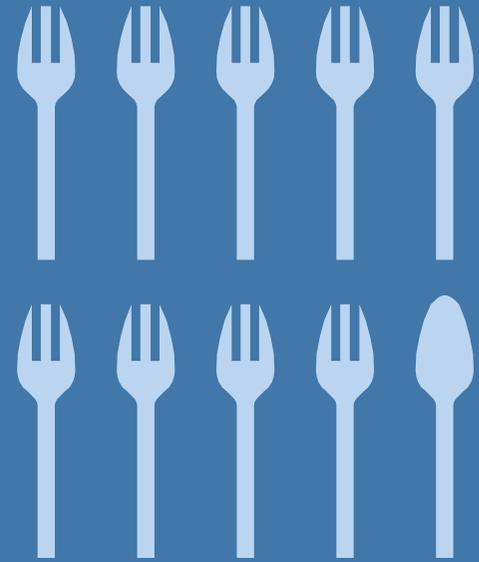




 **Diputación
de Granada**
Red de municipios




TURISMO DE GRANADA
Patronato Provincial

*“in **Granada**, was
immer du willst”*



www.turismodegranada.org
www.turgranada.com

Gastronomie

PAISEL
Ecológico

www.turgranada.com




TURISMO DE GRANADA
Patronato Provincial

Gastronomie

TURISMO DE GRANADA PATRONATO PROVINCIAL

Plaza Mariana Pineda, 10, 2ª
18009 - Granada

Telefon: 958/ 24 71 46
Fax: 958/ 24 71 29

e-mail: turismo@dipgra.es
www.turismodegranada.org
www.turgranada.com

TOURISMUSBÜRO

Telefon: 958/ 24 71 28
Fax: 958/ 24 71 27
e-mail: infotur@dipgra.es

Granada in der Welt



- 4 Der Geschmack der Geschichte
- 12 Ein treffen der kulturen
Granada y entorno
17 Rezept: Saubohnen mit Schinken
- 18 Ein markanter charakter
La Alpujarra
23 Rezept: Alpujarratopf
- 24 Kontrastreiche küche
Baza-Huéscar: El Altiplano
29 Rezept: Segureño-Lambraten
- 30 Meer und Tropen
Costa Tropical
35 Rezept: Arroz Marinero
- 36 Das Lamm vom Lande
Guadix y Marquesado
39 Receta: Migas aus Guadix
- 40 Frisch aus Gemüsegarten und Fluss
Poniente Granadino
45 Rezept: Pfannen-Forelle
- 46 Zwischen den Feuerstellen
Sierra Nevada
49 Rezept: Scharfe Gachas
- 50 Karte der Provinz

Folgenden
Institutionen möch-
ten wir für ihre
Mitarbeit bei der
Erstellung des
Fotomaterials
danken:

*Restaurant Mirador de Morayma,
Restaurant Carmen de San Miguel,
Mesón El Chikito, Restaurant Horno
de Santiago, Bar Felipe (Huéscar),
Restaurant El Parador (Galera), Hotel
Comercio Restaurant (Guadix),
Natura Morisca (arabische
Süßigkeiten) und der Konditorei
López Mezquita.*

Der Geschmack der Geschichte



Über die Gastronomie in der Provinz Granada kann man nicht reden, ohne sich dabei auf ihr kulturelles und historisches Vermächtnis oder auf Traditionen, die von anderen Zivilisationen vererbt wurden, zu beziehen. Aber auch das Klima und die fruchtbaren Ländereien, die Qualität der hiesigen Produkte und selbst die wechselnden religiösen und ide-

ologischen Werte sind von Bedeutung. Die Küche Granadas ist dementsprechend das Ergebnis dieser perfekt angelegenen Kreuzung, der zudem die verschiedenen Ansiedler nach und nach ihre eigene Note hinzugefügt haben, um dem Besucher eine einzigartige Vermischung von Geschmacksnoten, Farben und Aromen anzubieten.



Ein kulinarisches Vermächtnis

Die Lage der sich **kreuzenden** Wege zwischen **Europa und Afrika**, dem Atlantik und dem Mittelmeer in der andalusischen Region und den zugehörigen Provinzen, sorgten schon seit jeher dafür, dass neue Gebräuche, Tendenzen und kulinarische Produkte Einzug halten konnten. So erreichten

die **Phönizier** die **Küste Granadas**, einst Pioniere auf dem Gebiet der Fischkonservierung. Sie entwickelten Techniken zur Behandlung und Frischehaltung von Fischen, sprich **Salzfische**, die vor allem bei den Römern sehr beliebt waren.

Dann kamen die **Griechen**, die nicht nur den **Olivenbaum** und den Gebrauch von Olivenöl einführten, sondern aus den Speisen einen regelrechten Akt der Sinne machten. Und wie es Platon in seinem Werk über das Bankett beschreibt, ist es nicht weiter schwierig, sich vorzustellen, in ganzen Fleischbergen von **Zicklein** und



DER RÖMISCHE TISCH

Viele der gastronomischen Verhaltensweisen im Westen wurden von den Römern weitergegeben. Sie führten auch die Anzahl von drei Mahlzeiten am Tag ein: Das Frühstück (zwischen 7 und 9 Uhr morgens), ein leichtes Mittagessen mit kalten Gerichten (gegen 12 Uhr mittags) und ein kräftiges Abendessen am Ende des Arbeitstages.

Lämmchen zu schlemmen, die von riesigen Obstschalen mit den vielfältigsten Früchten wie **Trauben, Kirschen, Granatäpfeln und Feigen** begleitet werden. Ein Ritual, welches nur noch im Imperium Cäsars, sofern möglich, übertroffen wurde.

Die Kunst der Cibaria bzw. der römischen Küche wurde nachempfunden in der **betischen** Küche und in der Gemeinde **Iliberis**, die sich über die heutigen Viertel Alcazaba und Albaicín erstreckte. Brot und **Wein** im Überfluss, **Honig** (der zum Kandieren von Karden- und Selleriestangen, Früchten und Quitten eingesetzt wurde), Salz, **Fisch**, Käse und Gemüse galten in dieser Gegend als Grundnahrungsmittel. Alle Gerichte wurden von verschiedenen Soßen wie dem beliebten **Garum** (eine salzige Fischsoße) begleitet und mit Gewürzen aromatisiert.



Granada im Mittelalter

Nach der kurzen Zeitspanne, in der die Westgoten auf der Iberischen Halbinsel regierten, kehrte die Gastronomie, die einen regelrechten Rückfall erlitten hatte, zu ihrem gewohnten Niveau zurück und erlebte eine glanzvolle Wiedergeburt unter den **Muselmanen**. Das Mittelalter wurde von **Juden, Christen** und Arabern geprägt, welche als Urheber der berühmten und international bekannten Küche **Al-Andalus** bzw. der **andalusischen** Kochkunst galten. Besonders die Stadt Granada war damals eine wichtige Quelle der Inspiration.

Die muselmanische Kultur, die Schöpfräder und Bewässerungsgräben errichtete, revolutionierte die bereits existierenden **Anbausysteme**, indem sie das **Getreide** an das unbewässerte Land anpasste und für das prächtige Gedeihen von **Obstbäumen** wie



Kirsch-, Birnen- und Apfelbäume, Weinreben, Feigen- und Mandelbäume sorgte.

Von besonderer Bedeutung war allerdings die Produktion von **Zuckerrohr** auf den Plantagen, welche die Araber am Küstens-treifen von Granada anlegten.

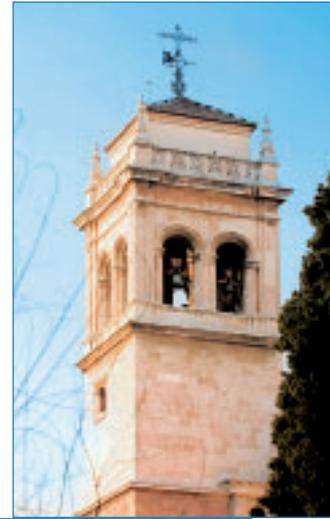
FASTEN, ENTHALTSAMKEIT UND FEIERN

Gastronomie und **Religion** stehen in engem Zusammenhang, was besonders im mittelalterlichen Granada deutlich wurde, ein Beispiel für die Verschmelzung verschiedener Kulturen. Am jüdischen Versöhnungstag, dem **Yom Kipur**, darf man keine Nahrungsmittel zu sich nehmen, die in dieser Zeitspanne gären, wobei der **Sabbat** und das **jüdische Osterfest** zu den wichtigsten Festen gehören. Den Christen ist während der **Fastenzeit** das Verzehren von Fleisch untersagt. Für die Muselmanen ist generell der Genuss von alkoholischen Getränken tabu. Im Monat des **Ramadan** müssen sie außerdem von Sonnenauf- bis Sonnenuntergang nüchtern bleiben und sich in Enthaltsamkeit üben, die sich auf Nahrungsmittel, Getränke und sexuelle Praktiken erstreckt. Diese religiöse Tradition fand ihren Höhepunkt mit einem Festtag und entsprechenden kulinarischen Genüssen, die sich aus Süßigkeiten, Nachspeisen und Bonbons zusammensetzten.

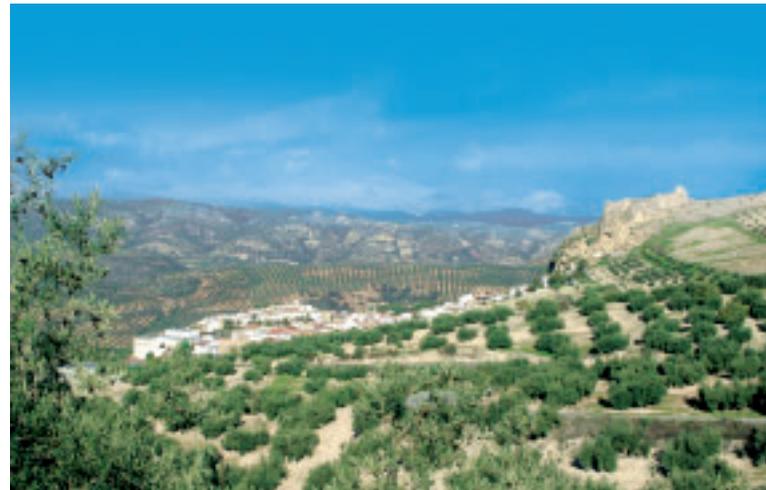
Der Anbau sorgte dafür, dass Spanien diese wertvolle Zutat für sich entdeckte und schon sehr früh hervorragende **Süßspeisen** kreierte, eine Kunst, die im restlichen Europa noch auf sich warten ließ. Jahrhunderte später konzentrierten die **Nonnenklöster** in der Hauptstadt Granada ihr kulinarisches Wissen auf die Herstellung von Nachspeisen, die bis heute berühmt sind.

