

MATERIA PRIMA



COCINA & AGROTURISMO



SEXPE
Servicio Extremeño
Público de Empleo

ESHAEX
ESCUELA SUPERIOR
HOSTELERÍA Y AGROTURISMO
EXTREMADURA

**REGIÓN DE EXTREMADURA
Y REGIÓN DE ALENTEJO**

COCINA & AGROTURISMO

**REGIÓN DE EXTREMADURA
Y REGIÓN DE ALENTEJO**

10 PRODUCTOS · 20 RECETAS



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

- 4 PRESENTACIÓN
- 7 LOS CENTROS DE REFERENCIA NACIONAL

PRODUCTOS / PRODUTOS

- 10 DOP QUESO DE NISA
- 12 DOP QUESO DE ACEHÚCHE
- 14 DOP CASTAÑA DE MARVÃO-PORTALEGRE
- 16 DOP ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA VILLUERCA IBORES JARA
- 18 DOP CIRUELA DE ELVAS
- 20 IGP CABRITO DE EXTREMADURA
- 22 IGP CORDERO DEL NORDESTE ALENTEJANO
- 24 TORO DE LIDIA
- 26 PAN DE TRIGO ALENTEJANO
- 28 SETAS DE EXTREMADURA

ÍNDICE

Utilice este símbolo para volver al índice desde cualquier página de este catálogo.

- | | | | |
|-----------|---|-----------|--|
| 32 | GAZPACHO ALENTEJANO | 48 | AÇORDA ALENTEJANA |
| 34 | HUMMUS CON DOP PIMENTÓN DE LA VERA, ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA DOP GATA HURDES Y JAMÓN IBÉRICO DOP DEHESA DE EXTREMADURA | 50 | BACALAO MONACAL DE ALCÁNTARA |
| 36 | MIGAS A LA ALENTEJANA | 52 | SOPA DE CAZÓN |
| 38 | SALMOREJO CON DOP PIMENTÓN DE LA VERA, ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA DOP MONTEIRRUBIO Y JAMÓN IBÉRICO DOP DEHESA DE EXTREMADURA | 54 | TRUCHA AL ESTILO DEL JERTE |
| 40 | COCIDO DE GARBANZOS | 56 | ESTOFADO DE CORDERO |
| 42 | CROQUETAS DE QUESO DOP ACEHÚCHE CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y MIEL DOP VILLUERCAS IBORES | 58 | PIERNA DE CABRITO RELLENA DE SETAS, CASTAÑAS Y FRUTOS SECOS |
| 44 | SOPA DE VERDOLAGA | 60 | CABEZA DE XARA |
| 46 | CRUJIENTES DE ESPALDILLA DE VACA DE EXTREMADURA I.G.P. CON BERENJENA, MIEL VILLUERCAS IBORES DOP Y QUESO IBORES DOP | 62 | BUÑUELOS DE RABO DE TORO |
| | | 64 | QUEIJADAS DE REQUESÓN |
| | | 66 | FLORETAS CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA DOP VILLUERCAS, IBORES, JARA Y MIEL |
| | | 68 | SERICAIA |
| | | 70 | TORRIJAS CON GARNACHA TINTORERA DE LA DOP RIBERA DEL GUADIANA |

PRESENTACIÓN



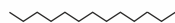
El Centro Referencia Nacional de Agroturismo de Extremadura, tiene la responsabilidad de tender puentes, entre los sectores productivos de la producción agroalimentaria, el tejido de la transformación alimentaria y el sector comercializador de la hostelería y el turismo.

Las iniciativas singulares extendidas por todo el país, gozan de un momento dulce en la demanda del público objetivo, dispuesto a pagar por tener una experiencia completa. Por este motivo, y con el objetivo de aportar calidad a los servicios ofrecidos desde el punto de vista de la composición de los paquetes turísticos, generamos iniciativas como esta a demanda de los sectores.

Pero más importante aún, debe ser, que los centros de formación cuenten con recursos pedagógicos dirigidos a fomentar un circuito sectorial y aumentar así el reconocimiento de cada uno de los agentes implicados en el proceso experiencial del cliente que paga por este servicio sostenible. En definitiva, los recursos humanos que participan en este proceso deben diferenciarse por un conocimiento amplio y actualizado de la actividad.

Esta publicación, aborda la necesidad de fusionar, la producción gastronómica en la denominada "Eurociudad" (Extremadura y Alentejo portugués) en una cocina con base tradicional y con puesta en escena moderna, con el nexo común de la utilización mayoritaria del producto de cercanía, incluso con el aporte singular de la historia creada por su transformador.

En estas páginas, encontraremos productos importantes a ambos lados de la raya hispano lusa, que representan una fuente de ingresos para poblaciones rurales de nuestro entorno y que, por tanto, fijan población, creando de manera indirecta otros subsectores (restaurantes, servicios turísticos, etc..) o simplemente, pudiendo generar otros servicios asociados a la producción, como las visitas, degustaciones o experiencias singulares a través del producto. Algunas ya consolidadas como el "enoturismo" o el "oleoturismo", pero otras emergentes como el "micoturismo", el "ecoturismo" o el mismo agroturismo como elemento integral de todos los recursos que vinculan a productores de zonas rurales con personas que quieren mostrarlos y agasajar a aquellos que les confían su felicidad experiencial.



APRESENTAÇÃO



O **Centro Nacional de Referência para o Agroturismo da Extremadura** é responsável por estabelecer pontes entre os sectores produtivos da produção agro-alimentar, o sector da transformação alimentar e o sector da hotelaria e da comercialização turística.

As iniciativas singulares espalhadas por todo o país estão a viver um momento de grande procura por parte do público-alvo, que está disposto a pagar por uma experiência completa. Por esta razão, e com o objectivo de trazer qualidade aos serviços oferecidos do ponto de vista da composição de pacotes turísticos, geramos iniciativas como esta a pedido dos sectores.

Mas mais importante ainda, os centros de formação devem ter recursos pedagógicos destinados a promover um circuito sectorial e assim aumentar o reconhecimento de cada um dos agentes envolvidos no processo experiencial do cliente que paga por este serviço sustentável.

Esta publicação aborda a necessidade de fundir a produção gastronómica da chamada "Eurocidade" (Extremadura e Alentejo português) numa cozinha de base tradicional e de ambiente moderno, com o nexu comum da utilização maioritária de produtos locais, incluindo o contributo único da história criada pelo seu transformador.

Nestas páginas, encontraremos produtos importantes de ambos os lados da fronteira hispano-portuguesa, que representam uma fonte de rendimento para as populações rurais do nosso meio e que, portanto, fixam a população, criando indirectamente outros subsectores (restauração, serviços turísticos, etc.) ou simplesmente gerando outros serviços associados à produção, como visitas, degustações ou experiências únicas através do produto. Alguns já estão consolidados, como o "enoturismo" ou o "turismo do azeite", mas outros estão a emergir, como o "micoturismo", o "ecoturismo" ou o próprio agroturismo como elemento integrante de todos os recursos que ligam os produtores em meio rural a pessoas que os querem mostrar e entreter aqueles que lhes confiam a sua felicidade experiencial.



**LOS CENTROS
REFERENCIA
NACIONAL SON
UN MOTOR DE
CREACIÓN Y
DINAMIZACIÓN**



**EXTREMADURA
CUENTA CON TRES
CENTROS
DESARROLLADORES**



**COCINA CON BASE
TRADICIONAL Y
CON PUESTA EN
ESCENA MODERNA**



**ESTA PUBLICACIÓN
INTEGRA LA
DENOMINADA
“EUROCIUDAD”
(EXTREMADURA
Y ALENTEJO
PORTUGUÉS)**

**TRES SECTORES
CLAVE: INDUSTRIA
AGRO-GANADERA,
LA INDUSTRIA
ALIMENTARIA
TRANSFORMADORA
Y LA INDUSTRIA DEL
TURISMO**



**EL CRN DE
AGROTURISMO DE
MÉRIDA ES EL
ENCARGADO DE LA
GENERACIÓN DE
UNA ECONOMÍA
CIRCULAR**



LOS CENTROS REFERENCIA NACIONAL

OS CENTROS DE REFERÊNCIA NACIONAIS



Los centros referencia nacional, son un motor de creación y dinamización, donde se ven reflejados los centros educativos que ofertan ciclos formativos de formación profesional. Estos, sirven de campo de pruebas y creación de una oferta innovadora y actual que sirve para darle respuesta a las circunstancias profesionales que se dan en cada momento.

Extremadura cuenta con tres centros desarrolladores de este tipo. Entre ellos, se encuentra en Mérida (Badajoz) el CRN de Agroturismo, este centro de manera emergente es el encargado de la generación de una economía circular que vincule a los tres sectores productivos más importantes de este territorio. La industria agro-ganadera, la industria alimentaria transformadora y la industria del turismo.

Este concepto formativo, viene a dar respuesta a varios de los objetivos marcados dentro de los ODS propuestos por las naciones unidas en 2015. Acciones como la educación de calidad, se ven en simbiosis con industria, innovación e infraestructura o producción y consumo responsable entre otras.

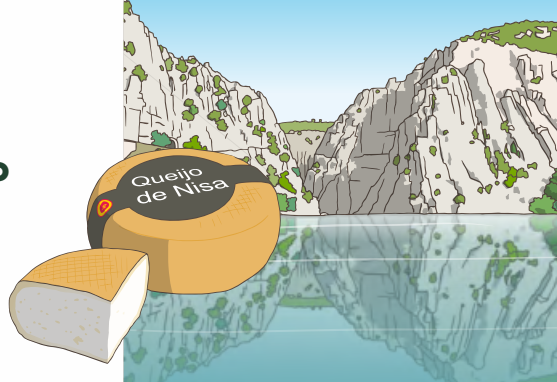
Os centros de referência nacionais são um motor de criação e dinamização, onde se reflectem os centros educativos que oferecem ciclos de formação profissional. Estes centros servem como campo de ensaio para a criação de uma oferta inovadora e actual que sirva para responder às circunstâncias profissionais que surgem em cada momento.

A Extremadura conta com três centros de desenvolvimento deste género. Entre eles, em Mérida (Badajoz) está o CRN do Agroturismo, este centro é responsável pela geração de uma economia circular que liga os três sectores produtivos mais importantes deste território.

Este conceito de formação responde a vários dos objectivos estabelecidos nos ODS propostos pelas Nações Unidas em 2015. Ações como a educação de qualidade são vistas em simbiose com a indústria, inovação e infraestruturas ou produção e consumo responsáveis, entre outras.

MANUEL GÓMEZ PAREJO

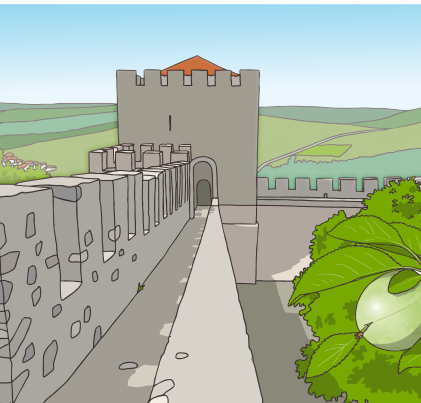
**DOP QUEIJO
DE NISA**



**DOP QUESO
ACEHÚCHE**



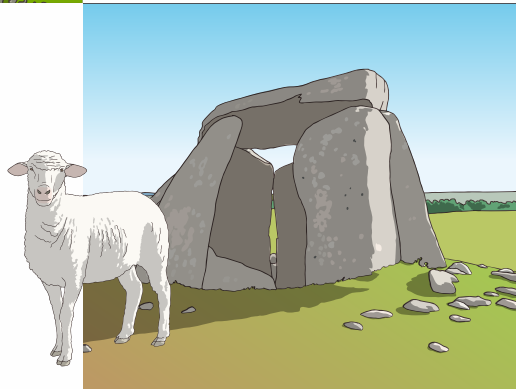
**DOP AMEIXA
D'ELVAS**



**IGP CABRITO DE
EXTREMADURA**



**IGP BORREGO
DO NORDESTE
ALENTEJANO**



TORO DE LIDIA



**DOP CASTANHA
DE MARVÃO-
PORTALEGRE**



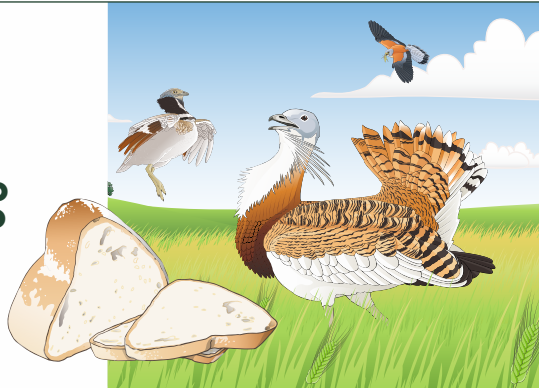
**DOP ACEITE
VILLUERCA
IBORES JARA**



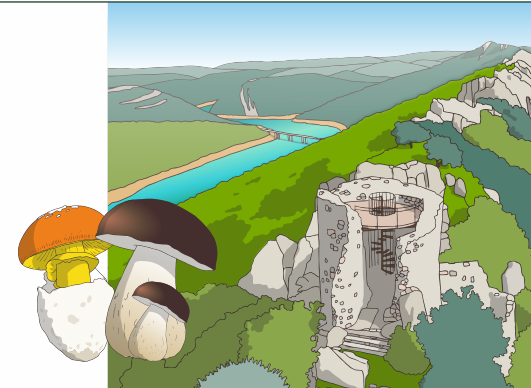
PRODUCTOS

(PRODUTOS)

**PÃO DE TRIGO
ALENTEJANO**



GURUMELOS



DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

El queso de Nisa DOP se obtiene a partir de leche cruda de oveja, de la raza regional Merina Branca. Es un queso curado, de pasta semidura y color blanco-amarillento, conocido desde hace mucho tiempo en la región del Alentejo, tanto como para ser mencionado por António Maria Horta Camões, en 1901. Forma parte de la vida cotidiana de la población de Portalegre desde hace varias generaciones, siendo la principal fuente de proteínas de los habitantes, que tenían, en general, una alimentación muy pobre.

