
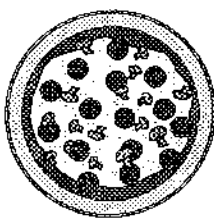
Τιμπουσόν

Απαραίτητο αξεσουάρ για το άνοιγμα του μπουκαλιού, έχει φτάσει σε σημείο να θεωρείται και αντικείμενο συλλογής, μια και συχνά είναι κομφοτέχνημα. Δεν πρέπει να μας διαφεύγει όμως η ουσία, που είναι το εύκολο και σωστό άνοιγμα του μπουκαλιού.

Πρέπει να έχει σπείρες για να μην καταστρέφει το φελλό, μεγάλης διαμέτρου. Το μήκος του να είναι τέτοιο που να επιτρέπει την εξαγωγή φελλού χωρίς όμως να τον τρυπήσουμε πέρα για πέρα, με κίνδυνο να πέσουν τρίμματά του στο κρασί. Αντίθετα ένα τιμπουσόν -κοντό- αν δεν τρυπήσει μεγάλο μέρος του φελλού, υπάρχει κίνδυνος να τον σπάσει και να βγάλουμε μόνο το ανώτερο τμήμα του. Ένας τύπος τιμπουσόν, συνήθως σε σχήμα μαχαιριού τσέπης, έχει ένα λεβιέ που του επιτρέπει, ακουμπώντας το στόμιο του μπουκαλιού, να κάνει μοχλό και να βγαίνει εύκολα ο φελλός. Ο τύπος αυτός συχνά τρίβει το γυαλί στο σημείο επαφής και υπάρχει κίνδυνος από τα θραύσματα. Ένα μοντέλο που πρέπει να αποκλείσετε από τον εξοπλισμό σας είναι αυτό που δουλεύει σαν σύριγγα διοχετεύοντας αέρα μέσα στη φιάλη με κίνδυνο όμως να δημιουργήσει προβλήματα αν το κρασί έχει ίζημα.

Οινοχόος

Η παραμονή των κόκκινων κρασιών για πολλά χρόνια στο μπουκάλι δημιουργεί συχνά ίζημα. Αυτό οφείλεται στις χημικές ουσίες που δίνουν το χρώμα στο κρασί, οι οποίες με το πέρασμα του χρόνου ενώνονται μεταξύ τους, γίνονται βαρύτερες και πέφτουν σαν ίζημα στη βάση του μπουκαλιού. Αν και το ίζημα αυτό δεν έχει επίπτωση στην ποιότητα του κρασιού ή στην υγεία του καταναλωτή, συνηθίζεται περισσότερο για αισθητικούς λόγους να μεταγγίζουμε το κρασί πριν το σερβίρουμε, για να το απαλλάξουμε από αυτό. Ο οινοχόος βοηθάει ακριβώς σ' αυτή τη διαδικασία.





Ισπανική Κουζίνα

Καράφα

Οι υπόγειες κάβες με την αναπόφευκτη υγρασία αλλοιώνει τις ετικέτες αλλά και λερώνει τα μπουκάλια. Βέβαια μια μπουκάλια με τα σημάδια του χρόνου επάνω είναι ένα ωραίο θέαμα και προετοιμάζει τον ουρανίσκο, είναι όμως ένα ρίσκο για την καθαριότητα του τραπεζομάντηλου.

Κάνιστρο

Αν δεν θέλουμε να προσφέρουμε το κρασί μας μέσα στην καράφα αφαιρώντας του την ταυτότητα, μπορούμε να το μεταφέρουμε με το κάνιστρο στο τραπέζι. Σ' αυτή την περίπτωση έχουμε μεταγγίσει το κρασί σε καθαρή καράφα, έχουμε πλύνει το μπουκάλι και έχουμε ξαναμεταγγίσει το κρασί σ' αυτό. Τα κάνιστρα είναι ψάθινα καλάθια που επιτρέπουν να μεταφέρουν και να κρατάμε το μπουκάλι με τον ανάλογο σεβασμό.

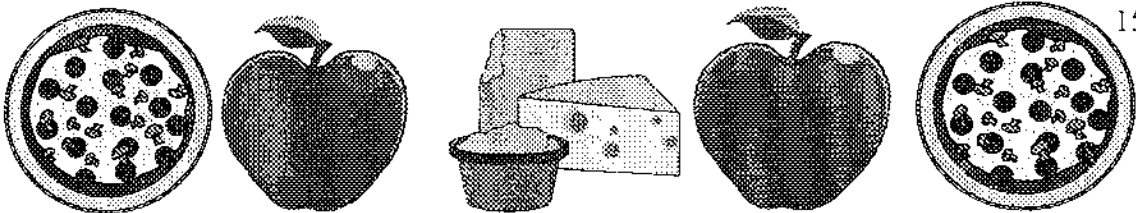
Θερμός

Η απόλαυση του κρασιού στη θερμοκρασία που πρέπει να καταναλωθεί μπορεί να χυθεί από την αδυναμία να το διατηρήσουμε για όσο διαρκεί το γεύμα στη σωστή θερμοκρασία. Ένα απαραίτητο εξάρτημα είναι το θερμός. Πρόκειται για διπλότοιχο δοχείο, που μοιάζει με σαμπανιέρα. Το διπλό τοίχωμα έχει σαν αποτέλεσμα να μειώνονται οι απώλειες θερμότητας και το μπουκάλι με το κρασί να διατηρεί τη σωστή θερμοκρασία μέχρι να καταναλωθεί.