Unzählige Olivenölfässer verließen die muselmanischen **Ölmühlen**. **Olivenöl**

Für die Muselmanen ist der Akt der Nahrungsaufnahme ein Ritual, verbunden mit einer speziellen Ästhetik: Die Speisen werden sorgfältig angeordnet und präsentiert. Dabei folgt man den vorgegebenen Benimmregeln.



war ein Produkt, das aufgrund seiner hervorragenden Quali-tät in die ganze Welt exportiert wurde und zu einem bedeutenden Wirtschaftsfaktor wurde. Es galt auch als Schlüssel der berühmten mediterranean Küche; Gemüse, Fisch und Fleisch wurden in Olivenöl gebraten und mit **aromatischen Kräutern** und **Gewürzen** aus dem Orient verfeinert. Hierzu zählten Kümmel, Zimt, Nelkenöl, Petersilie, Minze und Safran, das als Färbungsmittel verwendet wurde.



In allen Städten gab es **Basare** und **Märkte**, die sich über mehrere Strassen hinzogen, und in denen man alle Arten von Nahrungsmitteln fand. Granada bildete da keine Ausnahme. **Weizenmehl** und **Brot**, die Grundnahrungsmittel für die beliebte Brotkrumenspeise *migas* bzw. *gachas*, **Lammfleisch**, Hase, Kaninchen und **Gewürze** waren die gefragtesten Produkte. Es gab spezielle Fleischereien, in denen man die Tiere gemäß der Vorgaben des Koran oder der jüdischen Tradition schlachtete.



HONIG UND ZUCKER

Bei den jüdischen Festlichkeiten durfte es nicht an Zucker und Honig fehlen. Bei den Judenversammlungen wurden Biskuits mit Rosinen, frittierte süße Fladen und Köstlichkeiten in Sirup zubereitet. Viele dieser Rezepte, die von den sephardischen und anderen Gemeinden weiter gegeben wurden und aus der mozarabischen- bzw. Mudejartradition stammen, erreichten auch die christliche Gemeinde. Im 13. Jhd. war Zucker in aristokratischen und kaufmännischen Familien durchaus üblich, obgleich auch Honig weiterhin genutzt wurde.

worden waren, ihre eigenen kulinarischen Vorstellungen mit ein und verdrängten somit teilweise die gastronomischen Traditionen, die sich in der Provinz Granada eingebürgert hatten. Es handelte sich um Wesentlichen um Menschen aus dem Norden des Landes (**Kastilien, Navarra und Levante**), die saftiges **Schweinefleisch** einfuhrten, dessen Ver-



während die etwas besser gestellten Schichten die Knolle anfangs noch kategorisch ablehnten.

zehr den Juden und Muselmanen untersagt war.

Eine weitere Neuigkeit im andalusischen Menü stammte vom **amerikanischen Kontinent**, denn von dort aus erreichten seit dem 16. Jhd. nie gesehene Produkte das Land, beispielsweise **Mais, Paprika, Tomaten und Kartoffeln**. Letztere wurden bevorzugt in Klöstern und Monasterien eingesetzt,

Das weit verbreitete Vermächtnis, das an die verschiedenen klimatischen Bedingungen und die Oberflächenstruktur der Provinz gebunden ist, Elemente, welche die Ernährungsgewohnheiten der un-

Die Frucht des Granatapfelbaumes, der Granatapfel, welcher vom jüdischen Volk als heilig angesehen wird, diente allen Rezepten als Beilage, ganz gleich, ob man Hühnchen, Forelle oder Auberginen verzehrte.

Von der Ebene in die Berge

Granada sollte die letzte Festung sein, welche gegen Ende des 15. Jhdts. von den Katholischen Königen erobert wurde. Das Königspaar zählte nicht unbedingt zu den Monarchen, die Toleranz für die Kulturen und Gepflogenheiten der Besiegten aufbrachten, wobei die Gastronomie natürlich auch eine wichtige Rolle spielte.



Nachdem die Muselmanen bereits achthundert Jahre auf der Halbinsel präsent waren, haben sie Spuren hinterlassen, die nur schwer zu beseitigen waren, einschließlich ihrer ausgereiften Kochkunst. Aber nach dem massiven Abzug von Juden und Mauren brachten die **Wiederbesiedler** der ländlichen und urbanen Gegenden, die praktisch menschenleer zurückgelassen





verschiedlichen Ortschaften bedingen, hat ein regelrechtes **gastronomisches Universum** mit seinen Besonderheiten in den einzelnen **Gemeinden** geschaffen. Während die **Ebene der Provinz Granada** mit zarten und frischen dicken Bohnen, Paprika und Gemüse aufwartet, mit denen bevorzugt **Salate** und **kalte Suppen** zubereitet werden, sorgt das **Inland** mit seinen Klimaverhältnissen und niedrigen Temperaturen für bevorzugt heiße Speisen und kräftige Gerichte, die die Lebensgeister wecken. Man bereitet **Eintöpfe**, **Schmor-** und deftige Fleischgerichte zu, indem man hauptsächlich Fleischsorten, Hülsenfrüchte und Gewürze bzw. aromatische Kräuter verwendet.



Auch **La Alpujarra** zeigt dem Besucher eine ganz besondere Kochkunst. Die Tradition der hiesigen Küche, die sich vorwiegend durch Schweinefleischprodukte (insbesondere der berühmte Schinken aus Trevélez) und edle Weine auszeichnet, bildet einen Kontrast zu den exotischen Speisen der **Küste**, wo tropische Produkte vorwiegen. Aber auch Fische und Meerestiere zeugen in diesem Landstrich von außergewöhnlicher Qualität.

TAPAS

Die im ganzen Land verbreitete Sitte ist in Granada vor allem dafür bekannt, dass sie kostenlos ist. Sie besteht aus verschiedenen kleinen Häppchen, die der lokalen Kochkunst entstammen. Wer ein Glas Bier oder Wein in einer Bar bestellt, erhält vom Wirt einen kleinen Snack als Beilage.



„Mit Ursprungsbezeichnung“

Es ist praktisch unmöglich, die Rolle der Künstler herunterzuspielen, die die Gastronomie der Provinz mit ihren Rezepten und Gerichten bereichert haben. Die Bedeutung der Produkte dieses Landstriches ist allerdings genauso groß, denn ohne sie hätte man die exquisiten Speisen niemals in dieser Form zubereiten können. So wurden einige von ihnen mit ihrer **Ursprungsbezeichnung** „ausgezeichnet“, ein Name, der an ein konkretes Gebiet gebunden ist, beispielsweise eine Region oder ein Land, das ein landwirtschaftliches Produkt bzw. Nahrungsmittel identifiziert. Mit der Ursprungsbezeichnung wird für die Qualität gebürgt.



Granada verfügt heute über fünf Ursprungsbezeichnungen, so genannte „D.O.“ und eine spezifische Bezeichnung (der Schinken von Trevélez). Dabei handelt es sich um folgende Produkte:

- **Olivenöl „Montes de Granada“** aus den Einzugsgebieten von Granada und Guadix-Marquesado.
- **„Honig aus Granada“** aus allen Gemeinden der Provinz.
- **Olivenöl „Poniente de Granada“** aus den Ortschaften der besagten Gemeinde.



- **„Chirimoya de la Costa Tropical de Granada-Málaga“** aus den Ortschaften beider andalusischer Gebiete.

- **Spargel „Espárrago de Huétor-Tájar“** aus einigen Gemeinden im Poniente Granadino.

- **Schinken „Jamón de Trevélez“** aus Ortschaften in La Alpujarra auf über 1.200 Metern Höhe.



Ein treffen der kulturen

Granada y entorno



Die monumentale und touristische Stadt der Alhambra ist bis heute eine kulturelle, künstlerische und gastronomische

Referenz der westlichen Welt geblieben. Die in Granada lebenden Muselmanen, die acht

Jahrhunderte lang auf der Iberischen Halbinsel verweilten, nutzten das Klima und den fruchtbaren Boden dieses Landstriches, um dort Produkte anzubauen, die anfangs die Gaumen der Kalifen und Emiren entzückten und später die christlichen Könige ins Schwärmen brachten.

Den ersten Eindruck, den der Besucher von der Hauptstadt der Provinz gewinnt, ist die grüne und weitreichende Ebene vor den Toren der Stadt. Es wird mit kristallklarem Wasser bewässert, das durch die dank der andalusischen Kultur errichteten Kanäle und Gräben geführt wird. Das Bild wird von den Gipfeln der Sierra Nevada eingerahmt, die auch schon die Landwirte und Maultiertreiber im Mittelalter betrachtet

haben, während sie die Mauern der Medina auf ihrem Weg zum Basar oder Markt durchschritten, um dort ihre Nahrungsmittel und Produkte zu verkaufen. Durch



Nach dem Fall des Römischen Reiches kontrollierten die Muselmanen den Markt mit Gewürzen aus dem Orient. Der Handel wurde nicht nur ein blühendes Geschäft, sondern die Gewürze waren bald von den täglichen Gerichten nicht mehr wegzudenken.

das Alhambra-Viertel zogen auch zahlreiche fliegende Händler.

Die Kreationen und traditionellen Rezepte der einzelnen Dörfer verschmolzen langsam im Zuge der immer stärker aufkommenden Mischehen. So dienen Gewürze, Honig und Früchte bald als Beilagen für Fleisch und Fisch, und es entstanden Gerichte wie Lamm mit Äpfeln, Mehlbrei mit Honig, Mandelhühnchen oder Forelle mit Granatäpfeln.



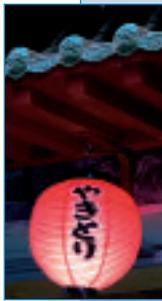
Multinationale Küche



Das ausgedehnte Vermächtnis, das so unterschiedliche Kulturen wie das Judentum, die arabische Kultur oder das Christentum hinterlassen haben, wird besonders in der Region von Granada deutlich. Diese setzt sich – abgesehen von der Provinzhauptstadt – aus Ortschaften zusammen, in denen man die typischen Eintöpfe, Nachspeisen, Salate und vor allem die frischen Produkte aus den Gemüsegärten in der Ebene, zubereitet, die beim Mittag- und Abendessen nicht fehlen durften.

Granada y entorno

Die saftigen **Saubohnen** werden für viele Gerichte eingesetzt, besonders in solchen, deren Grundzutaten Schinken und natives Olivenöl ausmachen. In **Atarfe** werden sie in *tortillas* gekocht, wohingegen sie in anderen Orten wie **Churriana de la Vega** trocken verzehrt werden. **Spargel** (mit denen die Suppe *maimones de Pulianas* zubereitet wird), **Pilze**, **Auberginen** und gefüllte **Artischocken** aus **Armillá**, bzw. das Kartoffelgericht „**papas**“ a lo pobre mit Eiern und gebratenen Paprikaschoten, sind ebenfalls beliebte Gerichte aus der Provinz Granada.



OSTEN UND WESTEN

Neben der traditionellen Küche gibt es eine internationale Alternative, die man im modernen Granada auf den großen Alleen und in beliebten Ausgehvierteln antrifft. Hierzu zählen z.B. marrokanische, libanesische und japanische Restaurants.