El queso de Nisa DOP es producido por queserías locales, famosas en todo el país por la calidad de sus quesos, que siguen siendo elaborados artesanalmente.

Puede presentarse en pequeño formato, con un diámetro de 10 a 12 cm y un peso de 200 a 400 g. O el original, con un diámetro de 13 a 16 cm y un peso de 800 a 1300 g.

La zona geográfica de producción abarca los municipios de Nisa, Crato, Castelo de Vide, Marvão, Portalegre, Monforte, Arronches y Alter do Chão, en el distrito de Portalegre.

O queijo de Nisa DOP é obtido a partir de leite cru de ovelha, da raça regional Merina Branca. Trata-se de um queijo curado, de pasta semidura e cor branca-amarelada. É conhecido desde longa data na região do Alentejo, suficiente para ser mencionado por António Maria Horta Camões, em 1901. Tem feito parte do quotidiano do povo de Portalegre há várias gerações, sendo a principal fonte proteica dos habitantes, que tinham, na sua generalidade, um regime alimentar muito pobre.

O queijo de Nisa DOP é produzido por queijarias locais, famosas em todo o país pela qualidade dos seus queijos, que permanecem artesanais.

Pode apresentar-se no formato de "merendeira", com diâmetro de 10 a 12 cm e peso de 200 a 400 g. Ou no original, com diâmetro de 13 a 16 cm de diâmetro e peso de 800 a 1300 g. Possui sabor ligeiramente ácido e aroma intenso.

A área geográfica de produção abrange os concelhos de Nisa, Crato, Castelo de Vide, Marvão, Portalegre, Monforte, Arronches e Alter do Chão, no distrito de Portalegre.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

PORTAS DO RODÃO, NISA (PORTALEGRE)



PRODUCTO: DOP QUEIJO DE NISA

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

En la orilla norte del río Tajo encontramos Acehúche, esta población que de manera tradicional ha elaborado quesos de cabra con leche cruda y artes singulares que le han imprimido elementos diferenciadores, técnicas como el "sobao" consistente en el lavado con las manos húmedas que le confiere ese olor tan característico.

La vinculación de este queso y a su ganado productor, está muy arraigada a su población, asociado a fiestas de interés turístico regional como las Carantoñas o como moneda de cambio (trueque) entre pastores y afinadores o tratantes.

Esta denominación de origen protegida aporta la garantía de calidad en la producción de estos quesos, que como mínimo maduran 40 días, con una pasta de color que va desde los blancos al marfil y presenta textura blanda, ligeramente fundente y persistente en boca y olor potente, que los hace reconocibles y muy demandados en todo el territorio.

Na margem norte do rio Tejo encontramos Acehuche, uma aldeia que tradicionalmente produz queijo de cabra com leite cru e técnicas únicas que lhe conferem elementos distintivos, como a técnica do "sobao", que consiste na lavagem com as mãos molhadas, o que lhe confere o seu cheiro característico.

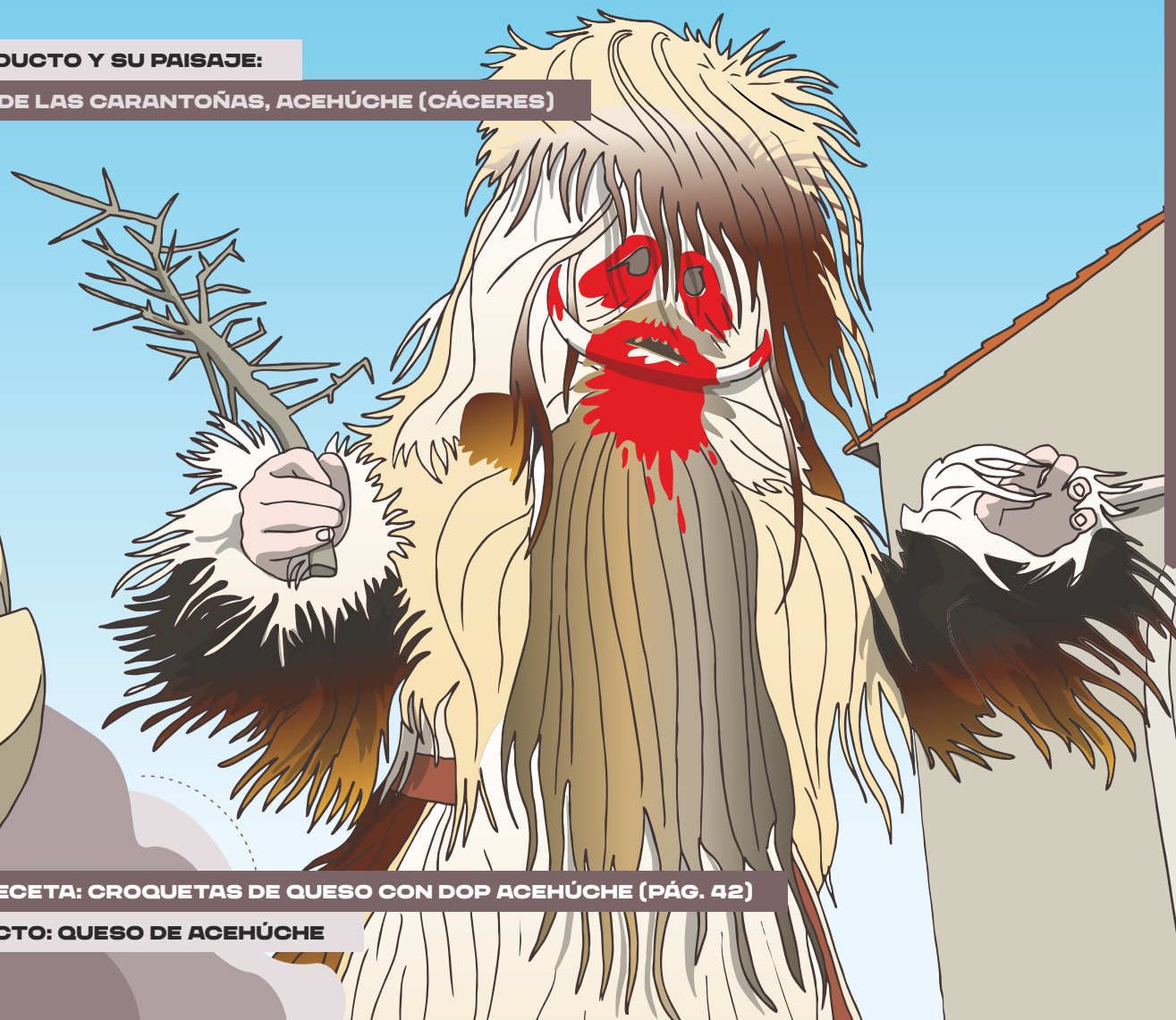
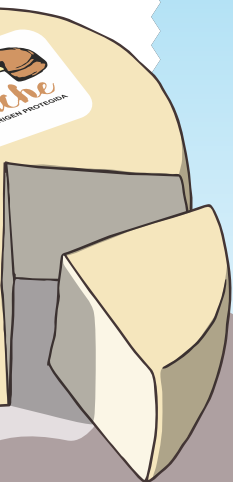
A ligação entre este queijo e o gado que o produz está profundamente enraizada na população local, associada a festas de interesse turístico regional, como as "Carantoñas", ou como moeda de troca entre pastores e pastores ou comerciantes.

Esta denominação de origem protegida garante a qualidade da produção destes queijos, que têm uma maturação mínima de 40 dias, com uma pasta de cor que varia entre o branco e o marfim, uma textura macia, ligeiramente fundente e persistente na boca e um aroma poderoso, que o torna reconhecível e muito procurado em toda a região.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

FIESTA DE LAS CARANTOÑAS, ACEHÚCHE (CÁCERES)



> VER RECETA: CROQUETAS DE QUESO CON DOP ACEHÚCHE (PÁG. 42)

PRODUCTO: QUESO DE ACEHÚCHE

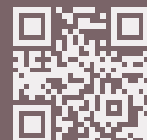
CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

La castaña fresca DOP Marvão-Portalegre presenta un color que varía entre el marrón oscuro apagado de la variedad *bárea*, el marrón más claro de la variedad *clarinha o enxerta* y el marrón rojizo brillante de la variedad *bravo*. La aptitud al descascarado también es variable, siendo regular en la variedad *bárea*, buena y muy buena en las variedades *clarinha o enxerta* y *bravo*, respectivamente.

La zona geográfica de la DOP Castaña de Marvão-Portalegre se limita a los municipios de Castelo de Vide, Marvão y Portalegre. Su historia está íntimamente ligada a la zona geográfica. El castaño que crece en el Nordeste Alentejano es el único del sur del país. La castaña y el castaño forman parte de los hábitos y costumbres del pueblo alentejano. En palabras de Frei Amador Arrais, en su obra *Diálogos* (Arrais, siglo XV), "... parece que la naturaleza mira fijamente la frescura de los árboles". Los souts del Alentejo representaban una considerable fuente de subsistencia para la población de esta zona, pobre en recursos económicos. La producción de castañas sirve no sólo como fuente de alimentación humana, tanto en su forma verde como seca, sino también como alimento para animales.

Destacar los platos tradicionales y regionales a base de castañas que, a lo largo del tiempo, siempre han hecho las delicias de los alentejanos, como la sopa de castañas, el cerdo con castañas, el pavo con castañas y la harina de castañas.

A Castanha Marvão-Portalegre DOP fresca apresenta uma cor que varia desde o castanho-escuro baço na variedade Bárea, castanho mais claro na variedade Clarinha ou Enxerta e castanho avermelhado brilhante na variedade Bravo. Também a aptidão para o descasque é variável, sendo regular na variedade Bárea, boa e muito boa nas variedades Clarinha ou Enxerta e Bravo, respetivamente. Verifica-se que em todas as variedades um kg contém entre 80 a 125 frutos.

A zona geográfica da Castanha de Portalegre DOP é circunscrita aos Conselhos de Castelo de Vide, Marvão e Portalegre no Distrito de Portalegre. Variedades: Bárea, Clarinha ou Enxerta, e Bravo

A história da Castanha Marvão-Portalegre DOP encontra-se intimamente ligada à área geográfica. O castanheiro que vegeta no Nordeste Alentejano constitui a única mancha a Sul do País. O castanheiro e a castanha fazem parte dos usos e costumes da gente alentejana e na boca do Frei Amador Arrais, na sua obra diálogos (Arrais, séc. XV), "... parece estremarsse a natureza na fresquidão do arvoredo." Os Souts Alentejanos representavam uma fonte considerável de subsistência para as populações desta área, pobre em recursos económicos.