Ποτήρι γευσιγνωσίας

Ποτήρι για δοκιμασία ή κατανάλωση; Εδώ σίγουρα πρέπει να σταθούμε γιατί πρόκειται για το πιο παρεξηγημένο αξεσουάρ. Η γευσιγνωσία, η οργανοληπτική προσέγγιση του κρασιού, για αναλυτικούς λόγους, απαιτεί μια διαδικασία που δεν μπορούμε να ανατρέψουμε. Στο κείμενο που ακολουθεί θα ασχοληθούμε με αυτής.

Θα περιοριστούμε μόνο στο ποτήρι.





Ισπανική Κουζίνα

Και αρχίζουμε με τη φόρμα του. Η κατάλληλη φόρμα είναι αυτή της τουλίπας, γνωστή σαν Afnog, που βοηθάει τα αρώματα να συγκεντρωθούν και να κατευθύνουν τη μύτη. Το πόδι αφήνει ελεύθερο το μάτι να ανιχνεύσει, αλλά παράλληλα προστατεύει το κρασί από τη θερμοκρασία του χεριού.

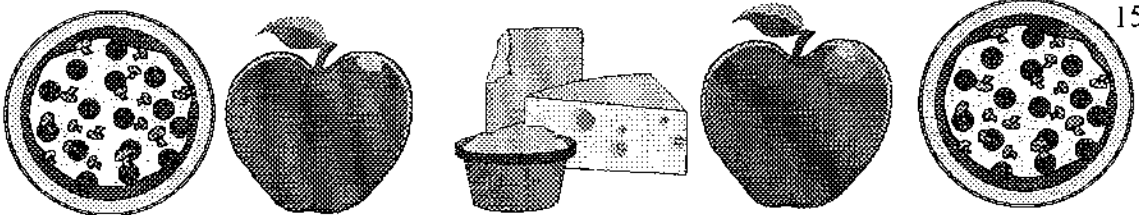
Το ποτήρι πρέπει να είναι κατασκευασμένο από άχρωμο διαυγές γυαλί που επιτρέπει το σωστό οπτικό έλεγχο του κρασιού. Το πάχος του γυαλιού πρέπει να είναι όσο το δυνατόν μικρότερο, για να μην επηρεάζει τη στοματική κοιλότητα κατά τη διάρκεια της επαφής με το στόμα. Η χωρητικότητα του ποτηριού δεν πρέπει να είναι πολύ μεγάλη γιατί έτσι το κρασί καταναλίσκεται πιο γρήγορα και δεν θερμαίνεται υπερβολικά μέσα στο ποτήρι.

Το αμπέλι και το κρασί στην εποχή μας

Κάνοντας μερικές απλουστεύσεις μπορούμε να πούμε ότι επί των ημερών μας η καλλιέργεια του αμπελιού εντοπίζεται σε δύο ζώνες που τυλίγουν κυκλικά τον πλανήτη μας και περιλαμβάνουν τις περιοχές με εύκρατο κλίμα. Στο βόρειο ημισφαίριο και ειδικά στο χώρο της Μεσογειακής λεκάνης, η ζώνη καλλιέργειας του αμπελιού ξεκινάει από το βορρά στο ύψος της Ν. Γερμανίας και καταλήγει νότια στα βόρεια παράλια της Αφρικής ως τα σύνορα της ερήμου της Σαχάρας. Άλλες περιοχές του βορείου ημισφαιρίου, που βρίσκονται σ' αυτή τη ζώνη, είναι η περιοχή της Καλιφόρνιας και η περιοχή του Καυκάσου της Γεωργίας, για να αναφερθούμε μόνο σε περιοχές γνωστές σήμερα για την παραγωγή κρασιών.

Στο νότιο ημισφαίριο η αντίστοιχη ζώνη καλύπτει σημαντικό τμήμα της Αυστραλίας, της Ν. Αφρικής και της Ν. Αμερικής (Χιλή, Αργεντινή).

Στη λεκάνη της Μεσογείου που ευνοείται από τις κλιματολογικές συνθήκες, οι οποίες επικράτησαν μετά την εποχή των παγετώνων, η καλλιέργεια του αμπελιού είναι ιδιαίτερα ανεπτυγμένη. Εκεί βρίσκεται συγκεντρωμένη περισσότερη από τη μισή έκταση που παγκόσμια διατίθεται για την αμπελοκαλλιέργεια. Το αμπέλι άρχισε να





Ισπανική Κουζίνα

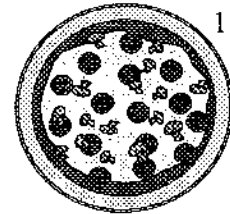
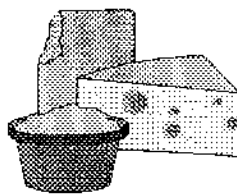
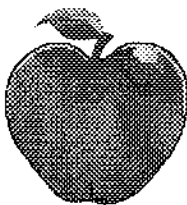
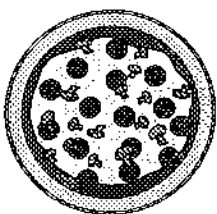
καλλιεργείται στις υπόλοιπες εκτός Ευρώπης περιοχές με την εγκατάσταση των πρώτων αποίκων.

Το 1421 εισήχθη στη Μαδαγασκάρη, στα Κανάρια Νησιά και στη Μαδέρα. Το 1492 στην Αμερική από τον Χ. Κολόμβο. Το 1524 στο Μεξικό, το 1652 και 1688 στη Νότιο Αφρική. Το 1702 εκ νέου στην Καλιφόρνια και γύρω στα τέλη του 18^{ου} αιώνα στην Αυστραλία.