Tapas und Gerichte

Sämtliche Spezialitäten können sowohl in uralten Tavernen und gemütlichen Kneipen in den einzelnen Stadtvierteln, als auch in gediegenen Restaurants eingenommen werden, die für ihren außergewöhnlichen Standort die entzückenden *Cármenes des Albaicín* gewählt haben. Die Hauptstadt Granada ist ein perfektes Beispiel für diese Vielfalt an Gaststätten, wobei sich die Gourmettempel in folgenden Gegenden konzentriert antreffen: An der **Cuesta del Chapiz** und der **Puerta de Fajalauza**, in der Umgebung der Kathedrale und an so repräsentativen Plätzen und Strassen wie **Plaza Nueva**, **Bib-Rambla**, **Pescadería**, **Plaza Isabel la Católica**, **Avenida Dr. Olóriz** neben der



Zu den Spezialitäten der Gegend zählen aber auch **Salate** und **kalte Suppen**, Gerichte, die im Einklang mit den angenehmen Temperaturen stehen, für die diese Gegend Andalusiens bekannt ist. Für jeden Geschmack ist etwas dabei: die kalten Gemüsesuppen **gazpachos**, **pipirranas**, **ajo blanco** (hier mit Saubohnenmehl zubereitet), **Salat mit lauch** und **weissen Bohnen**, etc.



Fleischliebhaber finden hier eine große Auswahl an Gerichten, die üblicherweise „al ajillo“, mit Knoblauch, und unter Einsatz verschiedener Gewürze angemacht werden, beispielsweise **Zicklein**, **Kaninchen**, **Hühnchen** oder **Hasen**.



Stierkampfarena, **Antequeruela Baja**, und in Richtung Genil die **Strasse Navas** und die **Plaza Mariana de Pineda**.

Einige dieser Gebiete und weitere spezifische Gegenden (**El Albaicín**, **Campo del Principe**, das **Zentrum** oder der **Sacromonte**) gelten zudem als „Muss“ für ein authentisches „**Tapassens in Granada**“, eine traditionelle

Granada y entorno

Kunst, die ein stilles Abkommen zwischen dem Wirt und dem Gast einschließt: Der Wirt sucht meist das Häppchen selber aus, auf das er den Gast einlädt, der ein Glas Bier oder Wein bestellt hat. Der Gast wiederum nimmt seine Auswahl mit dem nötigen Respekt an.

Sofern der Besucher den angenehmen Stadtbummel im **Sacromonte-Viertel** beendet, darf er sich nicht die Gelegenheit entgehen lassen, die gleichnamige **tortilla** zu probieren, welche seit jeher in den Kupfertöpfen der Höhlenhäuser zubereitet wird. Die **tortilla** beeindruckt nicht nur mit ihren Zutaten (Hirn, Hoden und Eier), sondern auch mit ihrer Festigkeit, ihrem Geschmack und ihrer Konsistenz.



Süße Versuchungen aus dem Kloster



„HONIG AUS GRANADA“

Diese **Ursprungsbezeichnung** bezieht sich auf die gesamte Provinz, hat allerdings in Granada eine besondere Bedeutung, da die hiesige Produktion auf eine schon Jahrhunderte alte Tradition zurückblicken kann. Ibn Al-Jatib spricht über die Honigproduktion in seiner Beschreibung über das Königreich von Granada (1313-1375); im Handwerksführer der Stadt Granada (1752) erwähnte man den Züchter „criador de colmena“. Die Blüte verleiht dem Honig seine besonderen Merkmale.

Die Ebene, die Ebene von Granada, galt neben der Küste als eine der Enklaven des heutigen Andalusiens, in der die Muselmanen im 8. Jhd. den **Zuckerrohanbau** eingeführt hatten. Dementsprechend wurde Zuckerrohr in

Saubohnen mit Schinken

Zutaten :

- 1 kg zarte Saubohnen
- Zwiebeln oder Steckzwiebeln
- 250 g Serrano-Schinken mit Speckrand
- Natives Olivenöl

Zubereitung:

Das Öl in einem Schmortopf oder in einer tiefen Pfanne erhitzen, schmale Zwiebelstreifen zuschneiden und beiseite stellen. Sobald das Öl heiß genug ist, aber noch nicht den Siedepunkt erreicht hat, fügt man die Zwiebeln und Saubohnen hinzu und deckt den Topf mit dem Deckel zu. Langsam auf kleiner Flamme köcheln lassen und hin und wieder umrühren, damit die Saubohnen gut durchgeschmort werden. Sobald sie zart geschmort sind, gibt man den Schinken dazu, dessen eine Hälfte man zuvor in feine Streifen geschnitten hat. Die andere Hälfte besteht aus kleinen Schinkenwürfeln. Umrühren und mit dem Deckel abdecken, die Saubohnen weitere fünf Minuten auf dem Herd durchziehen lassen. Heiß servieren.



diesem Land wesentlich früher als im übrigen Europa verwendet.

In Kombination mit **Honig**, der bereits seit Jahrhunderten dazu eingesetzt wurde, Gerichte und Nachspeisen zu süßen, wurde Zuckerrohr bald in Rezepten verwendet, die **mzarabischen** oder **mudejarischen** Ursprung hatten und irgendwann auch in die Hände der **Christen** gelangten. Auf

Die beliebten **Piononos de Santa Fe**, kleine Törtchen aus köstlicher Sahnecreme und Biskuit, verdanken ihren Namen offensichtlich Papst Pius IX.



diese Weise entstand in Klöstern und Monasterien eine der größten gastronomischen Versuchungen Granadas: Die Süßigkeiten.

Es gibt so viele Spezialitäten wie **Klöster** und Orden, aber einige sind besonders beliebt: **huevos moles** aus dem Kloster San Antón, **Mandelkühllein** von den Tomasas-Nonnen, **mojicones** und **Marzipan** aus La Encarnación, **hojarascas** aus Isabel la Real, **cocas yemadas** aus San Bernardo del Cister, **huesos de santo** aus Santa Catalina de Zafra, **Buttergebäck** aus La Magdalena und natürlich die **Kompottspeisen** der Priorinnen von Santiago und des Monasteriums San Jerónimo.



Ein markanter Charakter

La Alpujarra

Die malerische Gegend zieht sich zwischen den Gipfeln der Sierra Nevada und dem Meer entlang. Sie wird von koketten und strahlend hellen Dörfern gespickt, die wie Treppenstufen an den Bergflanken angelegt wurden und von wundervollen Naturlandschaften umgeben sind, welche sich hervorragend für den beliebten Aktivtourismus eignen. Hier trifft man auf eine Gastronomie mit starker Persönlichkeit, die sich sowohl auf ihre Eigenartigkeiten, als auch auf die Berühmtheit ihrer verschiedenen Zutaten zurückführen lässt.



Der Reichtum der alpujarrenischen Küche lässt sich in großem Maße dem

Zusammenleben und der Überlappung der arabischen und christlichen Kulturen verdanken; ureingessene kulinarische Gepflogenheiten, die sich in dieser landwirtschaftlich geprägten Zone aufgrund ihrer besonderen geografischen Lage mit niedrigen Temperaturen und schwerem Zugang treu geblieben sind.



AN DER SONNE GETROCKNETE PAPRIKA

Um Gemüse und Früchte das gesamte Jahr über haltbar zu machen, kommt die Auslüftungsmethode zum Einsatz; daher stammt auch das typische Bild der an Schnüren getrockneten Paprika, die an den Fassaden der Häuser herabhängen.



Alte einheimische Rezepte

Zur Zeit der **muselmanischen Herrschaft** wurden die höher gelegenen Gebiete für den Anbau von Getreide, Olivenbäumen, Obst- und Mandelbäumen in terrassenförmige Gärten und Bänke umgebaut. Sie legten die Fundamente für die Ausarbeitung einiger Gerichte, mit denen sich die Gegend jahrhundert Jahre später identifizieren sollte: Die beliebtesten Mehlspeisen **migas** und **gachas**, die Rebhühnern und Hasen als Beilagen dienen, **tarbinas** (Mehlbrei mit Milch)



wurden. Mit ihnen fanden tiefgreifende Veränderungen der lokalen Gastronomie statt, da neue Grundnahrungsmittel für die Zubereitung der Gerichte verarbeitet wurden.

und eine Vielfalt an **Salaten** und mit **aromatischen Kräutern**, wie Thymian und Fenchel, gewürzte Speisen.

Die Vertreibung der Mauren führte zu zahlreichen menschenleeren Gebieten, die von Bewohnern aus **Kastilien**, **Navarra** und **La Mancha** wiederbevölkert

Sie kannten sich mit **Trockenkulturen** wesentlich besser aus als mit der Bearbeitung von Gemüsegärten, weshalb sie sich in erster Linie der andalusischen Getreidefelder annahmen. Grünzeug, Gemüse, Kräuter und Gewürze waren nach wie vor die Bestandteile von Gerichten, die



nach und nach an Konsistenz gewonnen und zu **ausgearbeiteten Eintöpfen** heranreifen.

Zu jener Zeit kam es zum triumphalen Auftritt des zukünftigen und unbestrittenen Protagonisten der alpujarrenischen Gastronomie: **das Schwein**. Es konnte im Hof gezüchtet werden und brachte die notwendige Kalorienmenge mit



sich, die für die harte Feldarbeit benötigt wurde. Damals galt diese noch als wesentlicher Wirtschaftspfeiler der Region.

Beim **traditionellen Schlachtfest**, einem Ritual, das die Familie und

Freunde zusammenbrachte, wurden Produkte aus dem Schwein gewonnen, die später auch einzeln verzehrt (**Wurstwaren**, Pökelbrühe, Lenden in Einmachtopfen, etc.) oder in Form von Zusätzen für **Eintöpfe** und ähnliche Gerichte verwendet wurden: Beispiele hierfür sind der San Antón-Eintopf, der Alpujarratopf und der Zigeunertopf.



EIN DORF, EIN GERICHT

Aus Lanjarón Knoblauchsuppe mit Schinken. Die Mehlspeise *gachas pimentonas* aus Pampaneira. Forelle mit Schinken aus Soportújar. Kastanieneintopf aus Capileira. Kaninchenschmorbraten aus Busquistar. Knoblauchmehlbrei aus Medina Bombarón. Rebhuhn in Marinade aus Válor. Und scharf angemachtes Kaninchen aus Rubite. Das ist nur eine kleine Auswahl.

Der hiesige **Schinken** verdient eine besondere Erwähnung, denn abgesehen von seiner erwiesenen Qualität, hat er einen bedeutenden Ruf in Spanien und im Ausland zu verteidigen. Sein spezieller **Reifungsprozess** von Hand ist einzigartig in der Region. Das Fleisch wird in einem Verhältnis von einem Kilo Salz pro Kilo Schweinefuß mehrere Tage lang mit Meeressalz bedeckt. Anschließend wäscht man das Fleisch und hängt es auf, um



Die großen Waldgebiete der Zone sorgen für große Jagdbestände, Zutaten von Gerichten wie dem typischen „liberalen“ Reis aus Ugijar mit Rebhuhn, Kaninchen, Hase, Drossel und Taube.

es in den drei kältesten Monaten des Jahres gut auszulüften. In der wärmeren Jahreszeit wird der Reifeprozess eingeläutet, und das Fett imprägniert das Fleisch. Nach sechs Monaten beginnt dann die Alterung, der letzte Prozess, welcher im Herbst anfängt und sich bis in den Winter hineinzieht.



