

La cocina de Gordón aprovecha los productos autóctonos de la zona, pero también se nutre de influencias asturianas, castellanas y gallegas; prueba de ello son platos tan apreciados y típicos de nuestro municipio como las **patatas con congrio y almejas** y el **arroz o garbanzos con bacalao**.

Los restaurantes del municipio ofrecen platos tradicionales de la montaña leonesa como el **cocido** y la **caldereta de cordero**, sin olvidar los **embutidos**.

Es también muy típico de nuestra zona el **entrecocido**, plato compuesto de derivados de la matanza servido todo ello *encallado*; en ocasiones se añaden también cecina y longaniza de chivo.

Otras manifestaciones culinarias propias de Gordón son las **setas guisadas**, las **truchas con tocino**, las **mollejas** y el **pollo de corral guisado**.

Y llegando a los postres podremos disfrutar de diferentes especialidades entre las que destacan, las **torrijas**, los **borrachines** y la **torta dulce**.

Para finalizar y servidos con café de pote, son típicos los **orujos** caseros elaborados con hierbas, endrinos, guindas, cerezas y otros.



FIESTAS, JORNADAS Y FERIAS GASTRONÓMICAS

Jornadas Gastronómicas: dedicadas al cocido gordonés, se celebran en el mes de noviembre en la mayoría de los restaurantes del municipio.

Exaltación de la morcilla: aunque esta tradición se extiende a la mayor parte de los pueblos de Gordón, es en La Pola donde se le da este nombre. Durante las fiestas patronales (25 de julio y 14 de septiembre), se reparten al mediodía en la plaza del pueblo, morcillas dentro de un trozo de pan y acompañadas de una jarra de vino.

Paella popular en la romería del Buen Suceso: tiene lugar en los alrededores de la ermita del mismo nombre, situada al margen izquierdo de la N-630 a su paso por la localidad de Huergas de Gordón. Se celebra anualmente el primer domingo de septiembre.

RECETA

Cocido Gordonés

INGREDIENTES:

1/2 Kg. de garbanzos • 100 gr. de fideos • 1/2 repollo de berza
• 3 o 4 patatas pequeñas • 2 huesos de rabadilla • un trozo de:
lacón, tocino, costilla adobada, oreja, morro, pata de cerdo, cecina
curada de vaca, carne fresca de ternera, carne de chivo • 3 chorizos,
3 morcillas • 2 ó 3 dientes de ajo • pimentón • aceite • perejil •
pan • 2 huevos • sal • agua

ELABORACIÓN:

El día antes poner garbanzos y carnes saladas a remojo. Cocer a fuego lento (2 o 3 h.), los garbanzos con la carne. El tocino y las patatas se añadirán 1/2 hora antes de finalizar la cocción. La espumilla debe eliminarse y si se reduce el caldo, añadir agua. Cocer en dos cazuelas aparte: una con los chorizos y las morcillas y otra con el repollo con un poco de sal al menos 30 min. Cocer aparte, el morro, la oreja y la pata de cerdo (45 min. mínimo) y la carne de chivo y la cecina curada, un par de horas. Finalizada la cocción de los garbanzos, se retira el caldo para otra cazuela, se le añaden los fideos y la sal y se deja hervir unos 15 minutos, quedando así la sopa lista. Este plato se sirve solo, en primer lugar. En una sartén se sofríen los ajos en aceite de oliva. Una vez dorados, se retiran del fuego y se añade el pimentón. Este sofrito se echa sobre el repollo escurrido que queda listo para servir junto con los garbanzos y la patata como segundo plato. En tercer lugar se saca el "compango", compuesto por las morcillas y el chorizo, y toda la carne y el tocino. Es tradicional servir con el "compango", los rellenos que se elaboran mezclando en los huevos batidos ajo picado, perejil y chorizo y carne picada. A continuación se añade pan, se fríen en aceite de oliva y se les da un pequeño hervor junto con la carne.