Από οικονομική άποψη, η αμπελοκαλλιέργεια, η παραγωγή κρασιού και οι αναπόφευκτες δραστηριότητες που ακολουθούν, αποτελούν μια εξαιρετικά σημαντική δραστηριότητα. Περίπου 37 εκατομμύρια άτομα στον κόσμο απασχολούνται με το κύκλωμα αμπελοκαλλιέργεια-παραγωγή κρασιού-διάθεση. Είναι σχεδόν βέβαιο ότι μια οποιαδήποτε αμπελουργική καταστροφή μεγάλης έκτασης θα δημιουργούσε μια παγκόσμια οικονομική κρίση.

Οι εκτάσεις που διατίθενται για την αμπελοκαλλιέργεια στις κυριότερες παραγωγικές χώρες είναι:

Χώρα	Στρέμματα
Γερμανία	992620
Γαλλία	9236340
Ιταλία	9704680
Λουξεμβούργο	13260
Ελλάδα	870740
Ισπανία	15370000
Πορτογαλία	3770000
U.S.S.R	11620000
U.S.A.	3620000
Αργεντινή	2750000
Γιουγκοσλαβία	229000

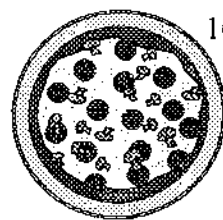
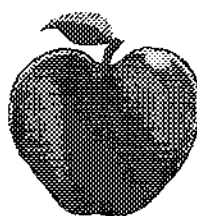
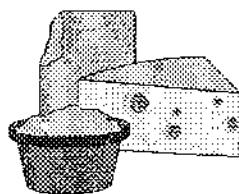
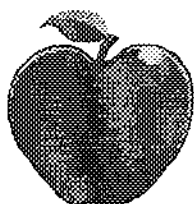
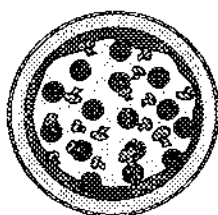




Ισπανική Κουζίνα

Σε ό,τι αφορά την παραγωγή κρασιού σε ολόκληρο τον κόσμο, μία εκτίμηση από το Διεθνή Οργανισμό Οίνου και Αμπέλου (Ο.Ι.Β.) μας δίνει σε χιλιάδες ΗΛ -1ΗΛ=100 λίτρα- τα παρακάτω νούμερα:

Χώρα	1988	1989
Γερμανία	9877	14342
Ισπανία	22252	28955
Ιταλία	57530	61000
Ελλάδα	4500	4532
Γαλλία	61010	61000
Λουξεμβούργο	143	232
Πορτογαλία	3826	7750
Βουλγαρία	3399	2889
Ουγγαρία	4707	4500
Τσεχοσλοβακία	1607	1165
U.S.S.R.	19860	20140
Αυστρία	3502	2581
Ελβετία	1113	1700
Γιουγκοσλαβία	5762	5500
Αυστραλία	4030	4580
Νέα Ζηλανδία	480	500
Αργεντινή	20629	20318
Βραζιλία	3762	3700
Χιλή	4227	3900
Η.Π.Α.	188237	17294
Ν. Αφρική	8465	9560
Αλγερία	1000	1000
Μαρόκο	380	460
Τυνησία	207	233

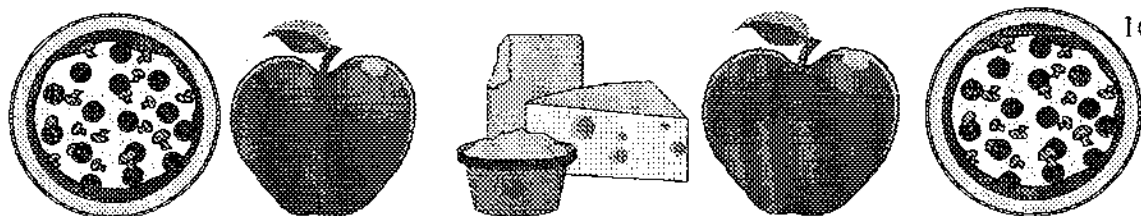




Ισπανική Κουζίνα

Η ιστορική πρωτοπορία των περισσότερων ευρωπαϊκών χωρών στην παραγωγή του κρασιού τους έδωσε και το εμπορικό προβάδισμα τόσο ποσοτικά όσο και ποιοτικά, οι χώρες της Δυτικής Ευρώπης είναι σε πλεονεκτική θέση έναντι των άλλων οινοπαραγωγικών χωρών.

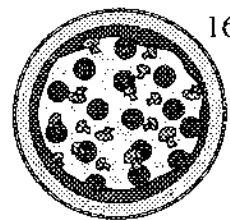
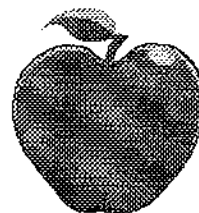
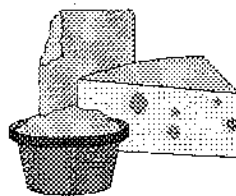
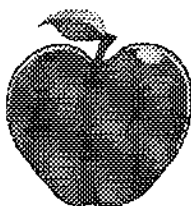
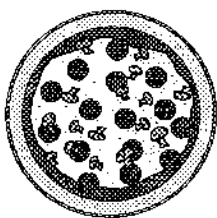
Τα γαλλικά, ιταλικά και γερμανικά κρασιά έχουν, ποσοτικά, τη μεγαλύτερη μερίδα στις εξαγωγές, ενώ ταυτόχρονα είναι συνώνυμα της ποιότητας και χαρακτηρίζονται δικαιολογημένα από υψηλές τιμές πώλησης. Την κυριαρχία των χωρών αυτών αρχίζουν να απειλούν τα τελευταία χρόνια χώρες όπως η Ισπανία, η Ρωσία, η Βουλγαρία και η πρώην Γιουγκοσλαβία. Εκτός Ευρώπης σημαντικά βήματα προς την καθιέρωση έχουν κάνει η Αργεντινή, η Χιλή, οι Η.Π.Α., η Ν. Αφρική και η Αυστραλία. Δειλές κινήσεις γίνονται ακόμη στην Κίνα και στην Ιαπωνία.