A produção de castanha serve não só de fonte alimentar humana, quer na sua forma verde como na sua forma seca, como também para alimentação dos animais. Salientar os tradicionais e regionais pratos de castanha, que ao longo dos tempos, sempre fizeram as delícias da gente alentejana, como por exemplo, sopa de castanha, porco com castanha, peru com castanha e farinha de castanha.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

VILA DE MARVÃO (PORTALEGRE)

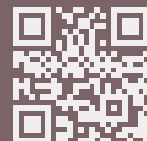
CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER RECETA: PIERNA DE CABRITO RELLENA DE SETAS Y CASTAÑAS (PÁG. 58)

PRODUTO: CASTANHA DE MARVÃO-PORTALEGRE



DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

Pocas son las DOP que pueden presumir de tener un entorno tan especial como el geoparque Villuercas-Ibores-Jara, protegido por la UNESCO desde 2015 y donde se puede disfrutar de numerosos productos (aceite, miel, queso, vino...) entre otros muchos recursos (naturaleza, historia, gastronomía...). Y, no cabe duda alguna, el aceite es uno de los pilares fundamentales de las cocinas autonómicas y de la gastronomía española. Hablar de la DOP Villuercas-Ibores-Jara es hablar de picual (persistente en boca y con un toque picante, ideal para embutidos, macerados, ensaladas o cualquier plato), de cornicabra (sabor intenso y muy recomendado para frituras, asados y salteados) y de manzanilla cacereña (resaltamos su sabor afrutado, apta para obtener aceite o para aceitunas de mesa). Como curiosidad, estas tres variedades constituirán el aceite protegido en una proporción, como mínimo, del 75%. La singularidad de su orografía, los recursos naturales de la zona y su producción sostenible hacen un increíble maridaje entre terreno y producción alimentaria.

Poucas DOP podem orgulhar-se de ter um ambiente tão especial como o Geoparque Villuercas-Ibores-Jara, protegido pela Unesco desde 2015 e onde se pode desfrutar de numerosos produtos (azeite, mel, queijo, vinho...), entre muitos outros recursos (natureza, história, gastronomia...). E não há dúvida de que o azeite é um dos pilares fundamentais das cozinhas regionais e da gastronomia espanhola.

Falar da DOP Villuercas-Ibores-Jara é falar da Picual (persistente na boca e com um toque picante, ideal para enchidos, molhos, saladas ou qualquer prato), da Cornicabra (sabor intenso e altamente recomendado para fritos, assados e salteados), da Manzanilla cacereña (destacamos o seu sabor frutado, adequado para azeite ou azeitona de mesa). Como curiosidade, estas três variedades constituirão o azeite protegido numa proporção de, pelo menos, 75%. A singularidade da sua orografia, os recursos naturais da zona e a sua produção sustentável fazem um casamento incrível entre a terra e a produção alimentar.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

CABAÑAS DEL CASTILLO (CÁCERES)



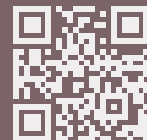
> VER RECETA: FLORETAS CON AOVE DOP VILLUERCAS IBORES JARA (PÁG. 66)

PRODUCTO: ACEITE VILLUERCAS IBORES JARA

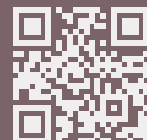
CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

La Ciruela de Elvas DOP es una ciruela perteneciente a la variedad *rainha Cláudia* de la especie *Prunus domestica*. Verde y de forma ovalada, su pulpa es extremadamente jugosa y tiene un perfume intenso.

Tiene un pequeño hueso que se desprende fácilmente del fruto.

Es conocida localmente como *abrunho*. Se supone que es originaria de Francia, ya que inicialmente se importó como árbol ornamental para el jardín. Esta fruta es famosa desde la época de Afonso Henriques, el primer rey de Portugal. Su fama se extendió hasta Gran Bretaña, donde era muy apreciada. El propio lord Wellington pidió que le sirvieran esta fruta durante su estancia en Portugal. En 1834, José Guerra comenzó a producir esta ciruela a gran escala. La Ciruela de Elvas DOP recibió una medalla de bronce en la Exposición de París de 1855 y, en 1875, comenzó a exportarse a América. La zona de producción de la Ciruela de Elvas DOP está delimitada, en el distrito de Portalegre, al municipio de Campo Maior, Elvas (con excepción de la parroquia de Santa Eulália), las parroquias de Santo Aleixo en el municipio de Monforte, y Cano, Santo Amaro y Sousel en el municipio de Sousel. En el distrito de Évora, los municipios de Borba, Vila Viçosa, Estremoz (excepto las pedanías de la ciudad y de Santo Estevão) y en Alandroal las parroquias de N.S. da Conceição, N.S. do Loreto y S. Brás de Matos.

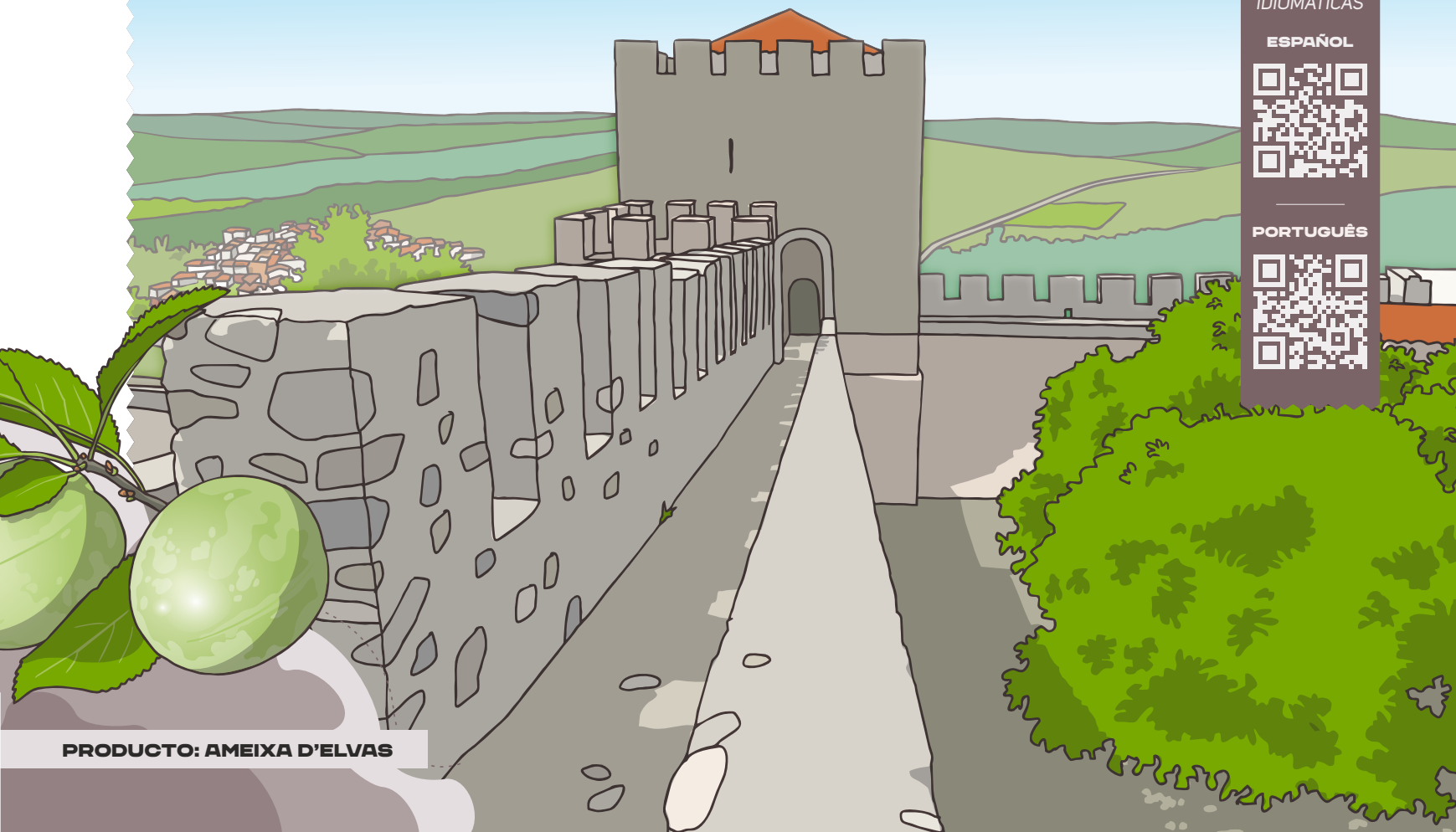
A Ameixa d'Elvas DOP é uma ameixa pertencente à variedade Rainha cláudia da espécie *Prunus domestica*. É uma ameixa verde de forma oval. A polpa é extremamente succulenta e tem um perfume intenso. Tem um pequeno caroço que sai facilmente da polpa do fruto.

Ameixa d'Elvas DOP é conhecida localmente como *Abrunho*. Presume-se que teve origem em França porque inicialmente foi importada como uma árvore ornamental para jardim. Esta fruta tem sido famosa desde a época de Afonso Henriques, o primeiro rei de Portugal. A sua fama espalhou-se até a Grã-Bretanha, onde foi muito apreciada. O próprio Lord Wellington pediu para lhe ser servida esta fruta durante o tempo que passou em Portugal. Em 1834, José Guerra começou a produzir em grande escala esta ameixa. A Ameixa d'Elvas DOP recebeu uma medalha de bronze na Exposição de Paris de 1855 e, em 1875, começou a ser exportada até a América. A zona de produção da Ameixa de Elvas DOP (A variedade rainha cláudia) é delimitada, no Distrito de Portalegre, aos Concelho de Campo Maior, Elvas (com exceção da Freguesia de Santa Eulália), a Freguesias de Santo Aleixo no Concelho de Monforte, e Cano, Santo Amaro e Sousel no Concelho de Sousel. No Distrito de Évora, os Concelhos de Borba, Vila Viçosa, Estremoz (com exceção das Freguesias da cidade e de Santo Estevão) de e no Alandroal as Freguesias de N.S. da Conceição, N.S. do Loreto e S. Brás dos Matos.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

CASTELO DE ELVAS (PORTALEGRE)



PRODUCTO: AMEIXA D'ELVAS

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

De manera histórica la carne de cabrito ha sido un sustento proteico en los habitantes de Las Hurdes, la sierra de Guadalupe, la sierra de Montánchez o la de San Pedro, donde este ganado convive en extensivo con especies vegetales y animales propias de ecosistema de la dehesa. Este manjar se ha ido extendiendo a otras zonas de Extremadura como las Vegas o la Campiña Sur entre otras.

La carne de cabrito de Extremadura se caracteriza por su textura suave, su sabor delicado y su bajo contenido en grasa, lo que la hace ideal para la preparación de platos tradicionales como el asado o el guiso. La I.G.P. Cabrito de Extremadura promueve la sostenibilidad, así como la preservación de las tradiciones culinarias y culturales, tal y como lo atestiguan numerosas publicaciones, convirtiendo al cabrito en un producto único y diferenciado en el mercado.

Este sello garantiza la calidad de este singular producto y asegura al consumidor una carne con características organolépticas excepcionales.

Historicamente, a carne de cabrito tem sido uma fonte de proteínas para os habitantes de Las Hurdes, da Serra de Guadalupe, da Serra de Montánchez e da Serra de San Pedro, onde este gado coexiste em regime extensivo com espécies vegetais e animais próprias do ecossistema do montado.

A carne de cabrito da Extremadura caracteriza-se pela sua textura suave, sabor delicado e baixo teor de gordura, o que a torna ideal para a preparação de pratos tradicionais, como o assado ou ensopado. A I.G.P. Cabrito de Extremadura promove a sustentabilidade, bem como a preservação das tradições gastronómicas e culturais, como atestam numerosas publicações, tornando o cabrito um produto único e diferenciado no mercado.

Este cunho de qualidade garante a qualidade deste produto único e assegura ao consumidor uma carne com características organolépticas excepcionais.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

ARQUITECTURA NEGRA DE LAS HURDES (CÁCERES)

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER RECETA: PIERNA DE CABRITO RELLENA DE SETAS Y CASTAÑAS (PÁG. 58)

PRODUCTO: CABRITO DE EXTREMADURA

DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

Es una carne tierna y jugosa, de textura suave y con algo de grasa intramuscular, lo que le confiere un sabor característico e intenso. Comercialmente, el cordero del Nordeste Alentejano IGP puede presentarse entero, troceado o en lonchas.

Sólo los corderos nacidos, criados y sacrificados en la zona geográfica delimitada pueden beneficiarse de esta indicación geográfica. De hecho, los datos históricos disponibles permiten a diversos investigadores constatar que esta raza es anterior a la formación de la nación. A lo largo de los siglos, esta raza se ha criado de forma extensiva y tradicional, en armonía con los pastos, prados y cultivos de cereales de la región, práctica que se ha mantenido, casi sin cambios, hasta nuestros días. La zona de producción de la I.G.P. Cordero del Nordeste Alentejano es la misma que la del distrito de Portalegre, con una superficie total de 6065 km².

Trata-se de uma carne tenra e succulenta, com uma textura suave e com alguma gordura intramuscular, o que lhe confere um sabor característico e intenso. Comercialmente, o Borrego do Nordeste Alentejano IGP pode apresentar-se inteiro, desmanchado ou fatiado. Só podem beneficiar desta indicação geográfica os borregos nascidos, criados e abatidos no interior da sua área geográfica delimitada.