Es la leonesa una cocina rica en cuanto a productos y en cuanto a tradición. Tanto en la parte del casco antiguo llamada Barrio Húmedo, como en otros muchos puntos de la ciudad, se encuentra una gran oferta de restaurantes, a precios bastante ajustados y con unas cartas amplias y variadas. Es propio de la ciudad “el tapeo”, que a diferencia de otras ciudades es gratuito y acompaña a la degustación de un vino u otra bebida. Entre las variedades de raciones que pueden ser degustadas, destacan: la **morcilla leonesa**, las **mollejas**, los **chorizos asados**... La cocina local está muy relacionada con la buena carne, **cordero**, **ternera** y **cerdo** en variadas preparaciones, destacando el **lechazo asado**, los **embutidos de cerdo** y la **cecina** (carne de vaca curada, o en una variante más difícil de encontrar, por lo exquisito: de chivo). También los **platos de caza** (guisados o embutidos). **Botillo del Bierzo**, **Cocido Maragato**, la **Olla Berciana**, **Liebre con Arvejas**, las **Truchas** (no olvidemos los miles de kilómetros de ríos trucheros que recorren nuestra provincia). Las **Ancas de Rana**, la **morcilla leonesa**. Productos de la huerta leonesa (habas blancas, judías verdes, tomates, ajos puerros, pimientos...), Buenas **frutas** (cerezas, manzanas, peras,...), buenos **quesos** (especial atención el de **Valdeón**), buenos postres, a destacar entre otros, y sin pretensión de agotar una interminable lista: las **Mantecadas de Astorga**, los **Imperiales** de la Bañeza, los **Nicanores de Boñar**, **Amarguillos de Sahagún**, **frutas en almíbar** del Bierzo, **Castañas escarchadas y en almíbar**, **yemas**, **Huesos de Santo**, etc. y no olvidemos los buenos caldos que produce nuestra tierra: **Bierzo**, **Tierras de León (Valdevimbre, Los Oteros)**.



FIESTAS, JORNADAS Y FERIAS GASTRONÓMICAS

San Froilán (fin de semana anterior al día 5 de octubre).- Tradicionales degustaciones de morcilla leonesa, chorizos asados... Se celebra en la Plaza del Grano, hermosa plaza de aspecto rural. Congrega a un multitudinario número de personas.

Semana Internacional de la Trucha. Organizada por la Asociación de Empresarios de Hostelería y Turismo de León, en colaboración con el Ayuntamiento de León. Se celebra en el mes de junio, este concurso –exposición goza de gran renombre y tradición (este año se ha celebrado la XXXVII edición). Todas las recetas que se presentan han de tener, como ingrediente principal de su elaboración, a la trucha, especie reina de nuestros ríos.

RECETA

Solomillo de Jabalí al vino tinto

INGREDIENTES:

2 solomillos de jabalí • 1/2 l de vino tinto • 1 cebolla • 1 zanahoria
• 1 hoja de laurel • 3 clavos aromáticos • perejil • tomillo • sal •
pimienta • aceite de oliva • 1 manzana • morcilla

ELABORACIÓN:

Salpimentar los solomillos, colocarlos en un recipiente hondo y cubrirlos con las verduras troceadas, el laurel y los clavos, cubrirlo con el vino tinto. Dejar marinar un día en el frigorífico.

Ecurrir y secar los solomillos con un paño o papel absorbente y colocar en una bandeja de horno con aceite. Dorar y añadir las verduras de la maceración escurridas sin el vino.

A medida que se vaya haciendo el jabalí ir regando con el vino tinto de la maceración, hasta que este hecho. Sacar los solomillos, trocear y salsear con la salsa de la bandeja donde se asaron. Acompañar con las manzanas fritas en gajos y la morcilla.

Nota- Admite también setas de temporada, frutas confitadas, castañas...



El producto estrella de la cocina benaventana es **el pimiento**, del cual se hace exaltación en la feria comarcal de este producto que tiene lugar todos los años a finales del mes de septiembre. Entre los productos agroalimentarios que gozan fama y calidad se encuentran **los quesos, los embutidos, la miel y los licores**.

No debemos olvidar los succulentos **asados** en horno de leña, como el tostón o cochinillo y el cordero lechal. Entre los platos locales se encuentran los **pichones a la benaventana o a la rápida**. Son afamadas **truchas asalmonadas del Tera, los cangrejos de río y las ancas de rana**. Elaborados con materia prima foránea son algunos platos muy apreciados de la gastronomía de la zona como **el bacalao a la tranca** o a al ajo arriero y el **pulpo a la Sanabresa**.

En cuanto a los dulces son de renombre los típicos **feos**. La dulcería conventual en Benavente goza de gran fama y tradición. Entre sus especialidades son de destacar **las rosquillas de ángel y la tarta del Cister**. Para las fiestas tradicionales se elabora la **Tarta de la Veguilla**.