Das Ergebnis ist eine exquisite Speise, die gegenüber den handelsüblichen Schinkensorten eine **Besonderheit** aufweist: Der Schinken ist **nicht so salzig**. Die natürliche Erklärung liegt in der mikrobiotischen Flora, die sich ab einer bestimmten Höhe entwickelt und auf den Gärungsprozess des Schinkens auswirkt.

„SCHINKEN AUS TREVÉLEZ“

Im Jahre 1862 wurde ein nationaler Wettbewerb mit Nahrungsmitteln ausgetragen, aus dem der Schinken aus Trevélez als Sieger hervorging. Deshalb hatte die **Königin Isabel II** der granadinischen Stadt das Privileg erteilt, den schmackhaften Schinken mit dem Siegel ihrer Krone versehen zu dürfen. Heute unterstehen diese Schinken der **speziellen Qualitätsbezeichnung** „Jamón de Trevélez“, die einer Reihe von Anforderungen gerecht werden muß.



La Alpujarra

Die Schinken werden ausschliesslich aus den Rassen Landrace, Large-White und Duroc-Jersey oder deren Kreuzungen gewonnen, welche in einem natürlichen Gebiet in einer **bestimmten Höhenlage** (über 1.200 Meter) mit entsprechenden **Temperatur- und Feuchtigkeitsbedingungen** aufwachsen. Die Ort-

schaften, die hierfür in Frage kommen sind TREVÉLEZ, JUVILES, BUSQUÍSTAR, PÓRTUGOS, LA TAHÁ, BUBIÓN, CAPILEIRA und BÉRCHULES.

Die berühmte Eugenia de Montijo aus Granada überbrachte diesen Schinken dem französischen Hof, woraufhin dieser schon bald ein fester Bestandteil der Kaiserlichen Menüs wurde.



„Costa“-Weine

Schinken und Fleisch, oder auch hausgemachter **Ziegen- und Schafskäse** werden am besten von einem guten Schluck „Costa“-Wein begleitet, dessen Bezeichnung auf die Lage der meisten alpujarrenischen Weinberge hinweist, die sich an den Berghängen der **Sierra de la Contraviesa** in unmittelbarer Küstennähe befinden. Unter dieser Herkunftsbezeichnung werden Weine aus den Gemeinden Albondón, Almegíjar, Cádiar, Cástaras, Lobras, Murtas, Sorvilán, Torvizcón, Turón, Ugíjar und Rubite vertrieben.



„MIGAS CON ENGAÑIFA“

Die Landwirte machten sich üblicherweise schon sehr früh über dieses Gericht her, noch bevor sie ihre Arbeit antraten. Die Mägen wurden allerdings nicht prall gefüllt. Um der Brotkrumenspeise ein wenig an Konsistenz zu verleihen, gab es Salat, Stockfisch, Fisch, Schokolade, gebratene Paprika, Brät- oder Blutwurst als Beilage, die unter der Bezeichnung „engañifa“, betrügerisch, geführt wurde.



Es handelt sich um einen Wein mit rosa Färbung, da weiße und rote Trauben eingesetzt werden. Aufgrund der Höhe, in der die Traube kultiviert wird, die starke Sonneneinstrahlung und die geringen Regenfälle im Gebiet, ist der Alkoholgehalt recht hoch.



Alpujarratopf

Zutaten:

- Kartoffeln
- Paprika und Zwiebeln
- Blutwurst, Chorizowurst und Schinken
- Eier
- Salz und natives Olivenöl



Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Zusammen mit der Zwiebel und Paprikastreifen in Öl braten und salzen. Sobald die Kartoffeln gar sind, nimmt man sie vom Feuer und brät die Eier (ein bis zwei Eier pro Person). In einer anderen Pfanne werden die in Stücke geschnittene Chorizowurst und Blutwurst gebraten. Alle Zutaten und den in Scheiben geschnittenen Schinken auf einem großen Teller anrichten.

Maurische Köstlichkeiten



Trockenobst) werden unter großer Sorgfalt herrliche Desserts gezaubert, wobei jeder Ort seine eigene lokale Spe-



Süßwaren sind ebenfalls ein wichtiges Kapitel, wenn man von der Gastronomie in **Alpujarra** spricht. Die Nachspeisen haben zweifellos **muselmanische Wurzeln**, und die Christen zögerten keinen Moment, die Anregungen in ihrer ohnehin schon prachtvollen Rezeptensammlung aufzunehmen.

Mandeln sind unumgänglich, Eier gehören ebenso zu den Grundzutaten, und beide werden mit **Mehl, Zucker** und **Honig** kombiniert. Mit diesen und anderen Zutaten (Obst und

zualität hat: *majaos* aus Murtas, Feigenbrot aus Turón, *borrachillos* aus Pampaneira, Schokoladenkrapfen aus Lanjarón, *peñascos* aus Bérchules sowie *bizcochada* und süßer Kürbis aus Cádiar, Ugíjar und Válór.



Kontra streiche küche

Baza-Huéscar: El Altiplano



Der Landstrich **Baza-Huéscar** liegt im Norden der Provinz Granada, zwischen Jaén und Almería: **El Altiplano** gilt bereits seit Jahrhunderten als Grenzgebiet. Hier wurden die Einflüsse aller Kulturen, die sich in der Region angesiedelt hatten, aufgefangen und angeglichen. Ihre

Gastronomie bildet keine Ausnahme.

Es ist ein Land der kalten Winter, wo die höchsten Gipfel mit Schnee bedeckt sind, und das Besichtigungsangebot umfasst sowohl wertvolle archäologische Überreste und fantastische Monumente (die iberische Grabstätte Tútugi in Galera, Basti und die arabischen Bäder von La Marzuela, beide in Baza, oder das Penalva-Haus in Huéscar), als auch traditionelle Höhlenhäuser und prachtvolle natürliche Umgebungen, in denen die Lämmer der Region aufwachsen. In den Staeseen und Flüssen wie dem Castril ge-
deihen Forellen.



Die typischsten und traditionellsten Gerichte dieser bergigen und einzigartigen Gegend Granadas reflektieren auf grobartige Weise die wahre Essenz ihrer Küche. Couscous geht Hand in Hand einher mit dem Eintopfgericht „segaores“, während geschmorte Paprika und Salate als Beilage schmackhafter Wurstwaren und kräfti-

ger Landweine dienen. Die Vermischung der arabischen und christlichen Kulturen wird somit mehr als deutlich.



DIE KONSERVEN

Die alte Gewohnheit, Konserven herzustellen, um Nahrungsmittel, die im Laufe des Jahres geerntet wurden, das ganze Jahr über haltbar zu machen, ist in El Altiplano, noch stark verbreitet.

Grenzgebiet

Bis zum 16. Jhdt., nachdem auch die letzte nazarenische Festung in die Hände der Katholischen Könige gefallen war, verewigten die Mauren, die mit den Christen zusammenlebten, die andalusischen kulinarischen Gewohnheiten und Traditionen mit dem Getreide, den Produkten der Gemüsegärten und den Süßigkeiten als krönende Protagonisten. Aber ebenso wie in anderen Landstrichen,

kamen die neuen Bewohner aus dem Norden Spaniens, um die Dörfer und Gegenden, in denen die verjagten Mauren gelebt hatten, neu zu besiedeln, und auch sie hinterließen ihre Spuren.

Die Gemeinden, die die kulinarischen Gepflogenheiten der Landsleute aus Navarra, dem Levante, La Mancha, Kastilien und Aragonien am



meisten zu spüren bekamen, waren die im Norden und in der Mitte der Region: Puebla de Don Fadrique, Hués-car, Orce, Galera, Castilléjar und Cuevas del Campo.

So wurde eine Küche geschaffen, die sich durch Gerichte mit hoher Kalorienanzahl auszeichnete (aufgrund des Klimas und der Feldarbeit) und auf Grundnahrungsmitteln wie **Hülsenfrüchten, Gemüse, Getreide** und **Fleisch** basierte: **Schwein** (in der islamischen Religion verboten), **Kaninchen, Hühnchen** und natürlich **Lamm**. Natives Olivenöl war die Grundlage aller Rezepte, und man kochte Gerichte wie den **remoión de San Antón** (aus Kartoffeln, gekochten Eiern, Stockfischbröseln, schwarzen Oliven, Steckzwiebeln, getrockneter roter Paprika, Knoblauchzehen, Olivenöl und Salz), das Jagdgericht **migas de matanza**, den für Puebla de Don Fadrique typischen **ajo de aserradores** (mit Brot, Chorizowurst, Stockfisch, getrockneter roter Paprika, gemahlenem Pfeffer, Knoblauch, Tomate und Olivenöl), Rebhuhn in Marinade, **Zicklein an Knoblauch**, Paprikakartoffeln, **tortilla de collejas** oder frittierten Kürbis und **Eintopf aus Hués-car**.



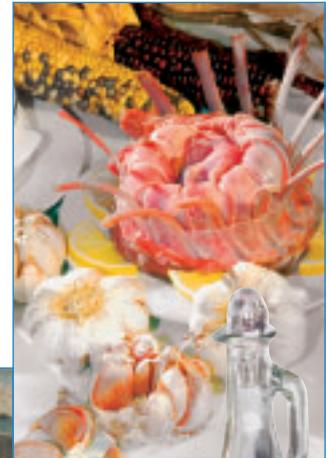
LENDCHEN IM STEINTOPF

In El Altiplano gibt es den Brauch, einige Teile des Schweins zu pökeln (meist Lendchen und Rippchen), damit sie im Laufe des Jahres portionsweise verzehrt werden können. Da das gepökelte Fleisch im Steintopf aufbewahrt wird, haben zahlreiche Gerichte ihren Namen daraus abgeleitet, beispielsweise Lendchen im Steintopf, das mit Pommes Frites oder Salat serviert wird.



Wurstwaren und Lamm

Bei Feierlichkeiten mit Mittag- oder Abendessen darf es nie an **hausgemachten Wurstwaren** fehlen, die auf den traditionellen Schlachtfesten in Handarbeit hergestellt werden. Typisch sind exquisite Chorizowürstchen, gepresste Filetstückchen, die Wurst **morcón**, Salami und Blutwurst bzw. **Fleischfüllung**. Letztere setzt sich aus magerem Schweinefleisch,



gesalzene m Bauchfett, trockenem Schinkenfleisch, Hühnchen, Pute, Kaninchen, Safran, Pfeffer, Gewürznelke, Zimt, eingeweichem Brot, Salz, zahlreichen Eiern, Zitronensaft und Knoblauch zusammen.

Ein weiteres Highlight der Gastronomie des Altiplano ist zweifellos das berühmte **Segureño-Lamm**, eine in der Region heimische Ra-

se, die sich perfekt an die harten Lebensbedingungen ihrer Umgebung angepasst hat (extremes Klima, Dürre, wenige Weiden).

Es gibt viele Arten, das qualitativ anspruchsvolle Lammfleisch zuzubereiten, für jeden Geschmack ist etwas dabei. **Gegrillt, „en lata“** (im Ofen mit Kartoffeln, Tomate, Knoblauch und Lorbeerblättern), **gebraten mit diversen Soßen, an Knoblauch**, etc.