A memória da criação de ovinos da raça Merino Branco nesta região perde se nos tempos. Com efeito, os dados históricos disponíveis permitem a vários investigadores assegurar ser essa criação anterior à formação da nacionalidade. Ao longo dos séculos esta raça tem vindo a ser criada de forma tradicional, extensiva, em harmonia com os montados, pastagens e culturas cerealíferas da região – prática que subsiste, praticamente inalterada, até aos nossos dias. Esta ligação histórica está bem patente no papel central que o borrego desempenha na gastronomia da região.

A área de produção do Borrego do Nordeste Alentejano IGP coincide a do distrito de Portalegre, abrangando uma superfície total de 6065 km².



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

ANTA DO TAPADAÓ, ALDEIA DA MATA (PORTALEGRE)



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER RECETA: ENSOPADO DE BORREGO (PÁG. 56)

PRODUCTO: BORREGO DO NORDESTE ALENTEJANO

DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

Vivimos en una sociedad con prisa, todo pasa de manera acelerada a nuestro alrededor; la producción de servicios y productos para el consumo sigue esa misma premisa, incluidos los alimentos que ingerimos.

Cierra los ojos, imagina un ternero pastando libremente en una dehesa verde, cuajada de encinas y alcornoques, comiendo sus bellotas y lo que la tierra ofrece. Moviéndose en amplias extensiones de terreno, madurando como adulto de manera natural, creciendo en equilibrio con el medio ambiente. Suena idílico, quimérico; ¿verdad?

Por su sistema de cría y manejo, la carne de lidia cuenta con unas propiedades organolépticas excepcionales en un mismo producto. Es rica en hierro de fácil absorción, tiene alto contenido de ácidos grasos poliinsaturados, Omega 3 y vitaminas de alto valor biológico. Además es rica en minerales esenciales; y es baja en grasa estando infiltrada en la carne debido al continuo ejercicio del animal pastando libremente en la dehesa.

Desde el punto de vista de su elaboración, es una carne versátil; todo depende de la creatividad que cada uno estemos dispuesto a experimentar mientras creamos en nuestras cocinas.

Vivemos numa sociedade com pressa, tudo acontece a um ritmo acelerado à nossa volta; a produção de serviços e produtos para consumo segue a mesma premissa, incluindo os alimentos que ingerimos.

Feche os olhos e imagine um bezerro a pastar livremente num pasto verdejante, cheio de azinheiras e sobreiros, comendo as suas bolotas e tudo o que a terra tem para oferecer. Movendo-se em grandes extensões de terra, amadurecendo como um adulto de forma natural, crescendo em equilíbrio com o ambiente. Parece idílico, quimérico, não é?

Devido à forma como é criada e tratada, a carne de vaca Lidia tem propriedades organolépticas excepcionais num único produto. É rica em ferro de fácil absorção, tem um elevado teor de ácidos gordos polinsaturados, Ómega 3 e vitaminas de elevado valor biológico. É também rica em minerais essenciais; e tem baixo teor de gordura, que se infiltra na carne devido ao exercício contínuo do animal que pasta livremente no pasto.

Do ponto de vista da sua preparação, é uma carne versátil; tudo depende da criatividade que cada um de nós está disposto a experimentar ao criar nas suas cozinhas.

Escrito por:

**MARÍA DEL PILAR
MARTÍN CANTO**

Presidenta de FEDELIDIA
Veterinaria y ganadera en
ganadería Victorino Martín



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

DEHESAS DE OLIVENZA (BADAJOZ)



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER RECETA: BUÑUELOS DE RABO DE TORO (PÁG. 62)

PRODUCTO: TORO DE LIDIA

PÃO DE TRIGO ALENTEJANO

DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

CATEGORÍA

OTROS
OUTROS

Pan preparado con harina de trigo, levadura, sal y agua suficiente para amasar. Pesa entre 1 y 1,5 kg. Es un pan de frente (más levantado en un extremo, parecido a un pliegue) y tiene una corteza de color marrón claro y una miga blanquecina.

Aunque parece que fueron los romanos quienes introdujeron los cereales en el Alentejo (convirtiendo a esta provincia en el granero de Roma), fue el ingenio y el arte de los árabes, con la introducción de molinos de agua y norias, lo que posibilitó la transformación de los cereales en este pan tan querido por los alentejanos.

El pan era, y sigue siendo, la base de la alimentación alentejana, en la que desempeña un papel primordial, "llenando el vientre". Lúcio Camacho escribe que "... un buen pedazo de pan, un trozo de tocino o de chorizo, o un puñado de aceitunas y unos sorbos de agua de la tripa del cerdo, y la comida del hombre del campo estaba a menudo completa". João Caldeira recuerda que "el pan era un alimento venerado... por eso se bendecía en el cuenco donde leudaba". El pan no es sólo un alimento en sí mismo, sino que forma parte de casi todos los platos de la cocina regional, ya sean salados o dulces. Es un hecho establecido y reconocido que la *açorda* alentejana no puede hacerse con ningún otro pan. Lo mismo puede decirse de las migas, la sopa de cachola o la sopa de cazón.

Pão preparado com farinha de trigo, fermento, sal e água que baste para amassar. Pesa entre 1 a 1,5 kg. É um pão de testa (mais levantado numa das extremidades, assemelhando-se a uma dobra) e tem cõdea castanho-clara e miolo esbranquiçado. Embora pareça terem sido os Romanos a introduzir os cereais no Alentejo (tornando esta província no celeiro de Roma), foi o engenho e arte dos Árabes que nos deram a capacidade de transformar o cereal neste pão tão caro aos Alentejanos. Deve-se tal facto à arte de engenharia dos Árabes que, vivendo nesta região, nela introduziram as azenhas e as noras. O pão foi, e ainda é, a base da alimentação alentejana, na qual tem um papel primordial, «enchendo a barriga». Escreve Lúcio Camacho que «... um bom pedaço de pão, um naco de toucinho ou linguiça, ou ainda um punhado de azeitonas e uns goles de água da enfusa, e estava muitas vezes feita a refeição do rural». João Caldeira relembra que «o pão foi um alimento venerado... por isso era benzido no alguidar onde levedava e... por isso era crime deixá-lo cair ao chão... era o "panito", diminutivo referido com toda a afeição... nada se comia sem pão... aquilo que o acompanhava recebia o nome de conduto, por a ele conduzir».

O pão constitui, no Alentejo, não apenas alimento por si só, como também faz parte de quase todos os pratos da cozinha regional, sejam eles salgados ou doces. É facto assente e reconhecido que a *açorda* alentejana não se pode fazer com qualquer outro pão. O mesmo se poderá dizer para as migas, para a sopa de cachola ou para a sopa de cação.



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

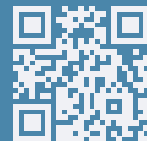
PLANÍCIES DE CAMPO MAIOR (PORTALEGRE)



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER RECETA: MIGAS À ALENTEJANA (PÁG. 36)

PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO

DESCRIPCIÓN / DESCRIÇÃO

Extremadura alberga una gran variedad de ecosistemas y en todos ellos los hongos juegan un papel fundamental. Entre los hábitats más comunes los bosques y dehesas son los más productivos en cuanto a setas se refiere, y entre la gran diversidad de especies que crecen en

Extremadura destacan las setas comestibles más importantes en la gastronomía local, regional y nacional, como los boletus, níscalos, rebozuelos, gurumelos, huevo de rey... y otras especies muy codiciadas por los recolectores que son menos empleadas en restauración como los parasoles, barbudas, champiñones silvestres, setas de chopo...

Destacar que Extremadura es la región más importante a nivel nacional en la recolección y comercialización de criadillas de tierra. Ferias como la del gurumelo en Villanueva del Fresno o la del níscolo en Castilblanco son prueba del potencial micológico, gastronómico y turístico en Extremadura y que podría ampliarse a otras localidades que disponen en sus campos de recursos micológicos similares que actualmente solo se limitan a la comercialización.

Extremadura alberga uma grande variedade de ecossistemas, em todos eles os cogumelos desempenham um papel fundamental. Entre os habitats mais comuns, as florestas e as pastagens são os mais produtivos em termos de cogumelos, e entre a grande diversidade de espécies que crescem em Extremadura encontram-se os cogumelos comestíveis mais importantes na gastronomia local, regional e nacional, como os boletus, os lactarius deliciosos, os chanterelles, os gurumelos, ou ovo de rei... e outras espécies menos procuradas pelos colecionadores de cogumelos. ... e outras espécies muito cobiçadas pelos colecionadores e menos utilizadas na restauração, como os chapéus-de-sol, as barbudas, os cogumelos silvestres, os cogumelos chopo...

É de salientar que a Extremadura é a região mais importante de Espanha na recolha e comercialização de "Criadillas de terra". Feiras como a do gurumelo, em Villanueva del Fresno, ou a do níscolo, em Castilblanco, são a prova do potencial micológico, gastronómico e turístico da Extremadura, que poderia ser alargado a outras localidades que dispõem de recursos micológicos semelhantes nas suas paisagens e que, atualmente, estão limitados à comercialização.

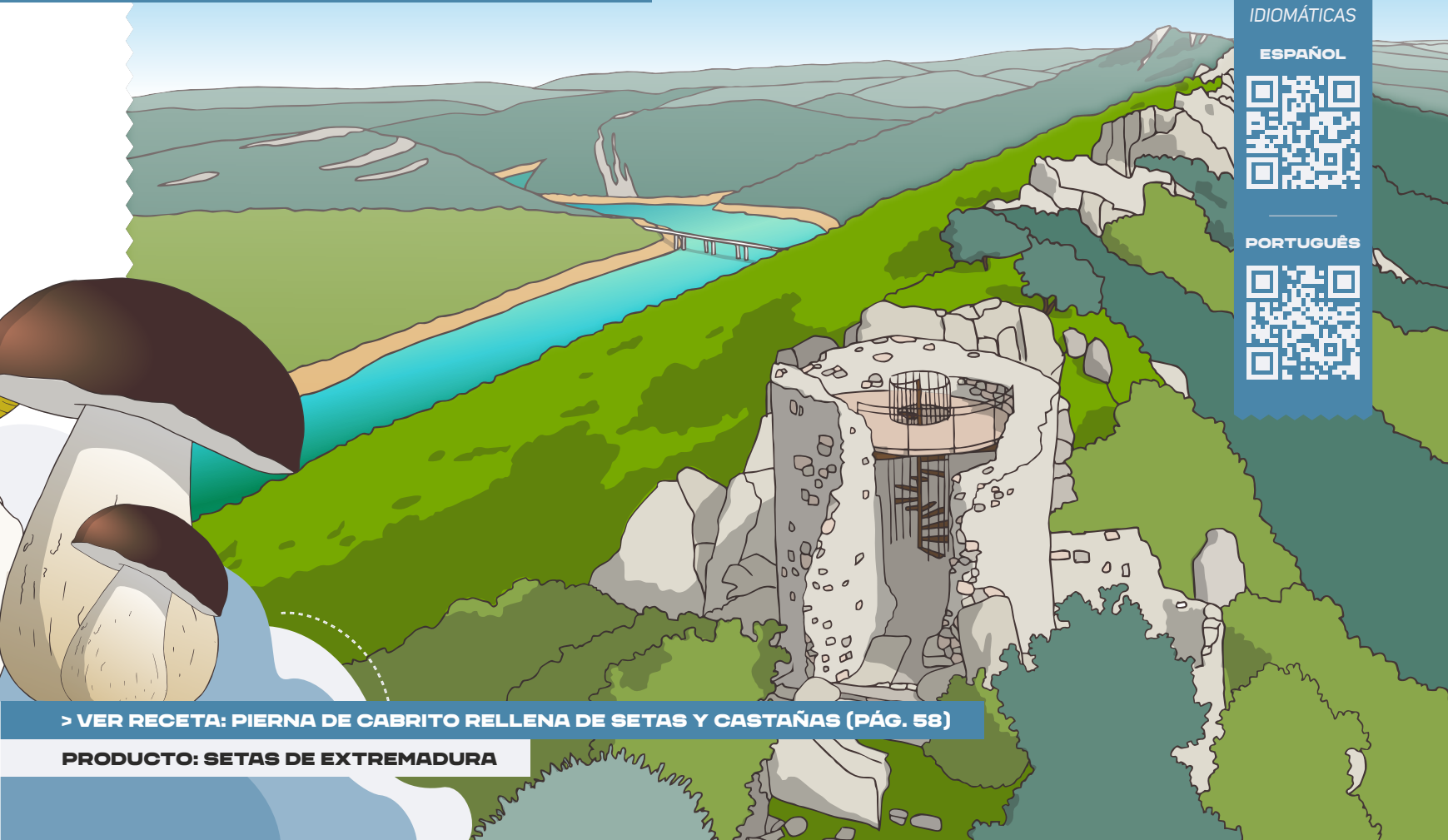
Escrito por:

**SOCIEDAD MICOLÓGICA
EXTREMEÑA**



EL PRODUCTO Y SU PAISAJE:

PARQUE NACIONAL DE MONFRAGÜE (CÁCERES)



> VER RECETA: PIERNA DE CABRITO RELLENA DE SETAS Y CASTAÑAS (PÁG. 58)

PRODUCTO: SETAS DE EXTREMADURA

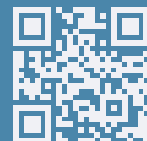
CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS





**GASPACHO À
ALENTEJANA**



HUMMUS

COZIDO DE GRÃO



**CROQUETAS
DE QUESO**



**AÇORDA
ALENTEJANA**

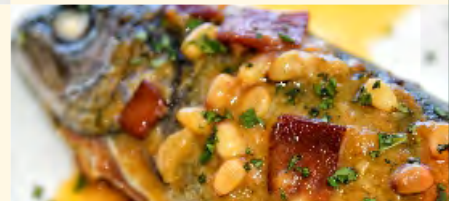


**BACALAO
MONACAL**

SOPA DE CAÇÃO



**TRUCHA AL
ESTILO JERTE**



**ENSOPADO
DE BORREGO**



**PIERNA DE
CABRITO
RELLENA**

**QUEIJADAS
DE REQUESÓN**



FLORETAS





**MIGAS
À ALENTEJANA**



SALMOREJO

**SOPA DE
BELDROEGAS**



**CRUJIENTE DE
BERENJENA**



RECETAS

(RECEITAS)



SERICAIA

**CABEZA
DE XARA**



**BUÑUELOS
DE RABO
DE TORO**



TORRIJAS



GAZPACHO ALENTEJANO
**GASPACHO À
ALENTEJANA**

INGREDIENTES

- Ajo
- Sal
- Aceite
- Vinagre
- Pepino
- Tomate
- Pimiento verde
- Agua
- Pan duro
- Orégano

- Alho
- Sal
- Azeite
- Vinagre
- Pepino
- Tomate
- Pimento verde
- Água
- Pão duro
- Orégãos

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Ajo, sal, aceite, vinagre, pepino, tomate, pimiento verde, agua, pan duro y orégano.

Machacar el ajo en un mortero, junto con la sal, hasta que se convierta en una papilla. Poner en una sopera, añadir el aceite, el vinagre y el orégano. Pelar los tomates, desmenuzarlos y añadirlos a la mezcla. Cortar el pepino y el tomate restante en dados y los pimientos en tiras finas. Mezclar todo y añadir agua fría.

Es costumbre añadir trocitos de pan al final.

Sopa fría hecha con dados de tomate, pepino y pimientos, lavados con agua fría, un chorrito de aceite y otro de vinagre, espolvoreada con orégano. Suele elaborarse y tomarse en verano y es una comida muy refrescante sin necesidad de utilizar la cocina. La receta puede variar según la zona del Alentejo.

Alho, sal, azeite, vinagre, pepino, tomate, pimento verde, água, pão duro, orégãos. Esmagar os alhos num almofariz, juntamente com o sal, até obter uma papa. Pôr numa terrina, juntar o azeite, o vinagre e os orégãos. Pelar os tomates e desfazê-los, e juntar ao preparado. Cortar o pepino e o tomate que resta em cubos, e os pimentos em tiras finas. Juntar tudo e adicionar água gelada. É hábito juntar no final pequenos pedacinhos de pão.

Sopa fria à base de tomate, pepino e pimentos picados, regados com água fresca, um fio de azeite e outro de vinagre, salpicado com orégãos. É geralmente produzido e consumido no verão e constitui uma refeição muito refrescante, sem necessidade de se recorrer ao fogão. A receita pode variar consoante a zona do Alentejo.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)

RECETA: GASPACHO À ALENTEJANA

CATEGORÍA

**ENTRANTES
PETISCOS**

HUMMUS

CON DOP PIMENTÓN DE LA VERA, ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA DOP GATA HURDES Y JAMÓN IBÉRICO DOP DEHESA DE EXTREMADURA

INGREDIENTES

- Garbanzos
- AOVE
- Jamón ibérico
- Pimentón de La Vera
- Ajo y comino
- *Tahíni*
- Caldo de cocido
- Zumo de limón
- Zanahoria
- Pepino y apio

- Grão-de-bico
- AOVE
- Presunto ibérico
- Pimentón de La Vera
- Alho y cominhos
- *Tahíni*
- Caldo do guisado
- Sumo de limão
- Cenoura
- Pepino e aipo

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Haciendo un guiño a nuestros antecesores los árabes, presentamos como aperitivo una crema de garbanzos de Valencia del Ventoso, con crujiente de jamón ibérico y pimentón de la Vera. Para ello, escurrimos bien los garbanzos que echaremos como excedente a un cocido extremeño (con su morcillo, su tocino añejo, su panceta ibérica, su punta de jamón su chorizo y morcilla y su presa, entre otros).

Los colocamos en un recipiente donde posteriormente podamos triturarlos, añadimos un diente de ajo, *tahini*, un poquito de caldo del cocido y zumo de limón. Aromatizar con comino, pimentón de la vera y un chorrito de aceite de oliva virgen extra hasta obtener una textura cremosa.

Para engalanar este plato utilizaremos: escamas de jamón ibérico crujiente, aceite de oliva virgen extra y pimentón de la Vera agrídulce, junto con crudités de zanahoria, pepino y apio.

Em homenagem aos nossos antepassados árabes, apresentamos como entrada um creme de grão-de-bico de Valencia del Ventoso, com presunto ibérico crocante e Pimentón de la Vera. Para o fazer, escorremos bem o grão-de-bico, que deitaremos como excedente a um guisado da Extremadura (com o seu morcillo, o seu toucinho envelhecido, o seu toucinho ibérico, a sua ponta de presunto, o seu chouriço e morcela e a sua hortelã, entre outros),

Colocamo-lo num recipiente onde o poderemos moer mais tarde, juntamos um dente de alho, *tahini*, um pouco do caldo do guisado e sumo de limão. Aromatizamos com cominhos, colorau e um fio de azeite virgem extra até obter uma textura cremosa.

Para decorar este prato, utilizaremos: flocos crocantes de presunto ibérico, azeite virgem extra e paprika agrídouce de la Vera, juntamente com crudités de cenoura, pepino e aipo.

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



CATEGORÍA

**ENTRANTES
PETISCOS**

> VER PRODUCTO: AOVE (PÁG. 16)

RECETA: HUMMUS



INGREDIENTES

- Carne de cerdo
- Pan
- Ajo
- Pimentón
- Manteca de cerdo
- Sal

- Carne de porco
- Pão
- Alho
- Massa de pimentão
- Banha de porco
- Sal

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Plato típico de la región portuguesa del Alentejo con carne de cerdo (lomo, costillas y tocino), pan, ajo, pimentón, manteca de cerdo y sal. Sazonar el cerdo la víspera, untándolo con el ajo machacado y el pimentón. Freír la carne y el tocino en una cazuela de barro vidriado (estrecha por abajo y ancha por arriba) o en una sartén honda, añadiendo un poco de agua para evitar que se quemen. Retirar las carnes a medida que se vayan dorando. La grasa (goteo) resultante de freír las carnes se pasa por un colador.

En un bol, se disponen unas rebanadas de pan, se rocían con un poco de agua hirviendo y se mezcla inmediatamente con una cuchara de madera, aplastándolo. Se sazona con la grasa reservada, batiendo el pan, previamente mezclado y aplastado. Deben estar bien calientes y no empapadas de grasa. Sacudir el bol sobre el fuego, en el fuego enrollaremos las migas hasta formar una tortilla gruesa.

Prato característico do Alentejo com carne de porco (lombo, costelas, entrecosto e toucinho), pão, alho, massa de pimentão, banha de porco e sal. Tempera-se a carne de porco de véspera, barrando com os alhos pisados e a massa de pimentão. Numa tigela de fogo (tigela de barro vidrado, estreita na base e larga em cima) ou frigideira funda levam-se a fritar as carnes e o toucinho, juntando um pouco de água para não deixar queimar. Retiram-se as carnes à medida que forem alourando. A gordura (pingo) resultante da fritura das carnes é passada por um passador.

Deita-se o pão cortado em fatias na tigela, rega-se com um pouco de água a ferver e bate-se imediatamente com uma colher de pau, esmagando-o. Tempera-se com o pingo necessário, batendo as migas. Estas devem ficar bem temperadas, mas não encharcadas de gordura.

Sacode-se a tigela sobre o lume, enrolando as migas numa omeleta grossa.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)**

RECETA: MIGAS À ALENTEJANA

CATEGORÍA

**ENTRANTES
PETISCOS**

SALMOREJO

CON DOP PIMENTÓN DE LA VERA, ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA DOP MONTEIRRUBIO Y JAMÓN IBÉRICO
DOP DEHESA DE EXTREMADURA

INGREDIENTES

- Tomates
- Ajo
- Pan
- AOVE
- Pimentón de La Vera
- Jamón ibérico

- Tomates
- Alho
- Pão
- AOVE
- Pimentão de La Vera
- Presunto ibérico

PLATO REALIZADO:

*Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Desde hace cinco siglos, el tomate, protagonista principal del salmorejo, ha estado presente en la dieta de los hogares extremeños, más si cabe en su época de producción natural: el verano.

Este ingrediente, que fue traído por Cristóbal Colón a Guadalupe, para agasajar a los Reyes Católicos, hoy cuenta con una importante presencia en las huertas extremeñas de regadío, fundamentalmente en las del Alagón y las de las Vegas Bajas del Guadiana, ofreciendo a una localidad como Miajadas, el título de Capital del Tomate de Extremadura

Este sencillo plato requiere de pocas destrezas, ya que bastará con tener una batidora para triturar el tomate, los dientes de ajo de Aceuchal y un poco de la miga del pan de fermentación lenta de "panadería de la Oliva". Todo ello emulsionado con un AOVE de carrasqueña de Monterrubio y guarnecido por pimentón dulce y jamón ibérico.

Há cinco séculos que o tomate, ingrediente principal do salmorejo, está presente na alimentação das famílias extremenhas, sobretudo na sua época natural de produção, o Verão.

Este ingrediente, que foi levado por Cristóvão Colombo a Guadalupe, como presente para os Reis Católicos, tem actualmente uma presença importante nas hortas de regadio da Extremadura, principalmente no Alagón e nas Vegas Bajas del Guadiana, oferecendo uma povoação como Miajadas,

Este prato simples requer pouca habilidade, pois basta um liquidificador para triturar o tomate, os dentes de alho de Aceuchal e algumas migalhas do pão de fermentação lenta da "panadería de la Oliva". Tudo isto emulsionado com um azeite virgem extra de carrasqueña de Monterrubio e guarnecido com pimentão doce e presunto ibérico.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: AOVE (PÁG. 16)

RECETA: SALMOREJO

CATEGORÍA

**ENTRANTES
PETISCOS**

COCIDO DE GARBANZOS COZIDO DE GRÃO

INGREDIENTES

- Productos del cerdo ibérico
- Garbanzos
- Judías verdes
- Cebolla y tomates
- Ajo y laurel
- Zanahoria y patatas
- Calabaza y pan
- Menta, pan y sal

- Productos del cerdo ibérico
- Grão-de-bico
- Feijão-verde
- Cebola e tomates
- Alho e louro
- Cenoura e batata
- Abóbora e pão
- Hortelã, pão e sal

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

La víspera, se ponen los garbanzos en remojo con agua y se sala la carne: embutidos (farinheira, salchichas, morcilla), pata de cerdo, chispe, oreja, huesos, carne de cerdo (o cordero), carrillada de cerdo, lengua, garbanzos, judías verdes, cebolla, tomate, ajo, laurel, zanahoria, patata, calabaza, pan, menta y sal.

Al día siguiente, la carne se cuece con agua y hierba buena. Los embutidos se cuecen aparte. Con el agua de cocer la carne, se hace un "picadinho" con cebolla, tomate, ajo y laurel. Se corta la calabaza, la patata, las judías verdes y la zanahoria en trozos pequeños. Dejar cocer a fuego lento, añadir todo y dejar cocer bien. Se sirve el caldo sobre sopas finas de pan y hojas de hierba buena, la carne se sirve en un recipiente aparte.

El pan mojado en el caldo desempeña un papel importante en la receta. Existen diversas variantes de este plato según las regiones del Alentejo. Aunque el cozido de grão se elabora con carne de cerdo, también puede hacerse con cordero y ternera.