Los excelentes caldos de la tierra reciben, dentro de las denominaciones de origen e indicaciones geográficas protegidas en Castilla y León, la denominación de **Vinos de Calidad "Valles de Benavente"**. La tradición bodeguera tiene su ejemplo en la multitud de bodegas familiares existentes en todos los municipios de la comarca, algunas de ellas abiertas al público como restaurantes, como es el caso de Pobladura del Valle y Vecilla de Trasmonte.



FIESTAS, JORNADAS Y FERIAS GASTRONÓMICAS

Feria del Pimiento. A finales del mes de septiembre. Exposición y venta en un tradicional mercado de los pimientos y otros productos de la huerta benaventana. Incluyen unas Jornadas Gastronómicas de exaltación de los productos de la tierra y **degustación de pimientos asados al horno de leña**.

Ferias de Septiembre. Durante los primeros días del mes de septiembre. Esta feria tiene un apartado de productos de la tierra. Incluye Prueba Profesional del Vino y del Queso, así como talleres de elaboración de productos artesanales (pan, queso, embutidos caseros...).

Fiesta del Magosto. En la Plaza Mayor de Benavente tiene lugar una celebración de reciente incorporación al calendario festivo de la localidad, consistente en la **degustación de castañas asadas**. El evento viene a marcar el comienzo del ciclo invernal.

RECETA

Tarta de La Veguilla

INGREDIENTES:

Para el hojaldre: 100 gramos de harina fuerte • 100 gramos de mantequilla • 20 gramos de sal • 20 gramos de agua. **Para para los petisús o petit choux:** 30 gramos de mantequilla • 15 gramos de sal • 50 gramos de agua • 50 gramos de harina

ELABORACIÓN:

Se mezclan y amasan los ingredientes, realizando cuatro pliegues como se suele hacer en la elaboración del hojaldre. Una vez elaborado se cortan dos discos o círculos para las capas.

Se pone a hervir el agua con la mantequilla y la sal. Cuando rompe a hervir se incorpora la harina. Se remueve la mezcla rápidamente para obtener una masa escaldada. Una vez enfriada la masa se incorporan los huevos y se bate la mezcla hasta obtener una masa homogénea. Utilizando una manga pastelera se marcan en una lata o bandeja metálica los petisús y se hornean a unos 250°C.

Para el relleno entre las dos capas de hojaldre se prepara a parte una crema pastelera (esta se puede elaborar según diferentes recetas y al gusto consumidor). Para el relleno de los petisús se procede a montar la nata y se caramelizan con almendra uniéndolos en torno a los discos de hojaldre. Se decora la tarta con fresas y trocitos de chocolate (preferentemente chocolate de variedad Alpaco, que suele tener un 66% de cacao, siendo muy apto para laminar y para emplear como cobertura).



La originalidad de la gastronomía zamorana se basa en unos condimentos básicos como el **ajo** y el **pimentón** que dan forma a platos típicos tales como el **arroz a la zamorana**. También destacan la **sopa de boda** con jamón y chorizo y la **sopa de ajo**. “**El Dos y pingada**”, huevos fritos, jamón frito y rebanadas de pan frito.

Entre los asados, hay una variedad de carnes de gran calidad: **churrasco**, **cabrito**, **cerdo** y el **chuletón de ternera de Aliste**, producto con “Marca de Garantía”. Zamora también cuenta con platos de pescados. El **bacalao a la Tranca**, las **truchas de Sanabria** y el **pulpo a la sanabresa** son algunos de ellos.

Destacan otros productos como los **pimientos rojos** de Benavente, los **garbanzos** de Fuentesauco, los **habones y la miel** de Sanabria y los **espárragos** de la Guareña y Toro. Dentro de la repostería, existe una variedad tanto de quesos, como el de oveja, el único de Castilla y León con denominación de origen, como de dulces. El **rebojo zamorano**, las **aceitadas** de Semana Santa, las **flores de Carnaval**, las **cañas zamoranas** y un surtido de **dulces monacales**. Excelentes vinos son los de la Tierra del vino, **Toro** (con D.O.), **Fermoselle** y Benavente.



Foto cedida por la Diputación de Zamora

FIESTAS, JORNADAS Y FERIAS GASTRONÓMICAS

En Semana Santa, son típicos: el **potaje** en Viernes Santo, la **sopa de ajo** en la madrugada de Jueves a Viernes Santo y el “**Dos y Pingada**” el Domingo de Resurrección. Los dulces apropiados son las **torrijas**, las **aceitadas** y las **almendras garrapiñadas**.