Weine, Liköre und Desserts

Die **Galera-Weine** sind bereits seit Jahrhunderten hoch begehrt und werden nach wie vor in Familientradition hergestellt. Sie haben eine rosa Färbung und sind junge, fruchtige Weißweine, die unter Einsatz der Gordal- und der Garnacha Tintorerera-Traube produziert werden. Ihre Gärung erfolgt im Inneren von hundertjährigen Tonfässern, die in den unzähligen unterirdischen

Weinkeller sorgfältig gepflegt werden. Einst wurden diese **Weinkeller unter den Dorfhäusern** angelegt. Der Ort Huéscar und sein „pico-so“-Wein ist ein weiteres Beispiel für die prächtigen Weinsorten des Landstriches.

Die hausgemachten Liköre (Mistela, Chumichurri, Cuerva, Licor de Gloria, Kaffeelikör oder Churrimpampli) eignen sich hervorragend für den Genuss der **Süßspeisen**, die hier in **traditioneller Art** hergestellt werden. Typisch sind Blätterteighäppchen, mit Öl oder Butter gebackene Törtchen, gefüllte Teigtäschchen mit Melonenkonfitüre oder Weinplätzchen.

In Castilléjar wird Jahr für Jahr auf der **Fiesta de la Candelaria** ein Wettbewerb veranstaltet, bei dem jeder Teilnehmer seinen Wein vorstellen und zur Verköstigung anbieten kann. Dieser Wettbewerb wird mittlerweile in der gesamten Region mit großer Anerkennung und Beliebtheit aufgenommen.



Die Forellen aus dem Fluss Castril

Der Wasserreichtum, den diese nördliche Region Granadas zu bieten hat, zeigt sich in Form von zahlreichen Flüssen und riesigen Stauseen wie San Clemente, Portillo oder Negratín und ist auch in der hiesigen Kochkunst zu spüren. Eine der Spezialitäten der Gegend, besonders in der Ortschaft **Castril** mit ihrem gleichnamigen Fluss, ein Paradies für Sportangler, ist die **Forelle**.



Segureño-Lammbraten

Zutaten:

- 1 saugendes Lammbein
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Glas junger Weißwein
- Natives Olivenöl, gemahlener Pfeffer und Rosmarin

Zubereitung:

Das Lammbein mit Olivenöl einstreichen, würzen und drei Fleischstücke anschneiden (auf beiden Seiten), die mit Knoblauchzehen gefüllt werden. Auf ein mit Öl bestrichenes Ofenblech legen und in den auf 220°C vorgeheizten Ofen schieben. Das Fleisch regelmäßig mit Weißwein begießen, in dem zuvor Pfeffer und Rosmarin aufgelöst wurden. Nach etwa anderthalb Stunden kann das Lamm aus dem Ofen genommen und auf dem gleichen Blech serviert werden. In Stücke schneiden und mit dem Sud beträufeln. Dazu passen Backkartoffeln.

Meer und Tropen

Costa Tropical

Der Küstenabschnitt der heutigen **Costa Tropical** von Granada, eine Region mit tausendjähriger Geschichte, hat an seinen idyllischen Stränden, die heutzutage zu den Touristenattraktionen zählen, seit jeher die Ankunft zahlreicher Nationalitäten erlebt, die hier ihre Spuren hinterließen. Hiervon zeugen **archäologische Überreste**, phönizische Grabesstätte, zahlreiche Wehrtürme sowie Burgen mit Blick auf die Gemüsegärten und terrassen-

ZUCKERROHR

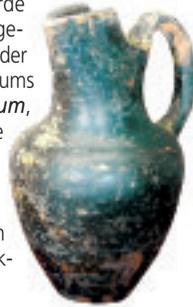
Almuñécar, Motril und Salobreña waren drei der privilegierten Enklaven, die im 8. Jhdt. dank der Araber in den Genuss des Zuckerrohrs kamen. Schon bald versüßte er zahlreiche Rezepte, vor allem aber Konditoreien. Zudem wurde er für diese Ortschaften jahrhundertlang zu einem starken Wirtschaftsfaktor und noch heute ist Zuckerrohr von Bedeutung. In Motril befindet sich ein interessantes vorindustrielles Zuckerrohrmuseum, in dem die Geschichte, Einzigartigkeit und Evolution dieses Anbauproduktes aufgezeigt wird.

Die Pökeltechniken wurden in den Küstengebieten Granadas von der **phönizisch-punischen Bevölkerung** eingeführt und von den **Römern** perfektioniert. Der Fisch musste für seinen Transport inner-

halb und außerhalb Spaniens bzw. für den Verzehr in Jahreszeiten, in denen man den Fisch nicht mehr frisch essen konnte, perfekt konserviert werden.

Im Werk **Factoría de Salazones de Sexi** (das römische Almuñécar) wurde eine der meistgenutzten Soßen der Köche des Imperiums hergestellt: **Garum**, eine Paste, die sich aus Fischeingeweiden, Lake und Essig zusammensetzte und in der Sonne getrocknet wurde.

Die **Muselmanen** erbten viele der kulinarischen Bräuche und Gepflogenheiten, welche die Griechen in der Region entwickelten: Ihre Liebe zum Gemüsegarten und zum Grünzeug, Olivenöl, Früchte wie Granatäpfel, Feigen und Kirschen, Gewürze und Kräuter. Die Zutaten der beliebten **Salamandroña-Suppe** sind ein schönes Beispiel für die kulturelle Mischung, die zu dieser schmackhaften Gastronomie geführt hat: Sardinen, Kürbis, grüne Paprika, gegarte rote Paprika, Zwiebeln, Tomate, Pfeffer, Salz, Knoblauch und Kümmel.



förmige Anbaugelände. All dies wird von der blau gefärbten Aussicht auf das kristallklare Wasser des **Mittelmeeres** dominiert, ein Paradies für Wassersportler.





Mangos und Avocados

Neben Nahrungsmitteln wie Kartoffeln, Paprika oder Tomate (die man hauptsächlich für die Zubereitung von saftigen Reisgerichten und Fischtöpfen der Region einsetzte) kamen noch weitere Produkte aus **Amerika**: Die ersten spanischen Entdecker brachten **tropische Früchte** von ihren Reisen mit.

Es ist bekannt, dass der **Chirimoyabaum** an der Küste von Granada dank des kontinuierlichen Bevölkerungsstroms zum neuen Kontinent im **16. Jhd.** eingeführt wurde. Sein Anbau sollte aber



erst gegen Ende des 19. Jhdts. bzw. Anfang des 20. Jhdts. erfolgen. Beliebte Anbaugesellschaften waren private Gemüsegärten, in die man einzelne Bäume oder Baumgruppen pflanzte.

CHIRIMOYA VON DER COSTA TROPICAL BEI GRANADA-MÁLAGA

Die Chirimoya der Costa Tropical teilt ihre Ursprungsbezeichnung mit der Küste Malagas. Es handelt sich um eine Qualitätsbescheinigung, die für die Gemeinden Motril, Vélez de Benaudalla, Los Guájares, Molvízar, Ítrabo, Salobreña, Otívar, Lenteji, Jete und Almuñécar ausgestellt wird. Es werden zwei Sorten von dieser Frucht angebaut, die ihren Ursprung in den hochgelegenen subtropischen Tälern Südamerikas fand. Zu 90% wird die Sorte Fino aus Jete produziert, eine lokale Auswahl aus dem Gebiet Jete. Sie zeugt von einer hellen Farbe, und ihr Durchschnittsgewicht beträgt etwa 250 g.



Das sanfte Klima der Region, die milden Temperaturen und seltenen Niederschläge lassen an Inseln im Pazifik denken. Die klimatischen Bedingungen haben dazu geführt, dass an der Costa

Tropical malerische **Mango-, Mispel-, Guayaba-, Avocado- und Chirimoyabäume** gedeihen. Ihr Geschmack wird von den Köchen in den lokalen Kneipen und Restaurants nach



Die Entwicklung der subtropischen Anbausorten in Almuñécar und ihre Bedeutung für die lokale Wirtschaft rief das Patronat für subtropische Anbausorten ins Leben. Es verfolgt den Zweck, die Erforschung neuer Obstsorten zu fördern. Mit diesem Ziel schaffte man die experimentelle Finca „El Zahori“, wo verschiedene Sorten Chirimoya, Avocados, Mangos und Litchis angebaut werden.

Lust und Laune gemischt; man kreierte Fantasiegerichte, die zu jeder Jahreszeit und Gelegenheit passen. Mit Rezepten wie Ofenhuhn mit Avocadoschnitzen, erfri-



schendem Mangosalat mit Langusten, scharfem Mango-Chutney, Chirimoyachichen oder Chirimoyaeis mit Heidelbeerkulis wird jeder noch so anspruchsvolle Gaumen auf einem Bankett erfreut.





Gesundes aus dem Meer

Die Küche dieser Region verdankt viel der großen Auswahl an **frischen Fischen und Meeresfrüchten**, mit denen das Mittelmeer jahrhundertlang die verschiedenen Orte beliefert hat. Auf den gut besuchten Märkten findet man Weisslinge, den braunen Zackenbarsch, Adlerfische, Geißbrassen, gemeine Sackbrassen und



Meerbrassen bis hin zu weniger bekannten Exemplaren wie den Gabeldorsch, den Goldbarsch,

Meeraale, den roten Drachenkopf, Moränen und Rochen. Letztere finden ihren großen Auftritt in Rezepten wie geschmortem **Rochen aus Motril** oder **Rochen an Zitrone aus Salobreña**. Ebenso erwähnenswert sind die berühmten **Sägegarnelen**, **weiße Garnelen** und **Kronenhummer**.

SARDINENSPIEBCHEN

Die Feuerstellen, die den ganzen Sommer über die Strände der Costa Tropical erleuchten, dienen nicht etwa verlorengegangenen Fischern. Sie sind das Feuer, in dem Sardinenspießchen gegart werden, eine Spezialität des Landes, die eine eigene Wissenschaft darstellt. Nachdem man die Stäbe zurechtgeschnitten, an einem Ende angespitzt und die Splitter entfernt hat, werden die Spieße unterhalb der Gräten eingestochen, damit das gebratene Fleisch nicht abfällt.



Arroz Marino

Zutaten :

- 300 g Reis
- 1 kg Miesmuscheln und _ kg Teppichmuscheln
- 4 Kronenhummer, _ kg Garnelen und _ kg Tintenfischringe.
- 1 Zitrone, 1 Zwiebel, 2 Tomaten, 3 Knoblauchzehen, Salz, Safran und Olivenöl.

Zubereitung:

In einem Tontopf das native Olivenöl erhitzen. Gehackte Zwiebeln, Tomaten und die Knoblauchzehen dazugeben und anbraten. Sobald die Zwiebeln eine goldbraune Farbe angenommen haben, den Reis dazugeben, sanft umrühren und einen Liter warmes Wasser hinzugeben. Safran und Tintenfischringe in den Topf geben und langsam garen. Die Mischung 20 Minuten lang auf kleiner Flamme köcheln, ohne dabei den Sud einzukochen. Würzen. Garnelen und Muscheln hinzufügen. Die Weichtiere wurden zuvor gedünstet. Sehr heiß servieren und mit den Langusten dekorieren.