Ισπανική Κουζίνα

ΠΟΤΑ





Ισπανική Κουζίνα

ΧΟCΟΛΑΤΑ CΑLΕΝΤΑ - ΖΕΣΤΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Όταν ο αρχιδούκας Σαλβαδόρ επέλεξε ως τόπο διαμονής τη Μαγιόρκα, έφερε και το αγαπημένο ρόφημα των Αυστριακών, το κακάο. Από τότε η Χocolata Calenta πίνεται από νέους και γέρους κάθε ώρα της ημέρας και κάθε εποχή του έτους. Μαζί τρώγονται και φρέσκιες ensaimades.

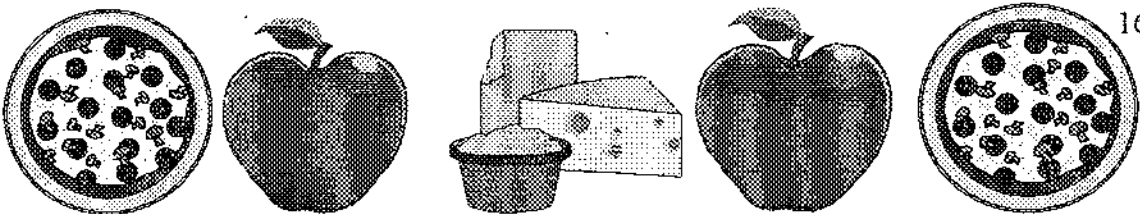
Υλικά:

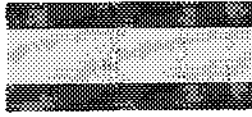
- 100 γρ. σοκολάτα υγείας ή γάλακτος
- 3 κουτ. σούπας ζάχαρη -κατά βούληση-
- 1 λίτρο γάλα
- ½ κουτ. γλυκού κορνφλάουρ

Εκτέλεση:

Ρίχνετε τη σοκολάτα σε ένα κατσαρολάκι και τη διαλύετε σε ζεστό νερό με μπεν μαρί. Τοποθετείτε το κατσαρολάκι στη φωτιά και προσθέτετε ανακατεύοντας συνεχώς ζάχαρη και λίγο γάλα.

Ρίχνετε σιγά σιγά και το υπόλοιπο γάλα. Αφήνετε να πάρει μια βράση και προσθέτετε και το δουλεμένο σε λίγο νερό κορνφλάουρ.





Ισπανική Κουζίνα

CREMADILLO - ΙΣΠΑΝΙΚΟ ΠΟΝΤΣ

Τις παγωμένες νύχτες του χειμώνα, οι Ισπανοί τις αντιμετωπίζουν με ένα μυστικό όπλο, το Cremadillo, το οποίο έθεσε πολλούς τουρίστες εκτός μάχης. Στις αγροικίες αυτό γίνεται και σήμερα ακόμα πάνω από την ανοιχτή φωτιά, στο τζάκι, η οποία το ζεσταίνει εξωτερικά.

Ετοιμάζεται στη greixonera.

Φλιτζάνια: 6

Υλικά:

1 πορτοκάλι

1 λεμόνι

2 κουτ. σούπας ζάχαρη

2 φλιτζάνια για καφέ μόκα με ισπανικό ρούμι

1 φλιτζάνι βαρύ ισπανικό κόκκινο κρασί

1 φλιτζάνι εσπρέσσο

1 ράβδο κανέλλας

3 γαρύφαλλα

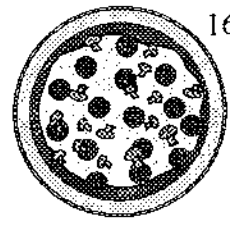
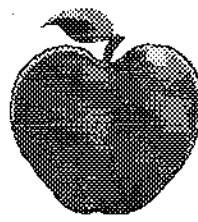
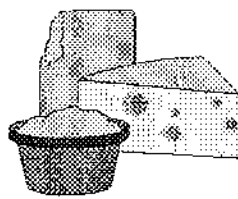
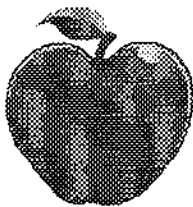
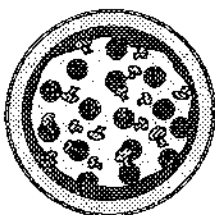
μερικούς κόκκους καφέ

Εκτέλεση:

Καθαρίζετε το πορτοκάλι και το λεμόνι, κόβετε σε κύβους τη σάρκα και τη γεμίζετε ζάχαρη.

Όταν η ζάχαρη τραβήξει τα υγρά, αφήνετε τα φρούτα με τα υπόλοιπα υλικά να βράσουν λίγο στη greixonera. Ανακατεύετε. Απομακρύνετε το σκεύος από τη φωτιά και κάνετε φλαμπέ. Σερβίρεται καυτό.

Οι κόκκοι του καφέ τρώγονται ως σνακ μαζί με τον καφέ.





Ισπανική Κουζίνα

SAGNIA ESPECIAL - ΚΟΚΤΕΪΛ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΟ ΚΡΑΣΙ

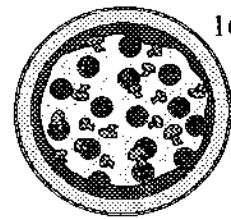
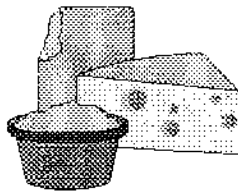
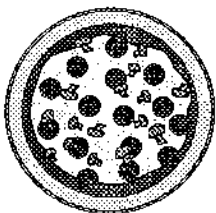
Συνήθως σε μια Sagnia προσθέτουν φρούτα, όπως μήλα και αχλάδια. Τα ζαχαρώνουν με μπόλικη ζάχαρη και τα ρίχνουν μέσα σε ένα βαρύ κόκκινο κρασί. Πάντως αυτό το κοκτέιλ με το κόκκινο κρασί, που δίκαια φέρνει τον χαρακτηρισμό «spezial» παραμένει εύπεπτο και πολύ ευχάριστο.

