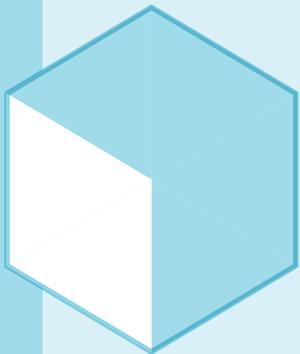


**CFGS Dirección de cocina
Hostelería y turismo**

Anexo para Andalucía

Procesos de elaboración culinaria



Anexo para Andalucía



La gastronomía tradicional andaluza

La comunidad andaluza goza de una gastronomía propia y diversa debido a su gran extensión, a sus diferencias geográficas, a su legado histórico y a la riqueza de productos autóctonos en interior y costa.

En el gran número de recetas propias andaluzas existe una combinación de la cocina mediterránea y las raíces de la herencia de la cocina árabe.

Los **ingredientes** más utilizados son los productos de la huerta, las carnes y el pescado, aderezados con aceite de oliva, considerado el mejor a nivel internacional.

En cuanto a modos de **elaboración**, destacan las sopas frías, los pescados rebozados, los guisos de carne y los potajes.

Platos típicos de las provincias andaluzas

Almería

- ▶ Sopa de Almería. Se trata de una sopa marinera elaborada con pescado (mayormente rape), almejas, gambas, guisantes, pimientos morrones y zanahorias.
- ▶ Gurullos con bogavante. Los gurullos son unos granos parecidos a los del arroz. La pasta se prepara de forma artesanal con harina de trigo duro, aceite, agua y sal. Los gurullos se guisan con bogavante, sepia y sofrito.
- ▶ Gazpacho cortijero. Es una variante de gazpacho elaborada con tomate, cebolla, ajo, pepino, pan, uva blanca y almendras.

Fig. 1.
Gazpacho cortijero.



Cádiz

- ▶ *Pescaíto* frito. La fritura andaluza toma protagonismo en Cádiz, pudiéndose degustar *pescaíto* frito en cualquier establecimiento. La variedad es enorme: boquerones, sardinillas, chanquete, choco, puntillas, gambas o pescadilla. Se sirve muy caliente, recién frito y se suele aderezar con limón.
- ▶ Tortilla de camarones. Se conoce también como ortiguillas fritas. Es un plato con mucha historia realizado con harina, camarones y cebolla.
- ▶ Puchero jerezano. Es un guiso elaborado con huesos blancos, costilla salada, hueso de jamón, tocino, muslitos de pollo y carne de ternera. Se puede servir con fideos o con arroz.

Fig. 2.
Tortilla de camarones.



Córdoba

- ▶ Flamenquín. Se trata de un rollito de lomo de cerdo, queso y unas tiras de jamón serrano por encima. Se empana con huevo y harina y se fríe en abundante aceite de oliva.
- ▶ Salmorejo. Probablemente sea la tapa o entrante más típico de Córdoba. Se trata de una variante del gazpacho, más consistente gracias a la incorporación del pan, y también más suave, ya que no lleva pepino ni pimienta. Se sirve con trocitos de jamón serrano y huevo duro.
- ▶ Rabo de toro. Este guiso se elabora, a fuego lento, con el rabo de toro troceado, tomate, cebolla, pimiento verde, zanahoria, pimentón, azafrán, pimienta y vino tinto. Su origen está en las calderetas populares que se celebraban después de las corridas de toros.

Granada

- ▶ Espetos de sardinas. Son sardinas ensartadas en una caña cocinadas a la brasa.
- ▶ Tortilla del Sacromonte. Es una tortilla realizada con sesos, criadillas, jamón, chorizo, guisantes, patatas y pimientos. Se le puede añadir tomate frito por encima. Tanto en la Abadía del Sacromonte, como en

cualquier rincón de Granada, se puede degustar esta deliciosa propuesta gastronómica.

- ▶ Remojón *granaino*. Es una ensalada fresca de raíces mozárabes elaborada con naranja, cebolleta y bacalao desalado. Se le puede añadir patata cocida o huevo duro.

Fig. 3.
Espetos de sardinas.



Huelva

- ▶ Albóndigas de choco. Es un guiso tradicional de la provincia realizado con carne de choco picada con pan duro, perejil, ajo y huevo. Las albóndigas se fríen en aceite y se acompañan de una salsa a base de cebolla pochada, caldo de pescado y azafrán.
- ▶ Mojama (atún en salazón). Es una especialidad de la costa onubense. Se prepara despiezando el atún y dejándolo en sal durante 24 horas.
- ▶ Atún encebollado. Es un guiso de atún fresco, vino seco de Montilla, ajo, aceite y cebolla.

Fig. 4.
Mojama.



Jaén

- ▶ Andrajos. Son unas tortitas de harina fritas acompañadas de un sofrito de tomate, cebolla, ajo, pimiento rojo y patatas.
- ▶ Galianos. Se trata de un guiso que elaboraban los pastores realizado con carne de liebre, conejo o pollo. Se acompaña de tortas galianeras.
- ▶ Carne de monte en adobo. Guiso de carne de caza (jabalí, gamo o ciervo) que se macera durante 24 horas en vino tinto, brandy, ajo, hierbas aromáticas, pimienta negra y aceite de oliva. Se fríe en aceite de oliva.

Málaga

- ▶ Maimones. Constituyen una sopa de ajo que se prepara en muchos pueblos de la provincia. Para elaborarlos tenemos que freír ajos con aceite y el pan del día anterior cortado en rebanadas finas. En ese aceite con ajos se añade agua hasta que hierva.
- ▶ Porra antequerana. Es uno de los platos más tradicionales y con más historia de Málaga. Es muy parecido al salmorejo, se compone de pan duro, tomates muy maduros, pimientos, ajos, vinagre, sal y aceite de oliva. Su nombre deriva de la porra que usaban los campesinos para machacar los ingredientes que sobraban del campo.
- ▶ Menestra a la rondeña. La menestra es un plato muy popular en toda la huerta española, en el caso de la rondeña, se cocina con habas, alcachofas, guisantes y morcilla de Ronda.

Sevilla

- ▶ Ternera sevillana. Se cocina la carne de ternera contrastando ingredientes como el azafrán, almendras, canela y aceitunas.
- ▶ Huevos a la flamenca. Es un plato referente en la gastronomía sevillana, compuesto por guisantes, pimientos morrones, patatas, cebolla, tomates horneados en una cazuela de barro junto a chorizo, jamón serrano y huevos.
- ▶ Soldaditos de Pavía. Son unas succulentas tiras de bacalao desalado rebozado con una masa a base de harina, levadura, azafrán y agua. Se fríen en aceite para lograr una textura muy crujiente. Se suelen acompañar de pimientos rojos.

Fig. 5.
Huevos a la flamenca.





www.altamar.es