De véspera, põe-se de molho o grão em água e salgam-se as carnes Enchidos (farinheira, linguiças, morcela); pé de porco, chispe, orelha, ossos, carne de porco (ou borrego), beíço de porco, língua, grão-de-bico, feijão-verde, cebola, tomate, alho, louro, cenoura, batata, abóbora, pão, hortelã e sal. No dia seguinte, as carnes vão a cozer com água e hortelã. Os enchidos são cozidos à parte. Com a água de cozer as carnes faz-se 'um picadinho' com cebola, tomate, alho e louro. Corta-se a abóbora, batata, feijão-verde e cenoura aos bocadinhos. Deixa-se apurar, junta-se tudo e deixa-se cozer bem. Serve-se o caldo sobre sopas de pão fininhas e folhas de hortelã e as carnes servem-se em recipiente à parte.

O pão ensoado no caldo tem um papel preponderante na receita. Existem diversas variações deste prato consoante as regiões do Alentejo. Embora o Cozido de Grão seja confeccionado à base de carne de porco, também se pode confeccionar com carne de borrego e vitela.

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)

RECETA: COZIDO DE GRÃO

CATEGORÍA

PRIMEROS
PRIMEIRO

CROQUETES DE QUEIJO

CROQUETAS DE QUESO

CON DOP ACEHÚCHE CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y MIEL DOP VILLUERCAS IBORES

INGREDIENTES

- Queso DOP Acehúche
- AOVE
- Cebolla
- Miel DOP Villuercas Ibores
- Pan candeal
- Harina de trigo
- Sal

- Queijo DOP de Acehuche
- AOVE
- Cebola
- Mel DOP Villuercas Ibores
- Pão
- Farinha de trigo
- Sal

PLATO REALIZADO:

*Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Las croquetas, son utilizadas de manera generalizada como recurso de aprovechamiento de multitud de recetas tradicionales, ya que le dan una segunda vida a elaboraciones del día a día. En esta ocasión buscamos ensalzar y poner en valor como protagonista al queso DOP Acehúche.

Estas croquetas están soportadas a partir de una salsa madre, la salsa bechamel, complementada con la cebolla confitada con miel de la DOP Villuercas Ibores.

El desenlace vendrá marcado por la adición de unos dados de queso DOP de Acehúche, que serán incorporados cuando descienda la temperatura de los componentes anteriores.

Una vez reposada la masa, bolear (formar) y empanar pasando por huevo y pan candeal rallado de Talaván.

Por último, sumergir en aceite muy caliente, para dorar exteriormente y conseguir que los dados de queso queden fundentes en el interior.

Os croquetes são muito utilizados como recurso para valorizar uma infinidade de receitas tradicionais, pois dão uma segunda vida aos pratos do quotidiano. Nesta ocasião, procuramos exaltar e destacar o valor do queijo DOP de Acehuche como protagonista.

Estes croquetes têm como base um molho mãe, o molho bechamel, complementado com cebola confitada com mel DOP Villuercas Ibores.

O final é marcado pela adição de cubos de queijo DOP Acehuche, que serão adicionados quando a temperatura dos componentes anteriores baixar.

Depois de a massa ter repousado, enrola-se (forma) e passa-se por pão ralado com ovo e pão ralado de Talaván.

Por fim, mergulhar em azeite, bem quente para dourar o exterior e fazer derreter os cubos de queijo no interior.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: DOP QUESO DE ACEHÚCHE (PÁG. 12)**

RECETA: CROQUETAS DE QUESO

CATEGORÍA

**PRIMEROS
PRIMEIRO**

SOPA DE VERDOLAGA
**SOPA DE
BELDROEGAS**

INGREDIENTES

- Verdolaga
- Huevos
- Patatas
- Queso fresco
- Ajo y cebolla
- Aceite de oliva
- Pan
- Sal

- Beldroegas
- Ovos
- Batatas
- Queijinhos frescos
- Alhos e cebola
- Azeite
- Pão
- Sal

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Las verdolaga son un producto de recolección, nacido espontáneamente en las huertas y que constituía un recurso alimenticio para las familias pobres.

Verdolaga, huevos, patatas, queso fresco, ajo, cebolla, aceite de oliva, pan y sal. La verdolaga se prepara utilizando sólo las hojas. Se corta la cebolla en juliana y se pocha en aceite de oliva. Añadir las hojas de verdolaga lavadas y rehogar muy bien, removiendo con una cuchara de madera. Introducir en una olla con agua y llevar a ebullición. Desprender los dientes de la cabeza de ajo y añadirla entera (sin pelar) al caldo hirviendo. Añadir las patatas cortadas en rodajas gruesas. Sazonar la sopa con sal y dejar cocer. A la hora de servir, añadir los huevos, uno a uno, y dejar que se pochen. Por último, añade el queso cortado en cuartos. Coloca las rodajas de pan en una sopera y vierte el caldo por encima. Servir las patatas, los huevos, las verdolagas y los quesos por separado.

As beldroegas são um produto de recolção, nascem espontaneamente nas hortas e constituíam um recurso alimentício para as famílias carenciadas.

Beldroegas, ovos, batatas, queijinhos frescos, cabeça de alhos, cebola, azeite, pão e sal. Preparam-se as beldroegas aproveitando apenas as folhas. Cortam-se as cebolas às rodela e alouram-se com o azeite. Juntam-se as folhas de beldroegas lavadas e deixam-se refogar muito bem, mexendo com uma colher de pau. Regam-se com água e deixa-se levantar fervura. Retiram-se as peles brancas à cabeça de alhos, que se introduz inteira (sem retirar a pele roxa de cada dente de alho) no caldo a ferver. Juntam-se ainda as batatas cortadas às rodela grossas. Tempera-se a sopa de sal e deixa-se cozer.

Na altura de servir, introduzem-se no caldo os ovos, um a um, e deixam-se escalfar. Por fim metem-se na panela os queijinhos cortados aos quartos. Coloca-se o pão cortado às fatias numa terrina e rega-se com o caldo. À parte servem-se as batatas, os ovos, as beldroegas e os queijinhos.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)**

RECETA: SOPA DE BELDROEGAS

CATEGORÍA

**PRIMOS
PRIMEIRO**

CRUJIENTES DE ESPALDILLA

DE VACA DE EXTREMADURA I.G.P. CON
BERENJENA, MIEL VILLUERCAS IBORES DOP
Y QUESO IBORES DOP

INGREDIENTES

- Berenjenas
- Pieza del cuarto delantero de vaca
- Leche de cabra
- Cebollas
- DOP Miel Villuercas Ibores
- DOP Queso Ibores
- Oblea de arroz

- Beringelas
- Peça do quarto dianteiro da vaca
- Leite de cabra
- Cebolas
- DOP Mel Villuercas Ibores
- DOP Queijo Ibores
- Bolacha de arroz

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Para la obtención de este texturizado plato, localizado por la identidad de sus ingredientes en la zona noreste de Extremadura, debemos reunir en un maridaje perfecto hortalizas, lácteos y una singular pieza del cuarto delantero de la vaca.

Con paciencia y fuego lento, asaremos berenjenas y cebollas, sin que estas cojan color, pero garantizando su cocción, pelaremos y picaremos hasta obtener un calibre casi imperceptible para nuestro paladar.

Con la picada anterior y lardones de tan especial pieza de vacuno I.G.P. Vaca de Extremadura realizaremos un salteado que mojaremos con leche de cabra y Queso Ibores DOP.

Para finalizar, conjugaremos todos los ingredientes sobre un molde fondeado con una oblea fina de arroz que someteremos a una elevada temperatura con el objetivo de que exteriormente adquiera textura crujiente e interior fino, jugoso y ligeramente endulzado gracias a la miel Villuercas Ibores DOP.

Para obter este prato texturado, situado na zona nordeste da Extremadura, juntamos legumes, lácteos e uma peça única do quarto dianteiro da vaca numa combinação perfeita.

Com paciência e em lume brando, assamos as beringelas e as cebolas, sem deixar que ganhem cor, mas assegurando que estão cozinhadas, descascamo-las e cortamo-las num tamanho quase imperceptível ao paladar.

Com o picado anterior e o lardeado de uma peça tão especial de carne de Vaca da Extremadura I.G.P., faremos um salteado que mergulharemos em leite de cabra e Queijo Ibores DOP. Para finalizar, juntaremos todos os ingredientes numa forma coberta com uma fina bolacha de arroz que submeteremos a uma temperatura elevada para que adquira uma textura estaladiça no exterior e um interior fino e succulento, ligeiramente adoçado graças ao Mel Villuercas Ibores DOP.

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: DOP QUESO (PÁG. 12)

RECETA: CRUJIENTES DE ESPALDILLA DE VACA

CATEGORÍA

PRIMEROS
PRIMEIRO

AÇORDA ALENTEJANA
AÇORDA
ALENTEJANA

INGREDIENTES

- Puede servirse con pescado fresco, bacalao o huevos
- Pan de trigo
- Huevos
- Aceite de oliva
- Ajo y sal
- Cilantro o poleo

- E pode servir-se com peixe fresco bacalhau ou ovo
- Pão de trigo
- Ovos
- Azeite de oliva
- Alho e sal
- Coentros ou poejos

PLATO REALIZADO:

Escola de Hotelaria e Turismo de Portalegre

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Es un plato típico del Alentejo. La açorda es una sopa que se acaba de escaldar. Siempre es un caldo caliente y claro, aromatizado con cilantro o poleo, o ambos.

El ajo se machaca con sal gorda y se aliña con aceite de oliva. Para darle consistencia, rebanadas o trozos de pan de trigo, preferiblemente casero y duro. En un mortero se machacan los ajos con el cilantro o el poleo y la sal gorda.

Poner agua al fuego, con un poco de sal, y cuando hierva, echar con cuidado los huevos para que no se deshagan y dejarlos pochar de 3 a 5 minutos.

Echar el cilantro o el poleo machacado y el ajo en una sopera o cuenco hondo. Añadir el aceite de oliva y, a continuación, mezclar con el agua en la que se han escalfado los huevos, aún hirviendo, y esparcir por encima las rebanadas de pan alentejano. La açorda puede variar según la zona del Alentejo y puede servirse con pescado fresco (hervido o frito), bacalao o huevos (escalfados o cocidos).

Prato característico do Alentejo. A açorda é uma sopa que é apenas escaldada. É sempre um caldo quente e transparente, aromatizado com coentros ou poejos, ou os dois. Alhos pisados com sal grosso e condimentado com azeite. Dão-lhe consistência fatias ou bocados de pão de trigo, de preferência caseiro e duro. Esmagam-se os alhos com os coentros ou poejos e o sal grosso num almofariz.

Coloca-se a água ao lume, com um pouco de sal, até ferver. Quando começar a ferver, deitam-se os ovos com muito cuidado, para não se desmancharem, e deixam-se escalfar durante 3 a 5 minutos.

Deitam-se os coentros ou os poejos e alhos esmagados numa terrina ou tigela funda. Junta-se o azeite, e de seguida, mistura-se a água onde os ovos foram escalfados, ainda a ferver, e regam-se as fatias de pão alentejano. A açorda pode variar consoante a zona do Alentejo e pode servir-se com peixe fresco (cozido ou frito), bacalhau ou ovo (escalfado ou cozido).

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)

RECETA: AÇORDA ALENTEJANA

CATEGORÍA

PESCADOS
PEIXES

BACALAO MONACAL (DE ALCÁNTARA)

INGREDIENTES

- Bacalao
- AOVE
- Patatas
- Aceite de oliva
- Espinacas
- Huevo
- Ajos y sal

- Bacalhau
- AOVE
- Batatas
- Azeite de oliva
- Espinafre
- Ovos
- Alhos e sal

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

El convento de San Benito de Alcántara acogió a una de las órdenes más prolíficas en la creación de manuscritos gastronómicos. Podemos decir que una parte importante del recetario tradicional se germinó por la orden residente en tan especial convento.

Los pescados en salazón, por su conservación, son los que tradicionalmente han sido más consumidos en las zonas de interior. Concretamente el bacalao forma parte de varios platos del recetario tradicional extremeño.

Para la elaboración de tan succulenta receta pocharemos en gran cantidad de aceite de oliva unas gruesas rodajas de patata y un generoso lomo de bacalao.

Con unas hojas de espinaca y un diente de ajo picado saltearemos un soporte que dispondremos sobre el lomo de bacalao y que soportaremos sobre un zócalo de patata. Para terminar, cubriremos con unas rodajas de huevo duro y mojaremos con un *fumet* reducido del propio bacalao.

O convento de San Benito de Alcántara foi sede de uma das ordens mais prolíficas na criação de manuscritos gastronómicos. Podemos dizer que uma parte importante do livro de receitas tradicionais foi germinada pela ordem que residia num convento tão especial.

O peixe salgado, devido à sua conservação, é tradicionalmente o mais consumido nas regiões do interior. O bacalhau, em particular, faz parte de vários pratos tradicionais da Extremadura.