Υλικά:

- 2 λεμόνια
- 2 γλυκά πορτοκάλια
- 1/10 λίτρου Cointreau
- 1/10 λίτρου ισπανικό κονιάκ
- ½ λίτρο λεμονάδα με ανθρακικό
- 1 λίτρο ημίγλυκο ισπανικό κρασί
- παγάκια

Εκτέλεση:

Κόβετε τα λεμόνια και τα πορτοκάλια με τη φλούδα σε λεπτές φέτες, τις οποίες τοποθετείτε μέσα σε μια κανάτα και το αφήνετε μια νύχτα στο ψυγείο. Πριν το σερβίρισμα ρίχνετε τα παγάκια σε μια κανάτα για Sagnia, τοποθετείτε από πάνω τα φρούτα, το χυμό των φρούτων και τη λεμονάδα και τελευταίο το κόκκινο κρασί. Ανακατεύετε προσεκτικά. Σερβίρετε χωρίς να πέσουν από την κανάτα τα παγάκια και τα φρούτα.





Ισπανική Κουζίνα

SANGRIA - ΣΑΓΚΡΙΑ

Δροσερή και απολαυστική, η σαγκρία σερβίρεται για aperitif. Ετοιμάζεται με φρούτα.

Άτομα: 6-8

Υλικά:

2 λίτρα κόκκινο κρασί ισπανικό

100 γρ. ζάχαρη

2 πορτοκάλια

4 ροδάκινα

1 μπανάνα

2 μήλα

1 αχλάδι

1 λεμόνι

1 ξύλο κανέλλα

250 γρ. σόδα

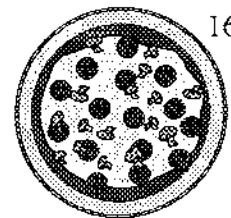
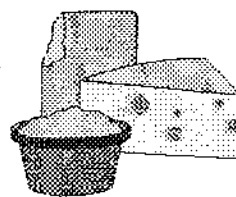
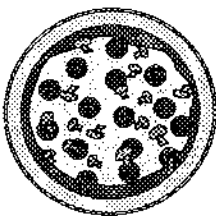
Εκτέλεση:

Ρίχνετε σε μια κατσαρόλα το κόκκινο κρασί και προσθέτετε τη ζάχαρη τη ζάχαρη, την κανέλα, τα πορτοκάλια και το λεμόνι κομμένα σε λεπτές φέτες.

Βάζετε την κατσαρόλα σε σιγανή φωτιά και αφήνετε να βράσει για 5 λεπτά, ανακατεύοντας συχνά.

Βγάζετε την κατσαρόλα απ' τη φωτιά και προσθέτετε τα άλλα φρούτα καθαρισμένα και κομμένα σε κύβους -τη μπανάνα σε ροδέλες.

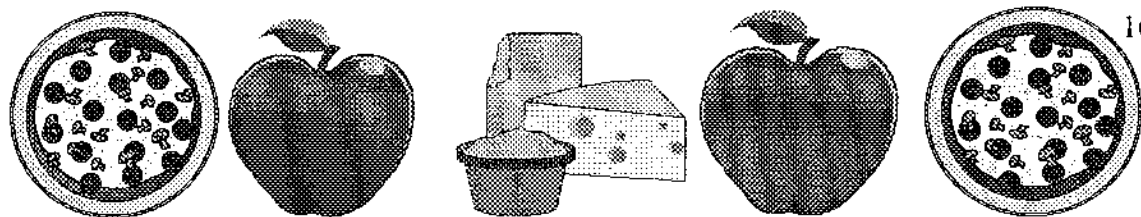
Αφήνετε να κρυσώσουν και τα βάζετε σε μια κανάτα για 1 ώρα τουλάχιστον. Προσθέτετε στη συνέχεια τη σόδα. Για να γίνει δυνατό το ποτό προσθέστε κονιάκ.





Ισπανική Κουζίνα

ΓΛΥΚΑ - ΕΠΙΔΟΡΜΑ





Ισπανική Κουζίνα

ENSAIMADES - ΚΡΟΥΑΣΑΝ

Τα ονομάζουν «la reina de nostos postos», η βασίλισσα του τόπου μας. Οι Ισπανοί είναι ιδιαίτερα περήφανοι για την ensaimada επειδή είναι δύσκολο να την αντιγράψει κανείς.

Υλικά:

500 γρ. αλεύρι

40 γρ. μαγιά

1 πρέζα αλάτι

1 πρέζα ζάχαρη

1/4 λίτρου νερό

2 αυγά

100 γρ. ζάχαρη άχνη

250 γρ. λίπος χοιρινού

ζάχαρη άχνη για πασπάλισμα

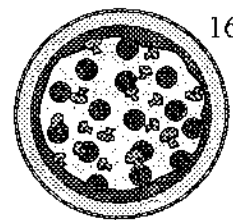
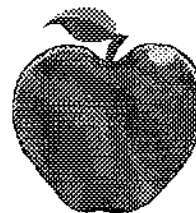
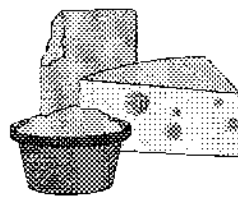
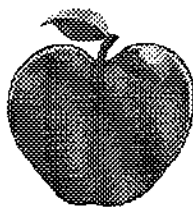
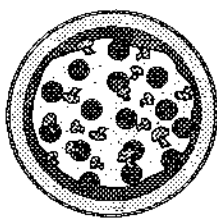
Εκτέλεση:

Κάνετε μια λακούβα στο αλεύρι και διαλύετε μέσα τη μαγιά, το αλάτι, τη ζάχαρη και λίγο χλιαρό νερό.