Die Restaurants, Terrassen und Bars an den Strandpromenaden eignen sich hervorragend dazu, die lokale Küche zu testen und dabei den Meeresblick zu genießen.

Mit diesen erstklassigen Grundzutaten bereitet man traditionelle **Reisgerichte mit Meeresfrüchten** zu, aber auch Gemüsesuppen mit weißen Fischen, **marinierte Blaufische**, Zwiebelthunfisch, Kartoffel-schmorgerichte mit Hundshai, die allseits beliebten **moragas de sardinas**, **zarzuela**, **sardinas a la teja de Motril** oder geröstete Brotwürfel mit an der Sonne getrockneten Sardellen, die in Gualchos zubereitet werden.

Wein und Rum

In Albuñol wird ebenfalls der "Costa"-Wein hergestellt, während die kleine Bodega Horacio Calvente in Jete ihre Weinberge in der Sierra de Cázulas besitzt und qualitativ hochwertige Rot- und Weißweine produziert.

Der in den Ortschaften von **Motril** her-



gestellte **Rum aus Zuckerrohr** wird von den großen kulinarischen Kennern überaus geschätzt.



Das La mm vom Lande

Guadix y Marquesado



Im Herzen des andalusischen Hinterlandes liegt die zur Provinz Granada gehörige Region **Guadix y Marquesado**,

die eine immense Hochebene und Gebirge aufweist, die bereits seit Menschengedenken existieren. Geschichte und Natur geben sich in diesem Gebiet, das schon seit Urzeiten bewohnt wird, die Hand. Beispiele hierfür sind das eindrucksvolle



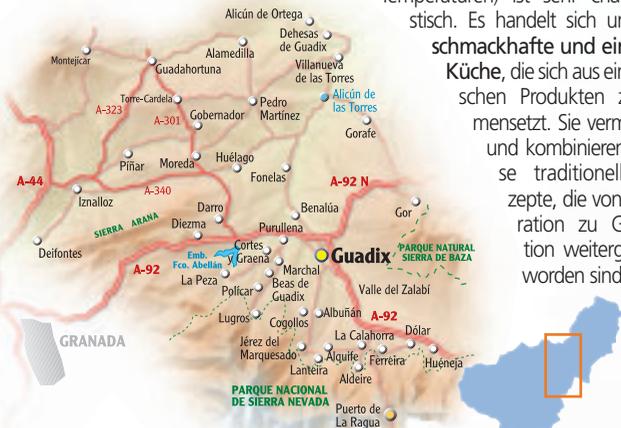
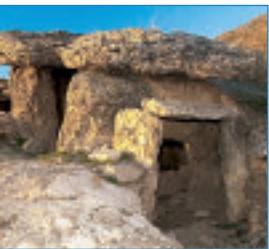
Dolmengebiet Gorafe oder auch die einfachen **Höhlenhäuser**. Die Stadt Guadix und die Burg aus der Renaissance in La Calahorra zeigen die monumentale Seite dieser Region.

Ihre Gastronomie wurde von den kulinarischen Gepflogenheiten der arabischen und christlichen Kultur beeinflusst. Aber auch das

Klima dieser Gegend (mit niedrigen Temperaturen) ist sehr charakteristisch. Es handelt sich um eine

schmackhafte und einfache Küche, die sich aus einheimischen Produkten zusammensetzt. Sie vermischen und kombinieren diverse traditionelle

Rezepte, die von Generation zu Generation weitergereicht worden sind.



Im Zalabí-Tal



Die traditionellen Schmorgerichte, **Eintöpfe**, **Suppen** und Grillgerichte werden mit **Hülsenfrüchten** wie Linsen oder Kichererbsen, Grünzeug und Gemüse (wie die *lenguaza*, eine wilde Pflanze, die Spinat ähnelt und für Piñar typisch ist), Getreide, Geflügel, **Schweine-** und **Lammfleisch** zubereitet. Üblicherweise kommt viel natives Olivenöl zum Einsatz (besonders gut in Diezma).

Besonders beliebt sind Gerichte, die mit Getreide zubereitet werden, welches die Muselmanen auf großen

Trockenanbaugeländen kultivierten. Zu den weit verbreitetsten Speisen der Region zählen dementsprechend **migas** (die in vielen Dörfern auch *cortijeras* genannt werden, da sie als erste Mahlzeit galten, die vor dem Aufbruch zur Feldarbeit eingenommen wurde), **hormigos** (bestehend aus Tomaten, grüner Paprika, Zwiebeln, Knoblauch, Wasser, Salz, Mehl, Saubohnen und Chorizowurst oder Stockfisch), **andrajos** (die sich von den *hormigos* durch Hasenfleisch und Färbemittel unterscheiden), Nudeln, **gurullos** (Mehlmasse und Wasser

„IMPERIALE“ GACHAS

Das Grundnahrungsmittel der einfachen Römer war ein Mehlbrei aus Gerste oder Weizen, mit dem sich die Krieger in ihren Militärzelten eine Art Mehlkuchen gebacken haben. Sie ähnelten den heutigen *gachas*, die in den kalten Berggebirgen zubereitet werden.





ÖL „MONTES DE GRANADA“

Seit dem 16. Jhd. existieren schriftliche Referenzen über das Öl, das in der Region produziert wurde, die der Ursprungsbezeichnung ihren Namen verleiht. Gelegene in Subbetica Granadas grenzt sie im Norden an die Provinzen Jaén und Córdoba und im Süden an die Ebene von Granada. Das native Olivenöl weist ein fruchtiges Aroma mit leicht bitteren Essenzen auf und hat einen kraftvollen Abgang.

in Form von Reiskörnern), *tarbinas* oder *gachas*. Dazu passen die vielfältigen Produkte, beispielsweise Hasen- und Kaninchenfleisch an Knoblauch, Weintrauben, Honig, Tomaten und Paprika, Kartoffeln, Edelpaprika, etc.

Im **Zalabi-Tal** werden die mitunter besten **Schweine** der Provinz gezüchtet, unfreiwillige Hauptdarsteller des typischen Schlachtfests, der „matanza“, das hervorragende **Wurstwaren** zutage bringt, beispielsweise Blutwurst, Chorizowurst, oder typische spanische Würste wie *longaniza*, *salchichón* und *butifarra*, Fleischfüllung und *chicha-*



rrones. Die Wurstwaren werden für die Zubereitung von *tortas de pringue* oder den **Schlachtertöpfe** verwendet.

Die lokalen Rezepte werden mit Lamm (als Schmorbraten, im mozarabischen Stil oder vom Grill) Suppen (beispiels-



KÄSELAND. Es gibt viele und berühmte Käsesorten, die in den Orten dieser Region Granadas hergestellt werden. Hierzu zählen neben weiteren die ökologischen Käse vom Landgut El Manzano in Campotéjar, Käse aus Ferreira, bekannt als „La cabaña del queso“, oder auch Käse aus Diezma.

weise aus Guadix), Mandel-Knoblauchsuppe aus Ferreira und lokalen Kreationen wie dem *encebollado* aus Albuñán und Alicún de Ortega, „*sus-tentos*“ aus Lanteira und Cogollos de Guadix (ein Schmorgericht aus Kartoffeln, Rippchen und Chorizowurst mit Mehl) vervollständigt. Erwähnenswert sind auch die Kichererbsen-Teigtäschchen aus Beas de Guadix.



Eierkonfekt und Pfirsiche

In der süßen Abteilung der Region sind Früchte wie **Kirschen** aus Torrecardela und **Pfirsiche** aus Fonelas und Purullena hervorzuheben. Purullena feiert sogar ein Fest zu Ehren dieser Frucht, die für exquisite

Desserts und Getränke verwendet wird.

Neben weiteren süßen lokalen Kreationen gibt es den beliebten Eierkonfekt *tocinillo de Guadix*, „verschneite Eier“ und Weinplätzchen aus Cortes y Graena, *panecillos* de Cogollos de Guadix, *piñonate* und Mandeltörtchen aus Dólar, frittierte Milch und schließlich *borrachuelos* aus Campotéjar.



Migas aus Guadix

Zutaten :

- 1 Scheibe Brot vom Vortag
- Knoblauch und grüne Paprika
- Bauchspeck und Schlackwurst
- Olivenöl, Wasser und Salz



Zubereitung:

Das Brot 15 Minuten lang in reichlich Wasser einweichen und anschließend in kleine Stücke teilen. In einer Eisenpfanne nacheinander den Knoblauch, dann die Paprika, den Bauchspeck und schließlich die Schlackwurst braten. Alles auf einen Teller geben und beiseite stellen. Im übrigen Öl das gehackte Brot geben und solange rösten, bis kleine Brotkrumen, *migas*, entstanden sind. Mit Salz abschmecken. Alles zusammen mit den zuvor frittierten Zutaten servieren.

Frisch aus Gemüsegarten und Fluss

Poniente Granadino



Im äußersten Westen von Granada, neben den Provinzen Málaga und Córdoba, erstreckt sich der **Poniente Granadino**, ein Land voller Gebirge, Täler, fruchtbarer Weiden und Flussauen, die eine Grenze zu den westlichen Bergen und den Gebirgszügen Tejeda, Almijara und Alhama bilden.

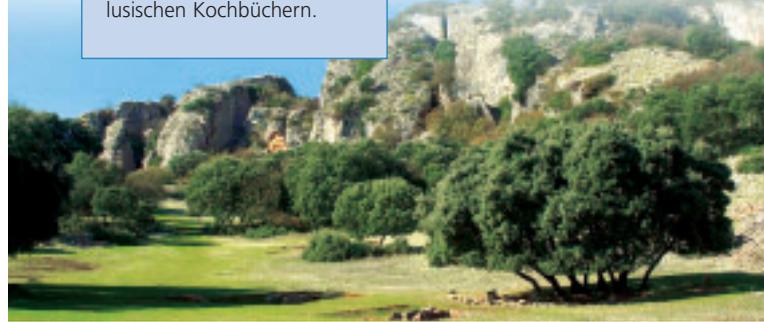
Das Gebiet ist die Wiege jahrhundertalter Kulturen wie der megalithischen Kultur, von der noch heute wertvolle archäologische Überreste an der Fundstätte **Peña de los Gitanos** zu bewundern sind. Islamische Spuren entnimmt man auf Schritt und Tritt den Gebäuden der einzelnen Ortschaften, beispielsweise in Form von den spektakulären **Festungen Illora, Montefrío und Moclín**. In der Region findet man **monumentale Städte** wie Loja und Alhama de Granada, Seite an Seite mit kleinen entzückenden und typischen Dörfern.



Diese Vielfalt spiegelt sich auch in den kulinarischen Fertigkeiten der Gegend wider, für die **erstklassige Produkte** verarbeitet werden. Die Gemüsesorten und frisches Grünzeug aus den Gemüseärten von Zafarraya werden neben Hülsenfrüchten für die traditionellen Schmorgerichte und Eintöpfe verwendet, dienen aber auch dem hausgemachten Ziegenkäse aus Montefrío oder Játar als Beilage. Ebenso werden sie mit den frischen Forellen oder Stören aus dem Riofrío, Jagdfleisch und Schweinefleischprodukten kombiniert.