Para preparar esta succulenta receita, vamos escalfar umas grossas rodelas de batata e um generoso lombo de bacalhau numa grande quantidade de azeite, saltear umas folhas de espinafres e um dente de alho picado num suporte que colocaremos sobre o lombo de bacalhau e apoiá-lo-emos numa base de batata.

Cobri-lo com umas rodelas de ovo cozido e humedecê-lo com um fumet reduzido do próprio bacalhau.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: DOP ACEITE VILLUERCA IBORES JARA (PÁG. 16)**

RECETA: BACALAO MONACAL

CATEGORÍA

PESCADOS

PEIXES

SOPA DE CAZÓN
SOPA DE
CAÇÃO

INGREDIENTES

- Cazón
- AOVE
- Pan de trigo
- Agua
- Vinagre y ajo
- Laurel y sal
- Cilantro o poleo

- Cação
- AOVE
- Pão de trigo
- Água
- Vinagre e alho
- Louro e sal
- Coentros ou poejos

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Plato típico del Alentejo a base de cazón, pan y hierbas aromáticas, como cilantro o poleo.

Para ablandar las espinas y preservar sus principales cualidades, el pescado se remoja en agua, vinagre, sal y laurel durante 2 horas. Se sofríe el cilantro y el ajo picado en aceite de oliva. Se añade el agua necesaria poco a poco. Se sazona con sal y se añade el cazón. Dejar cocer.

Con la sopa aun hirviendo, añadir harina disuelta en vinagre. También se puede añadir pimentón. Dejar cocer, hasta que la harina no sepa a crudo.

Cortar el pan en rebanadas finas y colocarlas planas en una soper. Rociar con el caldo y colocar el pescado encima.

Prato característico do Alentejo constituído por cação, pão e ervas aromáticas, como o coentro ou o poejo.

O cação permanece numa marinada de vinagre cerca de 2 horas, para amaciar as espinhas e conservar as principais qualidades do cação. Põe-se o peixe de molho em água, vinagre, sal e louro durante 2 horas. Refogam-se no azeite, os coentros e o alho picado. Adiciona-se depois a pouco e pouco a água necessária. Tempera-se de sal e introduz-se o cação. Deixa-se cozer.

Adiciona-se depois à sopa, vinagre onde se desfez a farinha. Pode também juntar-se colorau. Deixa-se ferver até que a farinha não saiba a cru.

Corta-se o pão às fatias finas, que se colocam bem acamadas numa terrina. Regam-se com o caldo e por cima dispõe-se o peixe.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)**

RECETA: SOPA DE CAÇÃO

CATEGORÍA

PESCADOS

PEIXES

TRUCHAS AL
ESTILO JERTE

INGREDIENTES

- Trucha del Jerte
- AOVE
- Jamón ibérico
- Piñones
- Ajos
- Pimentón de La Vera
- Zumo de limón

- Truta à Jerte
- AOVE
- Presunto ibérico
- Pinhões
- Alhos
- Pimentón de La Vera
- Sumo de um limão

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Este fantástico pescado de agua dulce tiene un hábitat natural increíble en el norte de la provincia de Cáceres, en Gredos, Jerte y La Vera principalmente. Este salmónido autóctono requiere de aguas limpias, oxigenadas y rápidas. Su mejor época de consumo se da cuando se empiezan a calentar las aguas, concretamente en los meses de mayo y junio.

Esta singular receta nace en el valle del Jerte con motivo de la pesca de su ingrediente principal y fusiona agua y tierra. Aunque con ciertas similitudes con recetas tradicionales con nombre propio, como la *meuniere*, las singularidades de este plato saltan a la vista gracias a sus ingredientes de kilómetro cero.

Para su elaboración freiremos las truchas enharinadas, "preñadas" con láminas de ajo de Aceuchal y lardones de jamón ibérico DOP Dehesa de Extremadura, antes de retirar, introduciremos en la fritura unos piñones.

Inmediatamente después sacaremos de la fritura, y regaremos con el zumo de un limón y Pimentón de la Vera agrídulce DOP.

Este fantástico peixe de água doce, tem um habitat natural incrível no norte da província de Cáceres, principalmente em Gredos, Jerte ou La Vera. Este salmonídeo autóctone necessita de águas limpas, oxigenadas e de caudal rápido. É melhor consumi-lo quando as águas começam a aquecer, mais concretamente em Maio e Junho.

Esta receita única nasceu no vale do Jerte quando o seu ingrediente principal é pescado e misturando a água e a terra. Embora tenha algumas semelhanças com receitas tradicionais com nome próprio, como a "meuniere", as singularidades deste prato são evidentes graças aos seus ingredientes zero quilómetros.

Para o preparar, fritam-se as trutas enfarinhada, "prenhes" com rodela de alho de Aceuchal e tiras de presunto ibérico DOP Dehesa de Extremadura e, antes de as retirar, juntam-se alguns pinhões à mistura frita.

Inmediatamente depois, retirar da fritura, regar com o sumo de um limão e o Pimentón de la Vera agrídoce DOP.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: DOP ACEITE VILLUERCA IBORES JARA (PÁG. 16)

RECETA: TRUTA À JERTE

CATEGORÍA

PESCADOS
PEIXES

ESTOFADO DE CORDERO ENSOPADO DE BORREGO

INGREDIENTES

- Cordero
- Cebolla y ajo
- Tomate y perejil
- Laurel y pimienta
- Sal y pimienta
- AOVE y vino blanco
- Vinagre, pan y patatas

- Borrego
- Cebola e alho
- Tomate e salsa
- Louro e pimenta
- Sal e pimentão-doce
- AOVE e vinho branco
- Vinagre, pão e batata

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Cordero, cebolla, ajo, tomate, perejil, laurel, pimienta, sal gorda, pimentón, aceite de oliva, vino blanco, vinagre, pan y patatas.

Cortar la carne en trozos, sazonar con sal, ajo machacado o picado, laurel, pimentón, pimienta y vino y dejar marinar durante al menos tres horas.

Añadir el aceite de oliva y dorar la carne en una sartén, añadir la cebolla picada y sofreír.

Añadir el adobo y los tomates picados finamente y sofreír. Cuando la carne esté hecha, añadir el vinagre y rectificar la sazón. Servir sobre rebanadas de pan duro tostado o frito y acompañar con patatas cocidas.

Existen diversas variantes de este plato, según las regiones del Alentejo.

Borrego, cebola, alho, tomate, salsa, folha de louro, pimenta, sal grosso, pimentão-doce, azeite, vinho branco, vinagre, pão e batata.

Corta-se a carne aos pedaços, tempera-se com sal, alho esmagado ou picado, louro, pimentão, pimenta e vinho e deixa-se marinar, pelo menos três horas.

Num tacho, deita-se o azeite e aloura-se a carne, junta-se a cebola picada e refoga-se, acrescenta-se a marinada e o tomate migado muito miudinho e refoga-se.

Quando a carne estiver cozida, junta-se o vinagre e retificam-se os temperos. Serve-se sobre fatias de pão duro, torrado ou frito e acompanha com as batatas cozidas.

Existem diversas variações deste prato, consoante as regiões do Alentejo.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: IGP BORREGO DO NORDESTE ALENTEJANO (PÁG. 22)**

RECETA: ENSOPADO DE BORREGO

CATEGORÍA

**CARNES
CARNES**

PERNA DE CABRITO
**PIERNA
DE CABRITO**

RELLENA DE SETAS, CASTAÑAS Y FRUTOS SECOS

INGREDIENTES

- Pierna de cabrito
- Setas
- Castañas
- Ajo
- Cebollas
- Nueces

- Perna de cabrito
- Cogumelos
- Castanhas
- Alho
- Cebola
- Nozes

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Es conveniente, aprovechando las pautas de calidad de la I.G.P. Cabrito de Extremadura, que elijamos un cabrito no lechal para poder aportar la identidad de la carne: tierna, suave y de gran jugosidad y textura.

Con gran habilidad deshuesaremos la "pata" para obtener un músculo limpio y óptimo para la realización de esta técnica de cocinado. Con su hueso infusionado, obtendremos un agua perfumada que nos ayudará en todos los procesos del asado.

Para tan exquisita receta realizaremos una *duxelle* con aires del Ambroz, combinando setas del "Otoño mágico" con castañas y sobre un sofrito de ajo, cebollas y nueces.

Para hidratar tan exquisito relleno nada mejor que un cencibel de la DOP Ribera del Guadiana junto con su propia infusión hasta evaporar totalmente.

Por último, rellenar, atar y asar, hasta dorar, sin dejar de mojar hasta poder probar.

É aconselhável, aproveitando as directrizes de qualidade do I.G.P. Cabrito de Extremadura, escolher um cabrito que não esteja a mamar para proporcionar a identidade da carne: tenra, macia e com grande suculência e textura.

Com grande habilidade, desossamos a "perna" para obter um músculo limpo e óptimo para esta técnica culinária. Com o seu osso infundido, obteremos uma água perfumada, que nos ajudará em todos os processos de assadura. Para uma receita tão requintada, faremos uma *duxelle* com um toque de Ambroz, combinando cogumelos do "Outono Mágico" com castanhas e um salteado de alho, cebola e nozes.

Para hidratar um recheio tão requintado, nada melhor do que um cencibel da Ribera del Guadiana DOP com a sua própria infusão até evaporar completamente. Finalmente, rechear, atar e grelhar até ficarem dourados, sem parar de mergulhar até poder saborear.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: IGP CABRITO DE EXTREMADURA (PÁG. 20)

RECETA: PIERNA DE CABRITO RELLENA

CATEGORÍA

**CARNES
CARNES**

CABEZA DE XARA
**CABEÇA
DE XARA**

INGREDIENTES

- Cabeza de xara
- Cebolla
- Pimienta
- Perejil
- Ajo
- Vinagre
- Vino
- Agua

- Cabeça de Xara
- Cebola
- Pimenta
- Salsa
- Alho
- Vinagre
- Vinho
- Água

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Salari la cabeza, bien limpia y flameada, y dejar reposar durante 2 días. Limpiarla y cortarla en trozos. Cocer sazónada con cebolla picada, ajo, pimienta, perejil y otras hierbas aromáticas y cubierta con vinagre, vino y agua, hasta que la carne se separe de los huesos. Retirar todos los huesos y cortar la careta en trozos muy pequeños. Volver a poner la careta en ebullición en el caldo durante algún tiempo. Sacar a un paño blanco y atar con hilo de bridar. Colocar un peso sobre la carne y dejar reposar durante al menos 24 horas.

Salga-se a cabeça, bem limpa e raspada, e deixa-se a repousar durante 2 dias.

Limpa-se do sal e corta-se aos bocados. Coze-se temperada com cebola cortada, alho, pimenta, salsa e outras ervas aromáticas e coberta de vinagre, vinho e água, até a carne se separar dos ossos. Retiram-se todos os ossos e corta-se a carne e as cartilagens em bocados muito pequenos.

Leva-se de novo ao lume, dentro do caldo, durante algum tempo. Retira-se para um pano branco que se ata com um fio. Coloca-se um peso sobre carne apertada no pano e deixa-se repousar durante, pelo menos, 24h.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)**

RECETA: CABEÇA DE XARA

CATEGORÍA

**CARNES
CARNES**

BOLINHOS DE RABO DE BOI BUÑUELOS DE RABO DE TORO

INGREDIENTES

- Rabo de toro
- Sal
- Pimienta
- Verduras
- Ajo y romero
- Miel "jurdana"
- Queso de Acehúche

- Rabo de boi
- Sal
- Pimienta
- Legumes
- Alho e alecrim
- Mel "jurdana"
- Queijo de Acehúche

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Este clásico continente será el encargado de acoger a tan preciado manjar proveniente del guiso más preciado del toro.

Para elaborar tan succulenta receta, comenzaremos por dibujar al actor secundario del festejo taurino más conocido a nivel internacional. Esta obra de arte se realizará con pinturas alimentarias, que hagan posible su consumo y maridaje con el resto de la receta. A continuación, marcando el rabo previamente salpimentado, en un caldero, donde dejará su esencia y compartirá viaje con un amplio *bouquet* de verduras, perfumadas una vez pochadas por destilados y fermentados procedentes de la uva y un majado de ajos y romero.

Tras una espera paciente y lenta, terminaremos con un guifío dulce, con nombre de miel "jurdana". Para emplatar, Queso de Acehúche DOP que imite el albero y, sobre él, el buñuelo con el deshuesado rabo y el jugo triturado de las verduras.

Este continente clássico encarregar-se-á de acolher tão preciosa iguaría do mais apreciado cozido do touro.

Para preparar uma receita tão succulenta, começaremos por desenhar o actor secundário da festa tauromáquica mais conhecida internacionalmente. Esta obra de arte será feita com tintas alimentares, o que permitirá comê-la e emparelhá-la com o resto da receita.