Αφήνετε τη ζύμη σκεπασμένη σε ένα ζεστό μέρος περίπου 20 λεπτά και δουλεύετε το αλεύρι με τη ζάχαρη άχνη και 100 γρ. λίπος χοιρινού.

Κόβετε το ζυμάρι σε μικρά κομμάτια και τα δουλεύετε πάλι. Επαναλάβετε αρκετές φορές, μέχρι να μαλακώσει και να γίνει λείο. Το αφήνετε σκεπασμένο σε ένα ζεστό μέρος μέχρι να γίνει διπλάσιο μέγεθος.

Ανοίγετε φύλλο. Τοποθετείτε στη μέση μια κουτ. σούπας λίπος, κλείνετε το φύλλο από δύο πλευρές, το ανοίγετε, επαναλαμβάνετε με ένα άλλο κομμάτι λίπος. Αφήνετε να φουσκώσει περίπου 20 λεπτά.





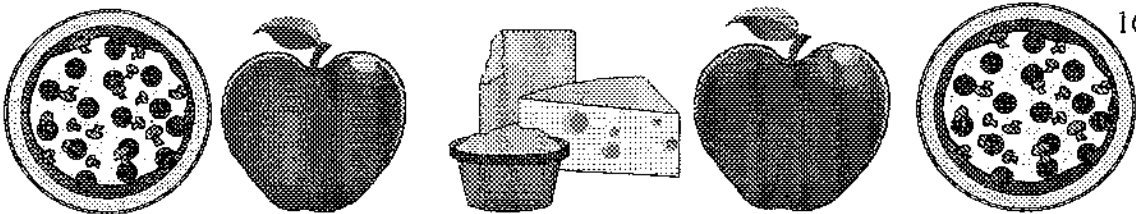
Ισπανική Κουζίνα

Ανοίγετε πάλι φύλλο και το κόβετε σε 12 κομμάτια. Ανοίγετε κάθε κομμάτι σε μέγεθος περίπου 20X35 εκατ. πολύ λεπτό και το αλείφετε με 1 κουτ. γλυκού λίπος. Τυλίγετε τα φύλλα κατά μήκος διαγώνια και τα γυρίζετε έτσι ώστε προς τα κάτω να γίνεται λεπτό.

Τοποθετείτε τα κομμάτια που έχετε τυλίξει σε μορφή σπιδράλ πάνω σε αλευρωμένο ταψί, αφήνοντας μεταξύ τους κενό χώρο για να μην κολλήσουν. Το λεπτό άκρο το τοποθετείτε κάτω από το κρουασάν

Τα αφήνετε 20 λεπτά να φουσκώσουν. Τα αλείφετε με νερό και τα ψήνετε στο φούρνο στους 225°C για περίπου 20 λεπτά. Στη βάση του φούρνου τοποθετείτε ένα σκεύος με νερό. Όταν αρχίσει να βγάζει ατμό, βάλτε ανάμεσα στην πόρτα και στο φούρνο μια κουτάλα.

Πασπαλίστε τις ensaimades με ζάχαρη άχνη και σερβίρετε.





Ισπανική Κουζίνα

GELETES D' INCA - ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΑΠΟ ΤΗΝ INCA

Τι θα ήταν ένα ισπανικό γεύμα χωρίς galetes; Τα μπισκότα αυτά είναι τόσο δημοφιλή όσο και το ψωμί και σερβίρονται μαζί με κάθε φαγητό, είτε πρόκειται για γεύμα φούρνου είτε για ένα ενδιάμεσο κολατσιό. Τα μπισκότα μπορεί να επιστρωθούν με λουκάνικο, τυρί ή σαρδέλες και μάλιστα με σοκολάτα ή να τρώγονται απλά όπως είναι.

Υλικά:

450 γρ. αλεύρι

40 γρ. μαγιά

1 κουτ. σούπας μέλι

1/4 λίτρου γάλα

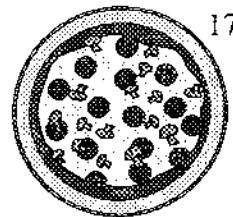
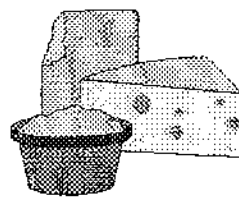
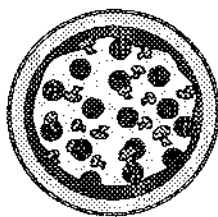
1/2 κουτ. γλυκού αλάτι

1/8 λίτρου λάδι

Εκτέλεση:

Ρίχνετε τα δύο τρίτα από το αλεύρι μέσα σε ένα μπολ, κάνετε μια λακκούβα στη μέση και προσθέτετε τη λιωμένη μαγιά. Διαλύετε το μέλι σε λίγο χλιαρό γάλα και περιχύνετε τη μαγιά με αυτό. Αφήνετε τη ζύμη σκεπασμένη σε ζεστό μέρος για 20 περίπου λεπτά να φουσκώσει.