Durante la **Romería del Cristo de Valderrey** (1er domingo después del de Resurrección) y en la **Romería del Cristo de Morales**, el 9 de mayo hay que degustar las **Rosquillas del Cristo** y las avellanas.

Durante las **Fiestas de San Pedro** a finales de junio, se celebra en la ciudad, la **Feria del Ajo**, condimento indispensable en la gastronomía zamorana.

Fiesta de la Castaña en la Comarca de Aliste, Tábara y Alba. En torno a la festividad de Todos Los Santos. Degustaciones y concursos cuyo principal ingrediente es la castaña.

Jornadas Gastronómicas en Toro durante las fiestas de la Vendimia (*Interés Turístico Regional*) entorno al día del Pilar, los restaurantes elaboran menús tradicionales de Toro.

Feria "VINTORO". Finales de abril. Organizada por La Asociación de Bodegueros FOMENTORO. Se exponen todos los vinos con D.O de Toro.

RECETA

Cañas zamoranas

INGREDIENTES:

Para la masa: un vasito de vino blanco • un vasito de aceite • un vaso de agua • harina (la que empape) • un pellizco de sal • aceite en abundancia para freír • azúcar para espolvorear. **Para la crema de relleno:** un litro de leche • una corteza de limón • tres yemas • diez cucharadas de azúcar • cuatro cucharadas de maicena • un trocito de mantequilla

ELABORACIÓN:

Preparamos la masa en una fuente mezclando aceite, vino y agua. Batimos hasta dejarlo cremoso y mientras removemos, añadimos la harina y el pellizco de sal, poco a poco hasta que no se pegue a las manos. Hecha la masa, formamos una bola y la dejamos reposar en lugar fresco una hora. Se extiende sobre una superficie lisa con un rodillo enharinado y se divide en tiras finas (de unos 12 cm. de ancho), se enrolla en las cañas o moldes y se fríen en abundante aceite. Las sacamos y las escurrimos en papel aborserbente. Las desmoldamos con cuidado y cuando estén frías las rellenamos con crema pastelera. Las espolvoreamos con azúcar.



En Salamanca el arte de la cocina es un atractivo más.

Entre la amplia y variada oferta gastronómica destacan los productos reconocidos con el sello de *Denominación de origen propio*, que son el **jamón ibérico**, elaborado en la comarca de Guijuelo, la **lenteja de la Armuña** y la **carné de Morucha**. Los asados de **tostón**, **cabrito** y **cerdo** son excelentes. Además hay que destacar el sabroso **hornazo** -empanada rellena de embutidos y huevo cocido que se consume principalmente el Lunes de Aguas-, y la **chanfaina** - guiso de arroz y menudos de cerdo-. El **chorizo**, **lomo** y **salchichón** son también productos de primera calidad, sin olvidar el **queso** de Las Arribes. Todo ello acompañado de sugestivos **vinos** de las comarcas de Sierra de Francia y Las Arribes.

En repostería, **bollo maimón**, **chochos**, **almendras garrapiñadas**, **rosquillas de Ledesma**, **obleas**, **floretas**, **repelaos** y un gran número de dulces monacales.



FIESTAS, JORNADAS Y FERIAS GASTRONÓMICAS

Mes de la cazuela (febrero). Menús y pinchos de invierno elaborados en una cazuela que posteriormente será entregada como obsequio al cliente.

Lunes de aguas (lunes siguiente al de Pascua). Terminada la Cuaresma, se celebra este día a orillas del Tormes comiendo el típico hornazo.

Concurso de pinchos, cocktails y café (junio). Durante las fiestas de San Juan de Sahagun.

Feria de Día (septiembre). Durante las fiestas de la Virgen de la Vega.

RECETA

La Chanfaina

Es un plato típico que, como la paella, admite múltiples ingredientes y formas de prepararla. Los ingredientes básicos son: arroz, asaduras de cordero, patitas de cordero, sangre cocida, huevo, cebolla, ajo, laurel y guindilla.