De seguida, o rabo, previamente temperado com sal e pimenta, é colocado num caldeirão, onde deixará a sua essência e partilhará a viagem com um vasto ramo de legumes, perfumados uma vez escalfados com destilados e fermentados de uva e um puré de alho e alecrim. Depois de uma espera lenta e paciente, terminamos com uma piscada doce, que leva o nome de mel "jurdana". Para servir, Queijo de Acehúche DOP a imitar o albero e, por cima, o frito com o rabo desossado e o sumo triturado legumes.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: TORO DE LIDIA (PÁG. 24)**

RECETA: BUÑUELOS DE RABO DE TORO

CATEGORÍA

**CARNES
CARNES**

QUEIJADAS DE REQUEIJÃO

INGREDIENTES

- Harina
- Huevos
- Mantequilla
- Manteca de cerdo
- Requesón
- Azúcar
- Queso fresco de oveja (opcional)

- Farinha
- Ovos
- Manteiga
- Banha
- Requeijão
- Açúcar
- Queijo de ovelha fresco (opcional)

PLATO REALIZADO:

Escola de Hotelaria e Turismo de Portalegre

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Tartas formadas por una masa muy fina hecha con harina, huevo, mantequilla y manteca de cerdo, rellena de pasta dulce hecha con requesón, huevos, azúcar, mantequilla y harina.

Las formas son redondas, generalmente estriadas, y tienen un diámetro de unos 7 cm y una altura de 3 cm. El requesón es un producto fresco, difícil de conservar y se consume desde hace siglos como alimento básico de la población.

En el Alentejo, región rica en dulces conventuales, comenzó a utilizarse en recetas de repostería tradicional para aprovechar este producto estacional y fácilmente perecedero, siendo un ejemplo típico las *queijadas*. En esta región, el requesón se escurre dentro de un paño blanco atado por los extremos, quedando en forma de bola, muy compacto. El bajo contenido en agua es el responsable del aspecto y sabor del relleno de esta tarta que, en algunas zonas, se elabora con queso fresco de oveja (también un producto muy desuerado).

Se han encontrado referencias a las *queijadas* en una receta del convento de Santa Clara de Moura y también aparecen en la receta de S. João da Penitência (extinguida el 31 de mayo de 1787, con la muerte de la última abadesa).

Bolos constituídos por uma caixa de massa muito fina, feita com farinha, ovo, manteiga e banha, cheias de pasta doce fabricada com requeijão, ovos, açúcar, manteiga e farinha. As formas são redondas, geralmente caneladas, e têm um diâmetro de cerca de 7 cm e uma altura de 3 cm. O requeijão é um produto fresco, de difícil conservação, tendo sido consumido durante séculos como base de alimentação das populações.

No Alentejo, região pródiga em doces conventuais, começou a ser utilizado em receitas da doçaria tradicional para aproveitamento deste produto sazonal e facilmente perecível, sendo disso exemplo típico as «queijadas». Nesta região, o requeijão é escorrido dentro de um pano branco atado pelas pontas, ficando com a forma de bola e muito compacto. Do baixo teor de água provém o aspeto e o sabor do recheio deste bolo que, em certas zonas, é fabricado com queijo de ovelha fresco (produto também muito escorrido). Foram encontradas referências a queijadas num receituário do Convento de Santa Clara de Moura e constam também no receituário de S. João da Penitência (extinto em 31 de maio de 1787, com a morte da última abadessa).



RECETA: QUEIJADAS DE REQUEIJÃO

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



CATEGORÍA

**POSTRES
SOBREMESA**

FLORETAS

CON ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA
DOP VILLUERCAS, IBORES, JARA Y MIEL

INGREDIENTES

- Harina
- Una pizca de sal
- Leche
- Huevos
- AOVE
- Azúcar

- Farinha
- Uma pitada de sal
- Leite
- Ovos
- AOVE
- Açúcar

PLATO REALIZADO:

*Escuela Superior de Hostelería
y Agroturismo de Extremadura*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Para tan especial dulce es imprescindible la utilización de su singular molde, este que en ocasiones se convierte en una herencia de abuelas a madres y de madres a hijos. Molde que en ocasiones encontramos envuelto en periódicos engrasados para evitar que se peguen en su fritura.

Al igual que el molde, es habitual que esta receta se transfiera familiarmente, ya que cantidades, ingredientes y tamaños, van asociadas a costumbres poblacionales o familiares.

Para elaborar hay que mezclar enérgicamente: harina, una pizca de sal, leche y huevos. Tras un reposo paciente de al menos 30 minutos y una densidad semilíquida, con abundante aceite de manzanilla cacereña realizaremos la fritura siguiendo estas indicaciones: Introducimos el molde en el aceite caliente.

Escurremos e introducimos en el recipiente con la masa, sin sumergirlo del todo y páselo rápidamente a la sartén. Al freírse, la masa se despega del molde.

Por último, endulzar y a disfrutar.

Para um doce tão especial, é imprescindível utilizar a sua forma única, que por vezes se torna uma herança das avós para as mães e das mães para os filhos. A forma é por vezes embrulhada em jornais untados para evitar que se pegue à fritura.

Tal como acontece com a forma, é comum que esta receita seja transmitida pela família, uma vez que as quantidades, os ingredientes e os tamanhos estão associados aos costumes da população ou da família.

Para fazer a massa, é necessário misturar vigorosamente a farinha, uma pitada de sal, o leite e os ovos. Após um repouso paciente de pelo menos 30 minutos e uma densidade semi-líquida. Com bastante azeite de “manzanilla cacereña”, fritar de acordo com estas instruções: Colocar a forma no azeite quente.

Escorrer e colocar na frigideira com a massa, sem a mergulhar completamente, e transferir rapidamente para a frigideira. Ao fritar, a massa descola-se da forma. Por fim, adoçar e saborear.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: DOP ACEITE VILLUERCA IBORES JARA (PÁG. 16)**

RECETA: FLORETAS

CATEGORÍA

**POSTRES
SOBREMESA**

SERICAIA

(SIRICAIA. SERICÁ. CERICÁ)

INGREDIENTES

- Harina
- Huevos
- Canela
- Limón
- Leche
- Azúcar
- Ciruelas (opcional)

- Farinha
- Ovos
- Canela
- Limão
- Leite
- Açúcar
- Ameixas (opcional)

PLATO REALIZADO:

*Escola de Hotelaria e Turismo
de Portalegre*

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

D. Constantino de Bragança, que gobernó la India en el siglo XVI, trajo de Oriente la receta de este dulce. Tradicionalmente se cocía en platos de hojalata, que aún se pueden encontrar en las antiguas casas solariegas.

Hoy en día se han sustituido por platos de barro. Quien tenía una vajilla buena y con buena presentación la utilizaba para hornear y servir la Sericaia. Antiguamente se cocía en horno de panadería, de leña, ya que era el único que garantizaba la alta temperatura indispensable para que la cobertura del dulce abriera grietas.

Se baten las yemas con el azúcar y se añade la harina diluida en leche, previamente infundada con piel de limón y canela. Hervir y añadir las claras batidas. Verter la mezcla en un molde de horno, alternando la dirección de la disposición de la masa, alternando a lo ancho del molde, y después otra colocándola a lo largo.

Cocer en horno muy caliente para que se abran las grietas. Como postre y golosina, se sirve con ciruelas pasas de Elvas confitadas y escurridas. Es indispensable en las ocasiones festivas.

D. Constantino de Bragança, que no século XVI governou a Índia, trouxe do Oriente a receita deste doce. Era tradicionalmente levado ao forno em pratos de estanho, que ainda se encontram nas velhas casas senhoriais.

Atualmente foram substituídos por pratos de faiança. Quem tinha boa baixela e de rica apresentação, aproveitava-a para cozer e servir a Sericaia. Antigamente era cozido em forno de padeiro, de lenha, pois era o único que garantia a temperatura alta indispensável para que a cobertura do doce abrisse fendas.

Batem-se as gemas com o açúcar, junta-se a farinha diluída no leite, que foi previamente fervido com casca de limão e canela. Coze-se e juntam-se as claras batidas. O preparado é deitado às colheradas num prato de ir ao forno, alternando cada colherada disposta transversalmente no prato com outra colocada no sentido longitudinal. Coze em forno bem quente para abrir fendas. Como sobremesa e guloseima, acompanhado de ameixas d' Elvas confitadas e escurridas. É indispensável em alturas festivas.



CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> **VER PRODUCTO: DOP AMEIXA D'ELVAS (PÁG. 14)**

RECETA: SERICAIA

CATEGORÍA

**POSTRES
SOBREMESA**

TORRIJAS

CON GARNACHA TINTORERA DE LA
DOP RIBERA DEL GUADIANA

INGREDIENTES

- Pan
- Leche
- Huevos
- Azúcar
- Vino tinto
- Canela
- Cortezas finas de limón y naranja

- Pão
- Leite
- Ovos
- açúcar
- Vinho tinto
- Canela
- Cascas finas de laranja e limão

PLATO REALIZADO:

Escuela Superior de Hostelería y Agroturismo de Extremadura

ELABORACIÓN / ELABORAÇÃO

Este dulce típico de la Semana Santa ha evolucionado de manera cuantitativa en los últimos años, ofreciendo un variado abanico de posibilidades, sabores y colores. En los restaurantes de la geografía regional extremeña, podremos encontrarlas con DOP Torta del Casar, con DOP Miel Villuercas-Ibores, con las fantásticas picotas de la DOP Cerezas del Jerte o las de vino de la DOP Ribera del Guadiana, que son las protagonistas de esta página.

A partes iguales mezclaremos leche con un monovarietal de garnacha tintorera joven que infundiremos lentamente, en compañía de canela, azúcar y cortezas finas de naranja y limón.

Esta infusión, nos servirá para calar un buen pan, de miga consistente y hecho en tahona tradicional, el cual reposará hasta "chupar" todo el líquido regado.

Para terminar, pasaremos las láminas de pan, una a una, por huevos batidos de gallinas de suelo y dispondremos en una bandeja de horno para dorar por ambas caras y finalizar con un copioso glaseado.

Este doce típico da Páscoa evoluiu quantitativamente nos últimos anos, oferecendo um vasto leque de possibilidades, sabores e cores. Nos restaurantes da região da Extremadura, podemos encontrá-los com a DOP Torta del Casar da, com o Miel de la DOP Villuercas-Ibores da ou com as fantásticas Picotas das Cerezas del Jerte da DOP ou as de vinho da DOP Ribera del Guadiana, que são as protagonistas desta página.

Em partes iguais, misturamos leite com uma única casta de Garnacha Tintorera jovem, que infundimos lentamente com canela, açúcar e cascas finas de laranja e limão.

Esta infusão será utilizada para embeber um bom pão, de miolo firme e confeccionado em padaria tradicional, que repousará até "sugar" todo o líquido regado.

Para finalizar, passamos as fatias de pão, uma a uma, por ovos batidos de galinhas criadas ao ar livre e colocamo-las num tabuleiro para alourar de ambos os lados e terminar com um copioso glacé.

CODE QR

LOCUCIONES
EXPRESSÕES
IDIOMÁTICAS

ESPAÑOL



PORTUGUÊS



> VER PRODUCTO: PÃO DE TRIGO ALENTEJANO (PÁG. 26)

RECETA: TORRIJAS

CATEGORÍA

POSTRES
SOBREMESA



ENLACES DE INTERÉS

ESCUELA SUPERIOR DE HOSTELERIA Y AGROTURISMO DE EXTREMADURA

crnagroturismo.juntaex.es

ESCOLA DE HOTELARIA E TURISMO DE PORTALEGRE

escolas.turismodeportugal.pt/escola/portalegre

DOP QUESO ACEHÚCHE

quesodeacehuche.org

IGP CABRITO DE EXTREMADURA

juntaex.es/w/igp-cabrigo-de-extremadura

DOP ACEITE VILLUERCA IBORES JARA

about.me/aceitevilluercasiboresjaradop

DOP RIBERA DEL GUADIANA

riberadelguadiana.eu

DOP QUESO IBORES

quesoibores.org

IGP TERNERA DE EXTREMADURA

terneradeextremadura.org

DOP MIEL VILLUERCAS IBORES

mielvilluercasibores.eu

DOP PIMENTÓN DE LA VERA

pimentonvera-origen.com

DOP AOVE MONTERRUBIO

aceitemonterrubiodop.com

DOP DEHESA DE EXTREMADURA

dehesa-extremadura.com

DOP AOVE GATA HURDES

<https://dogatahurdes.com/>

10
PRODUCTOS

20
RECETAS

REGIÓN DE EXTREMADURA Y REGIÓN DE ALENTEJO

ORGANISMOS FINANCIADORES:



JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Educación y Empleo