Προσθέτετε το αλάτι, το υπόλοιπο χλιαρό γάλα και δουλεύετε καλά το μίγμα, ενώ ρίχνετε και το υπόλοιπο αλεύρι μέχρι το ζυμάρι να γίνει αρκετά σφιχτό και να πλάθεται εύκολα. Ανοίγετε φύλλο πάχους 2 εκατοστών. Με ένα ποτήρι διαμέτρου περίπου 4 εκατοστών φτιάχνετε στρογγυλά μπισκότα. Στη μέση τα τρυπάτε με ένα πιρούνι. Τα τοποθετείτε σε αλειμμένο με λάδι ταψί και τα αφήνετε να φουσκώσουν μέχρι να διπλασιαστούν σε όγκο. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο για 30-40 λεπτά περίπου, στους 150°C μέχρι να γίνουν χρυσοκίτρινα.





Ισπανική Κουζίνα

PANELETTS AMB PINYONS - ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ ΜΕ ΚΟΥΚΟΥΝΑΡΙ

Panellets μπορείτε να αγοράσετε σήμερα όλο το χρόνο στην Ισπανία. Παλιά το γλυκό αυτό το έφτιαχναν μόνο στη γιορτή των Αγίων Πάντων.

Τώρα τα στοιβάζουν κατά σωρούς στα ζαχαροπλαστεία, πασπαλισμένα με κουκουνάρι. Συνήθως όμως οι Ισπανίδες νοικοκυρές τα φτιάχνουν μόνες τους.

Κομμάτια: 40

Υλικά:

400 γρ. καθαρισμένα αμύγδαλα

300 γρ. ζάχαρη

2-3 αυγά

1 λεμόνι

1 κουτ. γλυκού κανέλα -κοφτό

100 γρ. κουκουνάρι

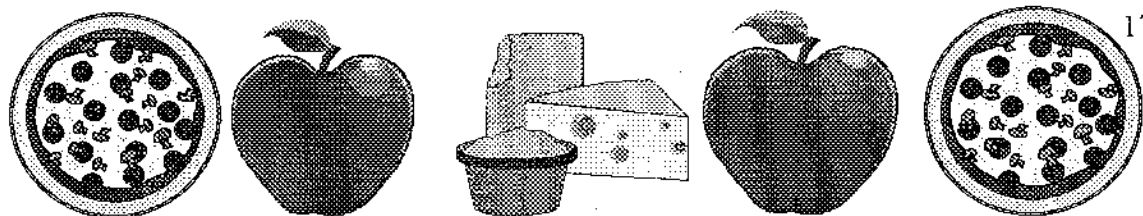
λίπος για το ταψί

Εκτέλεση:

Αλέθετε τα αμύγδαλα. Ανακατεύετε πρώτα τη ζάχαρη με 1 αυγό, μέχρι να διαλυθεί αρκετά.

Προσθέστε τριμμένη φλούδα λεμονιού και δουλεύετε το μίγμα με τα δύο χέρια τόση ώρα, μέχρι όλα τα υλικά να δώσουν μια σφιχτή μάζα. Αν το αυγό δεν φτάνει για να αραιώσει η ζύμη, προσθέτετε από το δεύτερο αυγό μόνο το κροκάδι.

Από τη μισή ποσότητα της ζύμης πλάθετε μπαλάκια στο μέγεθος καρυδιών και ρίχνετε γύρω γύρω κουκουνάρι και τα τοποθετείτε πάνω στο ταψί. Αλείφετε με κροκάδι για να κολλήσει το κουκουνάρι.



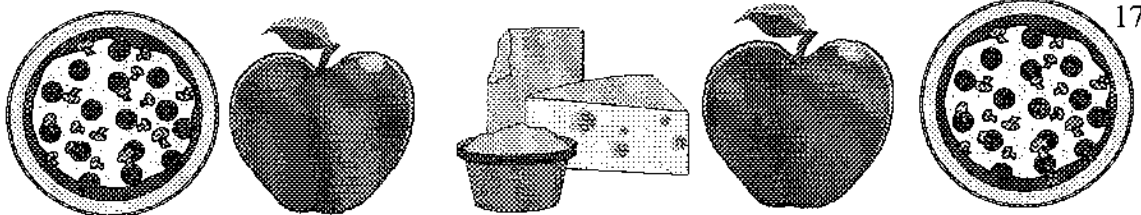


Ισπανική Κουζίνα

Κόβετε σε μεγάλα κομμάτια το υπόλοιπο κουκουνάρι. Πλάθετε την υπόλοιπη μάζα μικρά ψωμιά και τα αλείφετε με κουκουνάρι. Τα τοποθετείτε πάνω στο ταψί. Τα ψωμιά να μην αλειφτούν με αυγό.

Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 250°C για 10-15 λεπτά περίπου.

Προσοχή: Τα μπισκότα γρήγορα θα γίνουν καφέ και θα σκληρύνουν. Μετά το μισό χρόνο ψησίματος χρειάζονται μια δοκιμή.





Ισπανική Κουζίνα

FLAM AMB COCO - ΠΟΥΤΙΓΚΑ ΚΑΡΥΔΑΣ

Με μια στρώση από νιφάδες καρύδας, το Flam, γνωστό σε εμάς με το όνομα κρέμα καραμελέ, δίνει μια νέα χροιά στη γεύση. Όμως και χωρίς αυτή την προσθήκη, το Flam, που δεν είναι βέβαια κρέμα, αλλά πουτίγκα, είναι ιδιαίτερα δημοφιλές επιδόρπιο στην Ισπανία.