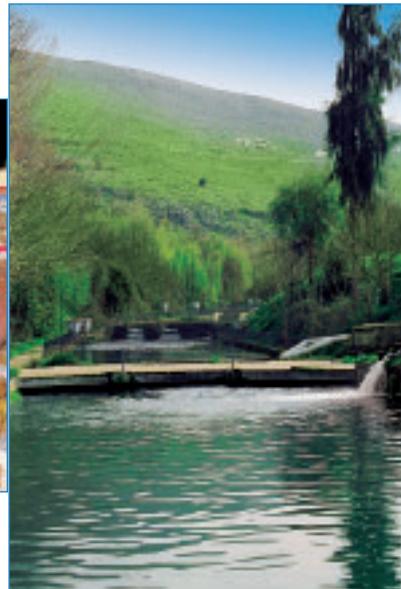
RÖMISCHER SPARGEL

Dank Werke wie *La Materia Médica de Dioscrídes* wissen wir, dass bereits die Römer grünen wilden Spargel konsumiert haben. Die Muselmanen hatten ihn einst als Delikatesse auf der Halbinsel eingeführt, und man findet ihn in zahlreichen andalusischen Kochbüchern.



Stör, Forelle und Kaviar

Die extreme Reinheit der Gewässer des Riofrío zog im Jahre 1958 zwei Kaufleute aus dem Norden des Landes an, die in ihrem Heimatort in Navarra die ersten Fischzuchtanstalten des Landes eröffnet hatten. So wurde die **Fischzucht auch am Riofrío** ins Land gerufen und 1985 von der Firma **Sierra Nevada** der Familie Domezain übernommen, ein Teil der Gesellschafter, nachdem die kaufmännische Verbindung zwischen den ursprünglichen Teilhabern in die Brüche gegangen war.



Poniente Granadino



Nach mehreren Dekaden, die man der Forschung und Versuchsarrangierungen gewidmet hatte, wurde die Anlage zu einer wichtigen Referenz für die **ökologische Produktion** in Form von Fischzucht, da es sich um die einzige handelt, die das Auswahlverfahren hundertprozentig in all ihren Produkten durchführt.

Ihr Angebot umfasst nicht nur frische, tiefgefrorene oder geräucherte Exemplare von **Forelle** oder **Stör**, sondern selbst **Cremes** und **Pasteten** dieser Gattungen. Das Highlight ist allerdings der **ökologische Kaviar**, der für Gourmets erstmalig im Jahre 2001 vertrieben wurde. Es handelt sich um den derzeitigen einzigen Kaviar des Störs in Spanien, und er wurde mit der von CITES anerkannten Beluga-Qualität ausgezeichnet.

ÖL „PONIENTE DE GRANADA“

Im 16. und 17. Jhd. wurden in den Ortschaften Loja, Montefrío und Illora schon seit langer Zeit Olivenbäume kultiviert. Die Produktion steigerte sich im Laufe der Jahrhunderte und wurde aufgrund ihrer Qualität im Jahre 2003 mit einer eigenen Ursprungsbezeichnung bewertet. Es handelt sich um Olivenöle der gehobenen Klasse mit frischen oder reifen Aromen, die in folgenden Gemeinden hergestellt werden: Algarinejo, Alhama de Granada, Arenas del Rey, Cacán, Huétor Tajar, Illora, Jayena, Loja, Montefrío, Moraleda de Zafayona, Salar, Santa Cruz del Comercio, Villanueva de Mesía, Zafarraya, Zagra und Moclin.



Im Jahre 2003 verlieh der Minister für Landwirtschaft, Fischfang und Ernährung der Fischzuchtanstalt Riofrío die Auszeichnung zur besten Nahrungsmittelfirma Spaniens im Rahmen der technologischen Innovation.



Viel Geschmack



Riofrío gilt für die Gastronomie in Granada als wichtige Referenz. Hier gibt es zwölf Restaurants, die sich auf schmackhafte Forellengerichte spezialisiert haben und zahlreiche Gourmets anziehen.

In dieser Region findet man auch **traditionelle Rezepte**, die das Ergebnis der Vermischung von Nahrungsmitteln und Kulturen sind, wie man es besonders gut an den hiesigen Schmorgerichten und Eintöpfen erkennen kann: Die Eintöpfe **puchero**, **la olla de San Antón**, **potaje de bolones**, **Mandelsuppe** und Granada-Suppe sind nur einige Beispiele. Aber auch **papas a lo pobre** (Schmorgericht mit Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln), **gachas** und **migas** gelten in den Gemeinden als Klassiker.

SPARGEL AUS HUÉTOR-TÁJAR

Im Westen der Region Ebene von Granada wächst ein zarter, gesunder und sehr sauberer Spargel, der dem wilden grünen Spargel

sehr ähnlich ist. Es handelt sich um den Spargel aus Huétor-Tajar mit eigener Ursprungsbezeichnung. Er setzt sich aus einheimischen Sorten zusammen, die seit Jahrhunderten im Poniente Granadino gedeihen. Neben Huétor-Tajar findet man den Spargel in den Ortschaften Loja, Salar, Villanueva de Mesía, Moraleda de Zafayona und Illora.





Das Kapitel, welches sich dem **Gemüse und Grünzeug** widmet, weist ebenfalls leckere und überaus gesunde Kreationen auf. Überzeugen kann man sich davon beispielsweise in den beiden Spezialitätenrestaurants in Moraleda de Zafayona. Angeboten werden Speisen wie **Weißer Knoblauch mit Blutwurst** und das Sommergemüse **pisto de verano**, **Pilze aus Alhama de Granada** und Spargel aus Huétor-Tajar, die man in **tortillas**, Schmorgerichten und als Eintopf genießen kann.

Was **Fleisch** betrifft, gibt es nur wenige Orte mit einer so großen Auswahl. Hier findet man Rebhuhnbraten oder das Kaninchengericht **conejo a la labradora**, bis hin zu Knoblauchzicklein, Lamm, hausgemachte Wurstwaren, **collejas en tortilla** oder knusprigen **cochifrito**. Zu den Speisen werden gute **Weine** aus der Gegend gereicht.



KÄSE AUS MONTEFRIO

Unter dieser Bezeichnung kennt man die granadinische Firma und den Familienbetrieb aus Montefrío, der Jahr für Jahr zahlreiche Auszeichnungen für seinen Käse verliehen bekommt. Es handelt sich um ein exquisites, hausgemachtes Produkt, das auf traditionellen Rezepten basiert. Die Füllung und Pressung werden manuell vorgenommen, obgleich die Milch pasteurisiert ist. Die für den Käse eingesetzte Milch stammt von den Milchbauern der Gegend, die einheimische Ziegen der murcianisch-granadinischen Rasse züchten. Die sehr zahlreich in der Gegend von Montes Occidentales ist.



Pfannen-Forelle



Zutaten (für 4 Personen):

- 4 Forellen (1 pro Person)
- 100 g Serranoschinken und 100 g Mandeln
- natives Olivenöl und Essig aus Jerez oder Montilla
- Knoblauch, Thymian, Salz und Petersilie

Zubereitung:

Die Forellen säubern, die Gräten entfernen und den Schinken in Streifen schneiden. Die Mandeln in einer Pfanne rösten, bis sie eine goldene Farbe annehmen. Diese dann mit einem Mörser stampfen und beiseite stellen. In eine große Pfanne Öl geben und die geöffneten Forellen mit der Haut nach unten hineinlegen. Darüber den fein gehackten Knoblauch und die Petersilie streuen. Die Forellen wenden und ein wenig Thymian, Schinken und geröstete Mandeln hinzugeben. Kurz vor dem Herausnehmen, den Fisch mit etwas Essig beträufeln. Heiß servieren. Dazu passt gebratenes Gemüse.



Kleine Köstlichkeiten

Bei der Dessertauswahl im Poniente Granadino hat die **arabische Inspiration** möglicherweise den meisten Einfluss genommen und sich vor allem mit ihrer Vorliebe für Zucker, Mandeln und Honig durchgesetzt. Jeder Ort kann Nachspeisen aufführen, von



denen einige besonders beliebt sind. Beispiele sind die Gebäckstückchen **roscos** und **huesos de santo de Loja** oder die „himmlischen“ Köstlichkeiten der **Klarissenschwestern** von Alhama de Granada (**bienmesabe**, **tocinillos de cielo**, **roscos de vinos**, **alfajores**, **tortas**, etc.).



Zwischen den Feuerstellen

Sierra Nevada



In der Nähe der Stadt der Alhambra, angrenzend an das romantische Örtchen Alpujarra und das alte Marquesado del Zenete, erstreckt sich die Region der **Sierra Nevada**. Es handelt sich um ein alpines Paradies, das die höchsten Berge der Halbinsel im Herzen Andalusiens beherbergt.



IN KONSERVEN

In der Sierra Nevada trifft man häufig auf kleine Läden, die meist im Familienbetrieb verwaltet werden, in denen man die unterschiedlichsten Konserven erwerben kann, angefangen bei Marmelade und Obst, bis hin zu Tomatenpüree.



Die schmackhafte und reichliche Küche der Sierra Nevada zeichnet sich dadurch aus, traditionelle Zutaten und Rezepte bis heute unverändert einzusetzen, was natürlich auch die Touristen begeistert. Besonders beliebt sind hausgemachte Wurstwaren und Schweinefleischprodukte, außerdem Mandeln,

gebunden, konnten allerdings ihre Besonderheiten, so auch die gastronomischen, und ihre Persönlichkeit bewahren.

Öl, Getreide, Gemüse, Zicklein, Wein und maurische traditionsreiche Desserts.

Suppen mit Persönlichkeit

Die niedrigen Temperaturen, die in der Region im Winter herrschen, die traditionelle Landarbeit und Viehzucht sowie die schwierige Zufahrt zu einigen Ortschaften im Gebirge waren ausschlaggebende Faktoren für die hiesige Gastronomie. Sie haben dazu geführt, dass man Grundnahrungsmittel der Umgebung in Gerichte mit hohem Kaloriengehalt verwandelt. Die Küche zeich-



Viele Liebhaber des **Aktivtourismus** treffen sich hier, denn in diesem Gebiet findet man neben den wunderschönen Landschaften, in die sich einst die Muselmanen verliebt hatten, eine ganze Reihe von **Gebirgsdörfern**, die sich perfekt ihrem natürlichen Umfeld angepasst haben. Historisch gesehen sind sie an die Stadt Granada



net sich dementsprechend im Wesentlichen durch **Schmorgerichte, Eintöpfe und Suppen** aus, in denen das Fleisch eine wichtige Rolle spielt.

Der typische Eintopf San Antón ist eine kräftige Speise, die vorwiegend im Winter zubereitet wird. Ihre Hauptzutaten setzen in erster Linie aus Schweinefleischprodukten zusammen (Blutwurst, Bauchspeck, Rippchen, Schwanz, etc.). Außerdem werden Saubohnen und weiße Bohnen hinzugefügt.



Beispiele hierfür sind die granadinische Suppe und die Mandelsuppe, Schmortopf mit Saubohnen und Spinat, die **Maimones-Suppe** (mit frittiertem Knoblauch, Brot und geschlagenem Ei) und die **Paprikasuppe** (mit Sardinen und rotem Paprikapulver, gekocht und geraspelt), beide typisch aus Cájár, migas und gachas sowie Kichererbseneintopf mit Weizen.