INGREDIENTES:

1/2 Kg. de hígado de cordero • 1/2 Kg. de callos de cordero • 4 patas pequeñas de cordero • 1/2 Kg. de sangre de cordero cocida • 1 taza de arroz • 2 huevos cocidos • 2 ¹/₂ cebollas • 1/2 cucharilla de orégano desmenuzado • 1 cucharada colmada de pimentón • 1/2 cucharilla de pimienta molida • 1/2 cucharilla de comino molido • 1 diente de ajo • laurel • sal • aceite

ELABORACIÓN:

1. Lavar bien los callos y las patas. Se pone a cocer en olla a presión con sal y laurel (aproximadamente 20 minutos).
2. Una vez cocido, cortar en dados pequeños. Reservar.
3. Mientras tanto, en otro recipiente con aceite caliente, freír las dos cebollas cortadas muy finas ralladas, hasta que estén tiernas. Se le añade el pimentón y se mezcla bien, se le añade la carne que hemos cortado anteriormente y el hígado cortado en dados pequeños. Se deja freír para que se entremezclen los sabores.
4. Se añaden dos cacillos de agua caliente, se remueve y se añaden el ajo, la guindilla, la pimienta y el comino machados en el mortero, se remueve y se deja hervir, se le añade la sal y se prueba por si necesitara más sal. Se añade el arroz y la sangre cortada muy fina. Se deja hervir hasta que el arroz esté cocido. Se retira del fuego y se adorna con los huevos cocidos picados por encima.



Cuatro son los pilares de la gastronomía bejarana, el judío, del que derivan el **calderillo** y **los asados**, el árabe, que dejó el saber utilizar la delicadeza de los aromas de las frutas (**los limones**), el arriero que trajo el comercio del pescado y la repostería (**hornazos, mantelás y perronillas**), y el pastoril, del que deriva la sencillez del buen gusto por las hierbas y los frutos del bosque (**los calvotos**). Una riqueza gastronómica propia de los pueblos castellanos, en los que la sencillez de la tradición no está reñida con la más sofisticada alta cocina.

Rutas de “tapas” en las que degustar estas especialidades, junto con los caldos de la tierra. Mercados en los que adquirir productos tradicionales, y tiendas de “Delicatesen”, en las que encontrar los más escogidos manjares de la comarca y los alrededores: **jamón ibérico con denominación de origen Guijuelo, lenteja de la Armuña, miel de Valero, turrón de La Alberca...**

Un conjunto gastronómico que hace de Béjar el lugar perfecto para complementar la estancia de quienes visitan la ciudad, su montaña o sus alrededores, buena mesa puesta a su servicio para acompañarle en su viaje y dejarle siempre un “buen sabor de boca”.



FIESTAS, JORNADAS Y FERIAS GASTRONÓMICAS

Día del Calderillo. Primer domingo de agosto, los visitantes podrán degustar y observar la preparación de este rico plato.

Día de los limones, el 1 de mayo, consiste en preparar una ensalada de limones y naranjas, huevo cocido y chorizo, aderezada con vinagre, aceite y ajo, regada con vino tinto.

Día de San Antón. 17 de enero, se celebra este día con la bendición de los animales por El Santo y saliendo al campo con amigos a disfrutar del **hornazo** y **la mantelá**, el primero una especie de empanada de chorizo y la segunda una torta de pan con anises que se rellena también con chorizo, pero asado.

Los Calvotos, el 1 de Noviembre, cuando los castaños, abundantes en la zona, ofrecen sus frutos en los caminos y bosques de los alrededores.

RECETA

Pierna de cordero lechal rellena de boletus y castañas

INGREDIENTES (para 10 personas):

Una pierna de cordero lechal • 4 castañas peladas • 2 boletus no muy grandes • fondo oscuro de carne • pasas • pan rallado • 1 huevos • aceite de oliva • vino tinto de la sierra

ELABORACIÓN:

Deshuesamos la pierna. Para el relleno, salteamos los boletus troceados y las castañas en un poquito de cebolla y aceite, lo escurrimos todo ello bien para dejar el mínimo aceite y mezclamos los huevos y el pan rallado hasta conseguir hacer una pasta para rellenar la pierna. Se brida (atar) y se salpimenta. La envolvemos en papel de aluminio y asamos al horno a temperatura media (150º) durante 45 minutos a una hora. Con los huesos de la pierna y una cebolla, una zanahoria, un poco de vino blanco lo doramos al horno para hacer el fondo oscuro. Una vez hecho el fondo, dejamos reducir vino tinto de la sierra y añadimos este fondo oscuro dejando reducir todo en conjunto hasta conseguir la textura deseada para la salsa. Una vez hecha la paletilla acompañaremos con esta salsa.

Receta cedida por restaurante "La Plata". Jefe de cocina Antonio Barragán Cotán.