Υλικά:

Για την καραμέλα:

- 6 κουτ. σούπας ζάχαρη
- 6 κουτ. σούπας νερό
- 6 κουτ. σούπας νιφάδες καρύδας

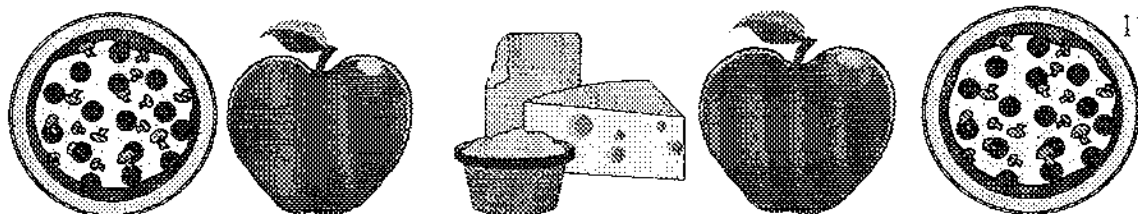
Για την πουτίγκα

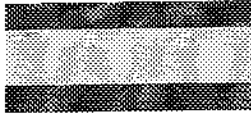
- 4 αυγά
- 4 κουτ. σούπας ζάχαρη
- ½ λίτρο γάλα
- 1 βανίλια
- ½ κουτ. γλυκού κανέλλα

Εκτέλεση:

Για την καραμέλα:

Ζεσταίνετε ζάχαρη και νερό σε ένα μικρό τηγάνι και ανακατεύετε μέχρι να εξατμιστεί ένα μέρος του νερού και η ζάχαρη να καραμελώσει. Αν η καραμέλα πάρει χρώμα έντονο καφέ, θα είναι πικρή. Τη μοιράζετε σε 6 πυρίμαχα φορμάκια, τα κουνάτε λίγο να είναι ομοιόμορφο το μίγμα και έτσι ώστε οι εσωτερικές πλευρές να σκεπαστούν μέχρι τα δύο τρίτα με καραμέλα. Μοιράζετε πάνω στην καραμέλα από 1 κουτ. γλυκού τριμμένη καρύδα.

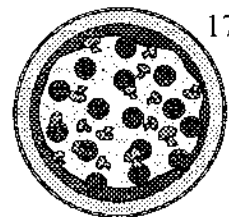
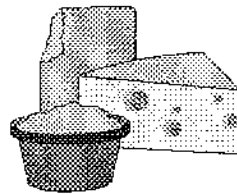
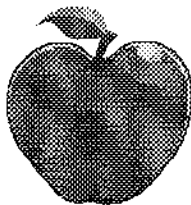
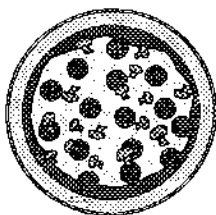




Ισπανική Κουζίνα

Για την πουτίγκα:

Ανακατεύετε σε ένα μπολ τα αυγά και τη ζάχαρη μέχρι να γίνει ένας λείος χυλός. Βράζετε το γάλα και το προσθέτετε σιγά σιγά. Ανακατεύετε συνέχεια χωρίς ωστόσο να γίνει αφρώδες, διότι έτσι το μίγμα θα πέσει. Προσθέστε στο υγρό τη βανίλια και την κανέλα. Γεμίζετε τα φορμάκια μέχρι το χείλος. Αφήνετε για 40 λεπτά σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C, να σταθεροποιηθούν. Αφήνετε τα φορμάκια να κρυώσουν ή τα τοποθετείτε σε παγωμένο νερό.



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Τι να φέρετε από την Ισπανία

- ✓ Κορίζο: Λουκάνικο χοιρινό που περιέχει πιπεριές και αν και συχνά προσπαθούν να το μιμηθούν παραμένα άφθαστο.
- ✓ Καντιμπάλος, που είναι εξαιρετικά λεπτά και ελαφριά.
- ✓ Νούγκα, τα Τουρόνες (Αλικάντε ή Σιχόνα).
- ✓ Μεγάλες πράσινες ελιές Σεβίλλης σε κουτιά ή βάζα.
- ✓ Κονσέρβες «φραμπάδα» της Αστουρίας, αυτό το μίγμα αλλαντικών και φασολιών που ζεσταίνεται εύκολα.
- ✓ Οινοπνευματώδη: Ελαφριά κρασιά όπως το Μάλαγα ή το Χερέζ.
- ✓ Μια παγιέρα – τηγάκι στρογγυλό με δύο χερούλια όπου ετοιμάζεται η πωέγια.
- ✓ Μια γρείκονεγα – πήλινο στρογγυλό σκεύος μαγειρέματος.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- ✓ *Oxford Archaeological Guides, Spain.* Roger Collins
- ✓ *Northern Spain, Catalan Guides*
- ✓ *Spain, Catalan Guides*
- ✓ *Touring Spain.* A.A. Publishing
- ✓ *Findings Spain.* Fielding Worldwide
- ✓ *Travel History Of Spain.* Juan Lalaeuna
- ✓ *Trekking In Spain.* Lonely Planet
- ✓ *Spanien, Insiders Guide.* Kumerly & Frey
- ✓ *Good Wine Guide.* Robert Joseph
- ✓ *Cocine With Wine.* Cammile Stag
- ✓ *The Art And Science Of Wine.* James Halliday, Huch Johnson
- ✓ *The World Encyclopedia Of Wine.* Stuart Walton
- ✓ *The White Wine Companion.* Firley Editon
- ✓ *Wine By Style.* Fiona Becket
- ✓ *Ποτά απ' ολο Τον Κόσμο.* Εκδόσεις Καλοκάθη

Web Pages

- ✓ www.casta.com
- ✓ www.cybergypsy.com/recipes.html
- ✓ www.stydyweb.com/garden/cook/spanish.html
- ✓ www.spanishculture.miningco.com/library/recipes
- ✓ www.soar.berkeley.edu/recipes/ethnic/spanish
- ✓ www.pb.databd.es/an_cuina.html



Εκτύπωση - Προσαρμογή: Μιχάλης Χαλαμίδος
Εξώφυλλο: Μιχάλης Δημητριός