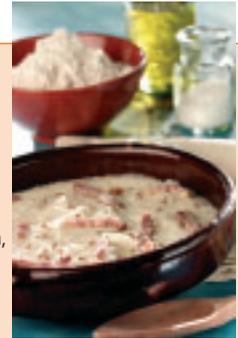
Scharfe Gachas

Zutaten:

- 250 g Weizenmehl
- Einige Körner *matalahúva*, Wasser, Salz und Öl
- Für die Soße: Schlackwurst, Paprika, Knoblauch, Speck, Chorizowurst und scharfes Paprikagewürz

Zubereitung:

Öl in eine tiefe Pfanne geben und mit Mehl und *matalahúva* verrühren. Würzen und ständig rühren. Nun Wasser hinzugeben (etwa einen Liter) und vermeiden, dass Knötchen entstehen oder Mehl anbrennt. Auf mittlerer Flamme köcheln und stets in gleicher Richtung weiter-rühren, bis das Mehl gekocht ist und die Paste leicht an Konsistenz gewinnt. Die Pfanne vom Feuer nehmen und an einem kühlen Ort erkalten lassen. Das Gericht ist verzehrfertig, wenn es im Begriff ist, abzukühlen und bei Bewegung der Pfanne kleine Oberflächenrisse auftreten. Der Clou der scharfen *gachas* ist die Soße, die dazu gereicht wird, bestehend aus frittiertem Schlackwurst, gebratener Paprika, Knoblauchsud, frittiertem Speck, Chorizowurst und scharfem Paprikapulver.



Fleisch und Wein

Salate, Gemüsepürees und gebratenes oder frittiertes Gemüse wie **zarte Saubohnen**, die am Bewässerungsland des Flusses Monachil angebaut werden, sind ideale Beilagen für die vielen Fleischsorten der Region. Hervorzuheben sind natürlich die **hausgemachten Wurstwaren** vom



Schwein (Schlackwurst, Chorizowurst, Blutwurst, die in Cenes de la Vega mit Reis zubereitet wird, **chicharrones**, etc.) und der hervorragende Schinken. Mit **Schinkenscheiben** und Schweinelelendchen wird übrigens die bekannte **Wurst aus Cájár** hergestellt.

Der Besucher kann sich auch an exquisiten



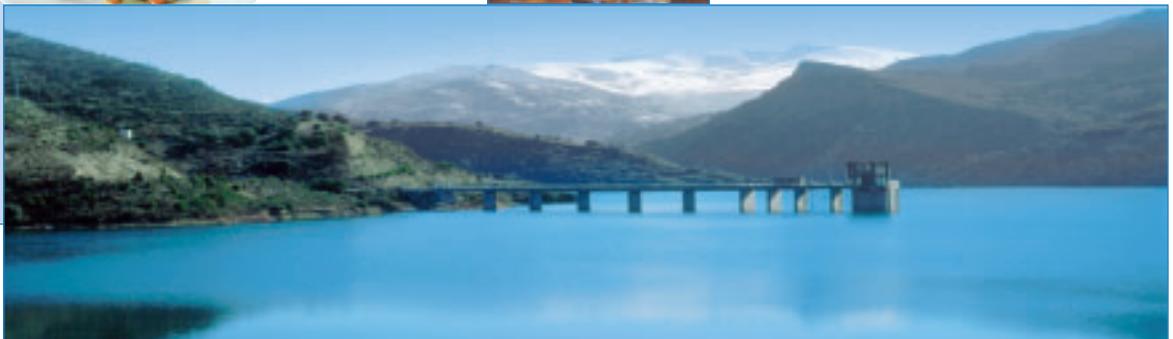
KONDITOREIWAREN

Zu den beliebtesten Süßspeisen der Region gehören *pestiños* und *roscos de Cájár*, *papaviejos* aus Cenes de la Vega, kleine Öltörtchen, Anisplätzchen und frittierte Milch mit Honig aus Güéjar Sierra, Lebkuchen und Buttergebäck aus La Zubia sowie *huesos de santo* aus Monachil.



Lammkoteletts,

Schweinsfüßchen, Kälbchen *temerillo en ajopollo* und **Zicklein an Knoblauch** erfreuen. In den Ortschaften Dílar, Monachil und Huétor Vega wird ein **Wein** erzeugt, der zu diesen Gerichten hervorragend passt. Krönender Abschluss eines Essens ist neben dem köstlichen Dessert ein Gläschen **Pacharán aus Monachil**, der aus den Früchten der Schlehe in der Sierra Nevada gewonnen wird.

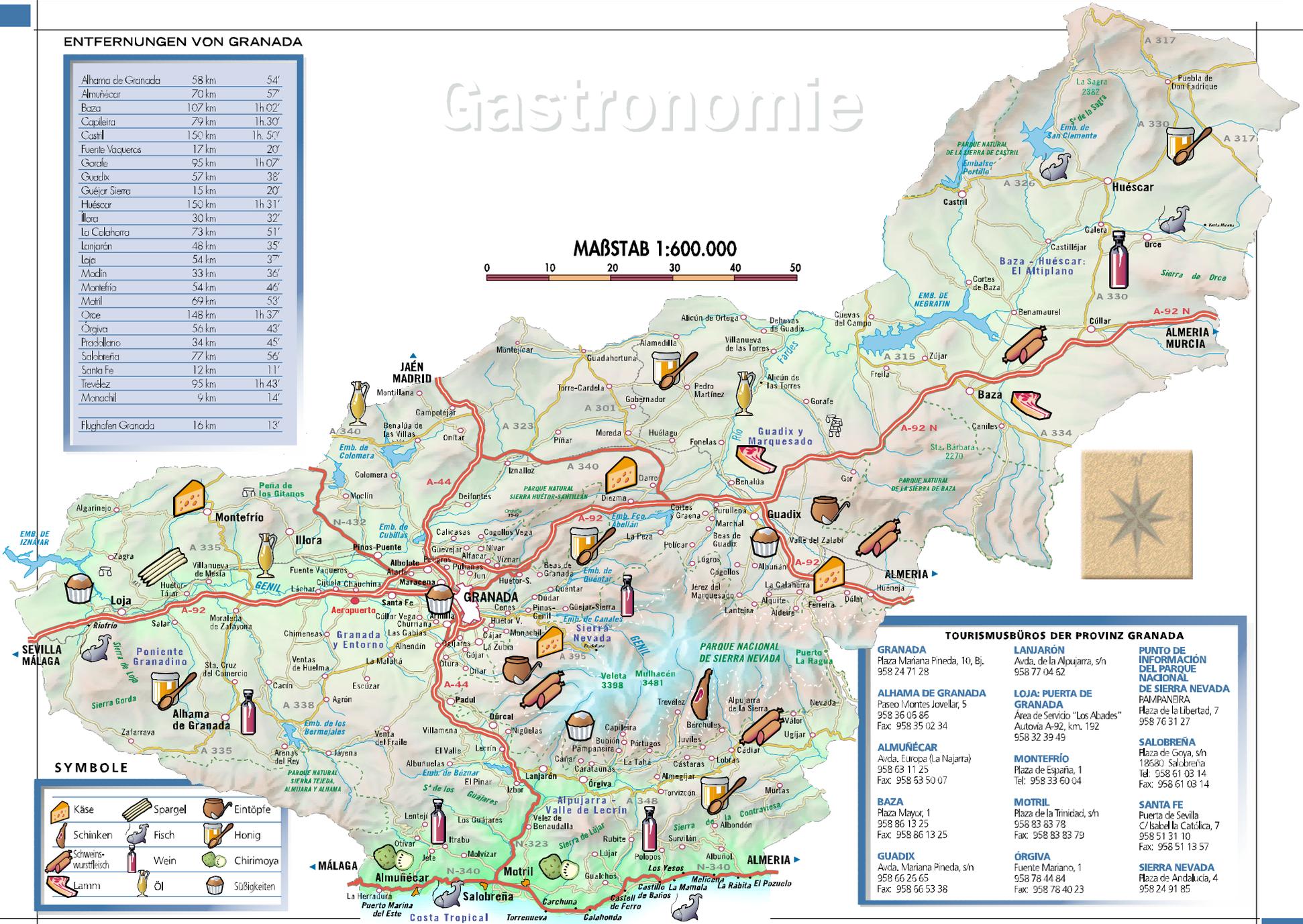


ENTFERNUNGEN VON GRANADA

Alhama de Granada	58 km	54'
Almuñécar	70 km	57'
Baza	107 km	1h 02'
Capileira	79 km	1h 30'
Castil	150 km	1h 50'
Fuente Vaqueros	17 km	20'
Gerate	95 km	1h 07'
Guadix	57 km	38'
Guéjar Sierra	15 km	20'
Huésocar	150 km	1h 31'
Illora	30 km	32'
La Calahorra	73 km	51'
Lanjarán	48 km	35'
Loja	54 km	37'
Macín	33 km	36'
Montefrío	54 km	46'
Motril	69 km	53'
Órce	148 km	1h 37'
Órgiva	56 km	43'
Prodalcano	34 km	45'
Salobreña	77 km	56'
Santa Fe	12 km	11'
Trevelz	95 km	1h 43'
Monachil	9 km	14'
Flughafen Granada	16 km	13'

Gastronomie

MAßSTAB 1:600.000



SYMBOLE

	Käse		Schinken		Fisch		Honig
	Schwems-wurstfleisch		Wein		Chirimoya		Öl
	Lanmi		Süßigkeiten		Eintöpfe		

TOURISMUSBÜROS DER PROVINZ GRANADA

GRANADA
Plaza Mariana Pineda, 10, Bj.
958 24 71 28

ALHAMA DE GRANADA
Pasaje Montes Lovellar, 5
958 36 05 86
Fax: 958 35 02 34

ALMUÑÉCAR
Avda. Europa (La Najarra)
958 63 11 25
Fax: 958 63 50 07

BAZA
Plaza Mayor, 1
958 86 13 25
Fax: 958 86 13 25

GUADIX
Avda. Mariana Pineda, s/n
958 66 25 65
Fax: 958 66 53 38

LANJARÓN
Avda. de la Alpujarra, s/n
958 77 04 62

LOJA: PUERTA DE GRANADA
Área de Servicio "Los Abades"
Autovía A-92, km. 192
958 32 39 45

MONTEFRÍO
Plaza de España, 1
Tel: 958 33 60 04

MOTRIL
Plaza de la Trinidad, s/n
958 83 83 78
Fax: 958 83 83 79

ÓRGIVA
Fuente Mariano, 1
958 78 44 84
Fax: 958 78 40 23

PUNTO DE INFORMACIÓN DEL PARQUE NACIONAL DE SIERRA NEVADA
PALM/PANEIRA
Plaza de la Libertad, 7
958 76 31 27

SALOBREÑA
Plaza de Goya, s/n
18630 Salobreña
Tel: 958 61 03 14
Fax: 958 61 03 14

SANTA FE
Puerta de Sevilla
C/ Isabel la Católica, 7
958 51 31 10
Fax: 958 51 03 57

SIERRA NEVADA
Plaza de Andalucía, 4
958 24 91 85